

ATENCIÓN A LA SALUD MENTAL: EFECTOS DE LA PANDEMIA COVID-19 EN EL ÁREA PSICOEMOCIONAL**MENTAL HEALTH CARE: EFFECTS OF COVID-19 PANDEMIC ON PSYCHOEMOTIONAL AREA****Rosa Amaya**amayarosa@gmail.com

ORCID 0000-0002-1878-9279

Universidad de Carabobo, Facultad de Ciencias de la Educación. Valencia, Venezuela

Flor Moralesfemoralesosa@gmail.com

ORCID 0000-0002-9930-1895

Universidad de Carabobo, Facultad de Ciencias de la Educación. Valencia, Venezuela

Evelyn Amayaevelynama@gmail.com

ORCID 0000-0003-3159-7607

Universidad de Carabobo. Facultad de Ciencias Económicas y Sociales. Valencia, Venezuela

Recibido: 11/05/2020 - Aprobado: 10/08/2020

Resumen

Los efectos de la pandemia COVID-19 sobre la economía, los sistemas de salud y todas las estructuras de la sociedad y actividades humanas, inevitablemente generan un alto grado de estrés; y, aunque, todas las personas reaccionan diferente y enfrentan las situaciones estresantes de manera distinta, una amenaza tan potencial como es la enfermedad COVID-19 origina rasgos de desequilibrio en cuanto al aspecto psicoemocional se refiere. En este artículo se analiza cómo la salud emocional y mental puede verse afectada por la pandemia, poniendo el foco en la medida de distanciamiento físico ordenada para tratar de contener el virus, al tiempo que se expone una serie de recomendaciones de cómo sobrellevar esta coyuntura que deja traslucir cambiará para siempre la vida de las personas.

Palabras clave: COVID-19, efectos, salud mental.

Abstract

COVID-19 pandemic's effects on the economy, health systems, and all structures of society and human activities inevitably result in high degree of stress. Although, all people react in a different way and they face stressful situations differently, a potential threat such as COVID-19 causes imbalance in relation to the psycho-emotional aspect. This article analyzes how emotional and mental health can be affected by the pandemic, focusing on the physical distancing measure ordered to try to contain the virus, while it also presenting a series of recommendations on how to cope with this situation that it is possible could change people's lives forever.

Keywords: COVID-19, effects, mental health.

Introducción

Lo más claro de una pandemia tan agresiva como la enfermedad COVID-19 es que puede causar grandes estragos en la salud de las personas. Esto es obvio para quienes hayan resultado gravemente infectados con el virus, pero los efectos de la pandemia sobre el estado de bienestar y salud va más allá del resfrío, las infecciones de las vías respiratorias y demás síntomas relacionados con distintos órganos y sistemas del cuerpo humano: neurológico, cardiológico, oftalmológico, entre otros.

La sensación de sentirse en riesgo permanente, la angustia por el bienestar propio, el de la familia y de otros, la incertidumbre ante la situación, la preocupación de cómo conciliar las medidas de prevención con la necesidad de procurarse alimentos, medicinas, productos de higiene y otros bienes básicos, el aislamiento físico y confinamiento con la consecuente modificación de patrones, ritmo y estilo de vida, la sobre exposición a los medios de comunicación, los bulos en las redes sociales y la infoxicación, a pesar de ser referencias menos pesadas al equilibrarlas con la experiencia del sentimiento de duelo o tener que cuidar a un familiar infectado, son, sin lugar a dudas, situaciones estresantes y potenciales factores de trastornos psicoemocionales.

Si bien es cierto que las personas reaccionan de modo distinto frente a una misma situación estresante, una pandemia como la COVID-19 puede generar rasgos comunes de desequilibrio en lo que a salud mental se refiere, debido a la cantidad de factores que entran en juego. En este artículo se reflexiona sobre cómo afecta la pandemia la parte emocional y la salud mental, explicando primero, de manera bien concisa, las evidencias que ha develado la comunidad

científica sobre la naturaleza de la infección viral por coronavirus y las medidas ordenadas para tratar de frenar su crecimiento exponencial.

Epidemiología y etiopatogenia del coronavirus

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020) los coronavirus agrupan una extensa familia de virus. Como lo explica el Ministerio de Salud de España (MSE, 2020):

Los coronavirus son miembros de la subfamilia Orthocoronavirinae dentro de la familia Coronaviridae (orden Nidovirales). Esta subfamilia comprende cuatro géneros: Alphacoronavirus, Betacoronavirus, Gammacoronavirus y Deltacoronavirus de acuerdo a su estructura genética. Los alfacoronavirus y betacoronavirus infectan solo a mamíferos y normalmente son responsables de infecciones respiratorias en humanos y gastroenteritis en animales (p.10-11).

Los coronavirus son virus ARN, usan ácido ribonucleico (ARN) como material genético, o bien necesita el ARN en su proceso de replicación, en algunos casos pueden causar varias enfermedades en los animales sin posibilidad de contagio a los humanos, pero, en otros, pueden producir en las personas diversas enfermedades, que van desde el resfriado común hasta el Síndrome Respiratorio Agudo Severo (SARS, por sus siglas en inglés).

Desde 1930, se tiene conocimiento de la existencia de numerosos coronavirus causantes de enfermedades respiratorias, gastrointestinales, hepáticas y neurológicas en animales, tal como lo explica Fehr, (2020), investigador del Departamento de Biociencia molecular de la Universidad de Kansas *“Los coronavirus (CoV) son patógenos de significativa importancia veterinaria y*

clínica. Algunos, como el virus de la diarrea epidémica porcina (VDEP) y el virus de la bronquitis infecciosa (VBI), causan epidemias y enfermedades letales en animales veterinarios” (s.p).

Hasta finales del 2019, solo se conocían seis tipos de coronavirus que podían causar enfermedad en los seres humanos, los denominados HCoV. En la mayoría de los casos, cuatro de esos seis tipos de coronavirus (HCoV-229E, HCoV NL63, HCoV-HKU1, y HCoV-OC43), con estacionalidad típicamente invernal causan síntomas de resfriado común aunque pueden ser potencialmente más graves en lactantes, adultos mayores y personas inmunocomprometidas. Los dos restantes tipos de coronavirus de transmisión zoonótica surgidos recientemente en la población humana, son el SARS-CoV (2002-2003) y el MERS-CoV (2012-actualidad) los cuales han causado grandes brotes de corte epidémico de enfermedades respiratorias severas, a menudo fatales.

Recientemente fue aislado un séptimo coronavirus, el SARS-CoV-2, capaz de provocar infecciones en humanos y del cual se desconoce hasta cuándo estará presente. El nuevo virus, identificado a principios de este año, causa una neumonía grave. El Comité Internacional de Taxonomía de Virus (ICTV, por sus siglas en inglés) lo llamó SARS-CoV-2, un miembro de la familia de otros virus que fueron detectados antes, los SARS-CoV, dejando en claro que este era un virus totalmente nuevo, mientras que el cuadro clínico o enfermedad que ocasiona fue posteriormente denominada por la OMS como COVID-19 (siglas en inglés de Coronavirus Disease y año en que surgió), de manera de evitar la estigmatización de un país, un animal o una región del planeta como ocurrió en el pasado (gripe porcina, aviar, gripe española).

