

Estado mental en la población en el tiempo del COVID-19

En un amanecer inundaron noticias sobre una enfermedad con etiología y etiopatogenia desconocida que se la miraba de lejos sin producir preocupación, se la escuchaba tan distante que jamás pensaron que estaría a la vuelta de nuestra esquina, esa mañana el hombre como ser humano descendió e involucionó a nivel de los seres primitivos actuando instintivamente, con el único propósito de sobrevivir ante un evento amenazante del cual no se dispone de informes confiables. Trascurrido el tiempo la noticia invadió todos los contextos psicosociales, todos acudieron al supermercado y agotaron el papel higiénico... Esta escena quedará grabada en la historia de nuestros tiempos, dejando como rótulo el comportamiento totalmente irracional. El dominio del hemisferio cerebral instintivo, obligó a comprar todas las medicinas olvidando las necesidades de los demás, pensando sólo en cada uno. Se desvanecieron las diferencias sociales, políticas y religiosas; y todos nos sumergimos en el miedo de contagiarnos.

En el periodo inicial de la pandemia se realizaron diversos estudios para determinar el estado mental de la población. Entre ellos se destaca el trabajo realizado en el 2020 en China, donde se aplicó la *Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés* (DASS-21) a una población de 194 ciudades, determinando el impacto psicológico de ansiedad, depresión y estrés en la etapa inicial. 16,5%, depresión, 28,8% de ansiedad y 8,1% estrés; todos los síntomas iban de moderados a graves, centrándose en el miedo a contagiarse, transmitir a sus familiares el virus, y a perder un ser querido. Una vez enfermos, el miedo a la soledad afecta su salud disminuyendo sus defensas inmunológicas; siendo necesario recalcar que la actitud de la juventud ha sido reacia a aceptar que ellos son propensos a la enfermedad, en su estado mental han mantenido la condición de inmunidad, siendo en muchos casos los portadores del virus a su familia. En estudios realizados en Taiwán, se evidenció una perspectiva pesimista de la vida en alrededor de un 10% de la población en los meses posteriores al brote, acompañada de una prevalencia de morbilidad psiquiátrica del 11,7%.

Las presunciones y temores, sobre las ideas

compartidas por toda la población estaban plagadas de criterios mal fundados que fueron creando un pánico generalizado, desde el mismo momento cuando el confinamiento fue decretado, las calles eran desiertas, similares a las películas de terror. Si se podían observar ojitos curiosos en las ventanas mirando al exterior, todos pendientes de lo que ocurre, el único contacto con el mundo fueron las redes sociales que intensificaron esos conflictos emocionales; la muerte que visitaba con frecuencia y los lamentos de los deudos produjeron sentimientos de frustración y estrés permanente al pensar que los próximos podrían ser ellos o alguien de su familia. Las visitas cibernéticas calmaban momentáneamente a esos espíritus culpables de haber permanecido tanto tiempo sin saber de sus padres y/o de su familia. Parecería que hacía falta esta pandemia para entender el verdadero sentido de familia, nuestros padres, hermanos y amigos de siempre, que la rutina diaria -del trabajo y la casa- había deteriorado antes que llegue el virus.

El confinamiento obligado en los domicilios, con el pasar del tiempo produce estragos, y dificultades específicas poco estudiadas, que traen nuevas incertidumbres a la psicopatología agrandada por esta pandemia, la ansiedad, la angustia se apodera de cada uno de los miembros de la familia. Cada quien busca un rincón en esa casa que un día fue su hogar, para convertirlo en un refugio, donde cada uno teje en su albergue una simulación de su vida anterior, se resignan a mantener una vida totalmente inversa a la que mantenía antes de ... las amistades empiezan a aislarse, pues, cada uno se preocupa de sí mismo olvidando a los demás. Hay otro grupo que dentro del confinamiento se encierra más hasta producir un ensimismamiento permanente, actúan como autómatas caminando y comiendo porque deben hacerlo, la indiferencia se convierte en el diario vivir, las costumbres propias como el aseo, el sueño y la alimentación pierden horario y su valor, entre las parejas la incomodidad y fastidio crece en el interior de cada quien, poco a poco se observa entre ellos kilos y kilos de más, las críticas son frontales cada vez descargándose

Editorial

en enfrentamientos y confrontamientos, rencillas y motivos de años pasados son traídos a colación y ese encierro se convierte en campos de batalla que produce a cada integrante el deseo de violar todas las seguridades y salir desesperados.

