

Revista **PSICOLOGÍA** UNEMI

Miedo, ansiedad y estigmatización social por rebrote de COVID-19

Según la Organización Mundial de la Salud a diciembre del 2021, la situación de la región de las Américas es preocupante con presencia de 234,213 casos adicionales, 1,776 muertes adicionales que denotan un rebrote significativo en la región de las Américas donde se han identificado nuevas variantes como: Alfa (Reino Unido, septiembre 2020), Beta (Sudáfrica, diciembre 2020), Gamma (Brasil, noviembre 2020), Delta (India, octubre 2020), Lambda (Perú, diciembre 2020), Mu (Colombia, enero 2021), y más recientemente Ómicron, OMS, (2021). Esta nueva variante llamada Ómicron apareció por primera vez en Subafrica en noviembre 2021, tres semanas después, ya se encuentra presente en más de 77 países, entre ellas Ecuador.

Estos son antecedentes para identificar nuevamente los índices de miedo, ansiedad, preocupación, inseguridad y estigma social frente al contagio.

El miedo es un sentimiento de desconfianza que impulsa a creer que va a suceder algo negativo, se trata de la angustia ante un peligro que puede ser real o imaginario, por otro lado, el estigma social es una característica que representa respuestas negativas o efectos indeseados para la persona portadora en este caso frente a la noticia dada por la Ministra de Salud en Ecuador del primer caso de ómicron el 14 de diciembre del 2021.

El miedo como tal es una emoción que cumple un papel fundamental en estos tiempos de contagio por la COVID 19, permite que el sujeto tome medidas que garanticen la supervivencia y disminuir el contagio. Sin miedo, viviríamos de forma tan temeraria que pondríamos en peligro nuestra

vida y la de nuestros seres queridos, Por tanto, tiene una utilidad muy importante en nuestra vida en estos tiempos de pandemia.

Esta emoción del miedo sumada al sentido de responsabilidad, autocuidado, utilizando normas de bioseguridad se puede reducir el incremento de muertes y contagios por la COVID 19 y sus variantes y sobre todo evitar las crisis de ansiedad y estrés que deterioran el bienestar psicológico de la población.

Es normal sentirse ansioso en algunos momentos, en especial, si la vida es estresante. Sin embargo, la ansiedad y la preocupación excesivas y continuas que son difíciles de controlar e interfieren en las actividades diarias pueden ser signo de un trastorno de ansiedad generalizada.

La ansiedad, que está acompañado de sudoración, inquietud, tensión, y palpitaciones ya se puede considerar como una afección psicológica que debe ser intervenida rápidamente. Los expertos en salud mental proporcionan tratamientos psicológicos en colaboración con los equipos de atención primaria de salud para mejorar el acceso a tratamientos eficaces de los trastornos de ansiedad. Estrés que puedan surgir frente al rebrote de la COVID-19.

Por tanto, es responsabilidad de los investigadores de psicología clínica psicología de la salud y afines, continuar con la valoración psicológica de las funciones mentales y el bienestar psicológico asociada a este rebrote e incremento de la enfermedad y de las nuevas variaciones que amenazan a la población en general a nivel mundial.

MSc. Carmen Zambrano Villalba
Editora Principal
Universidad Estatal de Milagro