Sin embargo, cuando la comida escaseaba, la agresividad interna disminuía; un miembro de la familia debía equiparse cual astronauta para poder salir, con mascarillas y alcohol en otra mano, se alejaban de su confort para buscar un sustento para su familia, las colas interminables en el banco para sacar dinero desanimaba a cualquiera, los gritos de impaciencia estaban envueltos del miedo de estar lejos de casa protegidos de todo mal en una aparente seguridad, se incrementa el malestar cuando alguna persona se acerca y pueda dejarle el virus en él y contagiar a su familia. Pero en el exterior no todos visten de astronautas, hay personas que ni siquiera llevan mascarilla, los que venden los alimentos están sin ninguna protección, son personas del campo que no permanecen todo el tiempo pegados a las redes sociales y ese pánico generalizado no ha llegado a ellos. Esa excesiva confianza solo incrementa la preocupación de quien abandonó su bunker para conseguir alimento. Con las provisiones en su posesión, llega a su casa, y por la ventana escucha a través de gritos de pavor, *¡quítate toda la ropa y déjala afuera!*, y los alimentos, toodos, son lavados con cloro, fumigados con cuaternario y bendecidos con eucalipto y alcohol. Y ese proceso se repite cada vez que salen en busca de abastecimiento para el encierro. Detonando en acciones obsesivas compulsivas.

Pasaron los meses y las visitas eran prohibidas, todos buscaban los delivery para abastecerse y esas salidas de “aventuras indescriptibles” desaparecen, ya no eran permitidos los escapes ocasionales. Aquellos bunker improvisados empiezan a dividirse, “cada grupo puede percibir el riesgo de forma diferente”, el miedo, la incertidumbre, y la estigmatización son comunes y cada miembro de la familia busca un rincón que lo convierte en suyo para mantenerse conectado a través del zoom y el teams con el resto del mundo, empiezan los trabajos teledirigidos y las

tensiones disminuyen, y de pronto aparecen las medicinas extraordinarias y milagrosas, santos y embajadores surgen en este tiempo, con posibles dosis que transformarán el universo, enriquecimiento lícito aprovechando el temor de la gente. De otro lado existe desabastecimiento de medicamentos en las farmacias, se da la automedicación y el incremento de shamanes inescrupulosos que de la noche a la mañana surgen como salvadores, hay inventores y seudocientíficos que con un par de hierbas pretendieron imponer soluciones. Y llevados por el temor son vulnerables y consumen pociones que complican su estado de salud por falsas esperanzas, muchas veces dejan de tomar las medicinas que faculta el profesional tratante.

Lo que ocurre en las calles y en las redes sociales intensifican los problemas de salud, las víctimas no son tratadas con el debido profesionalismo y aparecen enfermedades colaterales que no tienen cabida en los hospitales, ya que todos los médicos tratan el COVID-19, varios especialistas son movidos de su área de especialidad para atender pacientes contagiados. Sin imaginarnos, un médico ginecólogo tratando en cuidados intensivos, mientras las madres en labor fueron atendidas por auxiliares con internos rotativos; sin disponer de tiempo, médicos ni servidores de salud para atender a tantos pacientes con COVID-19, la muerte visitaba en todos los pasillos, se ensañaba con la humanidad y son almacenados como productos de desechos en fundas plásticas en habitaciones o espacios improvisados, en su mayoría desconocidos. Para evitar más contagios fueron cremados y sus familiares jamás se despidieron, los médicos y enfermeras doblaban sus turnos, los internos y estudiantes se graduaron presurosos sin un título que los acredite, pero fueron sus hazañas las que los acreditaron, cumpliendo muchas veces sus roles sin una remuneración y sin suministros para su propia bioseguridad. Con el dinero para comprar suministros, los políticos hacen su propio negocio y tienen su navidad en julio, la ley y la impunidad crecen en este tiempo dejando a una población sin ley ni credo. Con inseguridad emocional y política se incrementa la ansiedad, la depresión y el estrés que intensifica el estado

Editorial

de salud delicado de los pacientes asociando al impacto psicológico al que estaban sometidos. Por otro lado, en el área de la salud, la afección psicológica en el personal de salud fue notoria, y se presentaron varias pérdidas, en especial por falta de suministros para enfrentar las necesidades propias y de los pacientes, el 61,9% de los médicos residentes presentaban algún grado de depresión, la mayoría con depresión leve sospechada (42,9%). Además, el 73,8% manifestaban sentir estrés de vez en cuando o a menudo y 57,1% de los residentes fueron identificados con problemas de insomnio, que dificulta el desempeño óptimo y la toma de las decisiones. El personal que tuvo aislamiento -en algún momento de la pandemia- tuvo mayor riesgo de presentar depresión, todos los médicos enfrentaron la muerte y sintieron impotencia al no lo lograr ayudar a sus pacientes, en especial sin poder darle la medicina que sabían que les iba a ayudar, mirándolos deteriorarse hasta morir, sin poder hacer nada para enfrentar el virus. El conocimiento no fue suficiente, varios médicos, enfermeras y demás profesionales perdieron su vida cumpliendo con su papel, según refieren no tenían ni fundas para desechar los cadáveres de la Unidad de Cuidados Intensivos. Estos conflictos producirán en los próximos meses y años un trastorno por estrés post traumático (TEPT), convirtiéndose en indispensable el apoyo de tipo psicológico para confrontar esos eventos. Constituyéndose la ayuda profesional en salud mental en una esperanza, tanto para la población general como para el personal médico, siendo más urgente la ayuda para este personal que aún le quedan varios meses de enfrentamiento contra el virus; considerando que mientras no se detenga su avance, no existirán centros hospitalarios ni profesionales suficientes.

En medio del infortunio se desarrolla la vacuna contra el COVID-19 llegando a todos los países afectados, brindando esperanza para un retorno progresivo a las actividades de tipo social y económico. Al inicio, empezaron a llegar de diferentes países en dosis estrictas para ayudar a los más vulnerables, pero, fueron dedicadas a ciertos personajes con nombre y dirección, el

poder y la corrupción campearon y burlaron del ciudadano común, quien debe esperar su turno en casa mientras ve morir a sus familiares. Es muy justo y necesario repensar el peso de la corrupción en nuestra concepción de la salud y los sistemas sociales, y valorar la importancia de la comunicación social, que ya distintos poderes públicos y privados la prostituyen masivamente en la "psicopolítica", ubicando a la población en un ambiente de inseguridad, inestabilidad y ansiedad permanente, en medio de la frustración generalizada que nos conduce a una depresión profunda, porque no sabemos todo lo que sucede y no sucede todo lo que sabemos.

Como consecuencia de manejos sociales, políticos y económicos, la esperanza de la vacuna es manejada por sectores farmacéuticos con seudocientíficos que fueron ignorados en la repartición de patentes para usufructuar del maná que cae del cielo por su descubrimiento. Estos personajes inescrupulosos, manipulan masas proliferando rumores en contra de su aplicación y las consecuencias que podrían darse, se habla de chip de control mental y de muerte en dos años a los vacunados, de secuelas de enfermedades neuronales, de aniquilación del sistema auto inmune, que se convertirán los sapos en príncipes y los sapos en políticos, dejando a la vereda del camino a quienes permitieron ingresar en su mente, disminuyendo su oportunidad de una sanidad mental basada en la confianza de la humanidad y sus valores ancestrales.

Los desastres a gran escala casi siempre van acompañados de un aumento de los casos de depresión, trastorno de estrés postraumático, trastorno por uso de sustancias, así como de otros trastornos mentales y del comportamiento, violencia doméstica y abuso infantil, pero en esta pandemia el TEPT dará mucho trabajo a la salud mental en los próximos años. Si algo sacamos de positivo de esta pandemia es el incremento del emprendimiento, la consolidación de las familias, la gran cantidad de nacimientos y el avance en manejo tecnológico en la educación.

Dr. Holguer Romero Urrúa, PhD.
Profesor Titular UNEMI