



## **HOSPITAL PSIQUIATRICO PROVINCIA MAYABEQUE**

**"CRISANTO BETANCOURT  
HERNANDEZ"**



### **BOLETIN INFORMATIVO No. 4 SERVICIO DE DESHABITUACIÓN A ALCOHOL Y OTRAS DROGAS.**

#### **IMPACTO DE LA PANDEMIA DE COVID-19 EN LA SALUD MENTAL**



#### **Comité Editorial:**

**Dr. Andrés Ernesto Rodríguez Cárdenas**  
Especialista de Segundo Grado en Psiquiatría. Profesor Auxiliar

**Dra. Marta Alba Pérez Valdés**  
Especialista de Segundo Grado en Psiquiatría. Profesor Consultante y  
Auxiliar

**Lic. Yolaisy Torres González**  
Licenciada en Ciencias de la Información

**Tec. Editza Valdés Montoto**  
Técnica en Informática

El 11 de marzo de 2020 la Organización Mundial de la Salud, (OMS) declara la pandemia de COVID-19, nuevo coronavirus causante de neumonía aislado por primera vez dos meses antes en Wuhan (China).

La actual crisis sanitaria está teniendo un impacto psíquico sin precedentes en la población, siendo particularmente de riesgo, los profesionales de salud. Esta problemática, viene teniendo efectos globales, no sólo sanitarios, sino también económicos, políticos, en los patrones de convivencia social, en el trabajo, en la vida familiar y en todos los aspectos de nuestras vidas.

Ahora, casi 2 años después de iniciada la pandemia, y sin perspectivas clara de su fin, una mirada desde la salud pública hace ver la necesidad urgente de tener en cuenta el costo de la misma, para la salud mental y el bienestar de las personas.

A medida que la pandemia del coronavirus se extiende rápidamente por todo el mundo, provoca un grado considerable de miedo y preocupación en la población en general y en ciertos grupos en particular: adultos mayores, proveedores de atención y personas con afecciones de salud subyacentes. La pandemia de la COVID-19 ha cambiado la vida de muchas personas y en particular, sus costumbres diarias. Ha traído: incertidumbre, rutinas diarias alteradas, presiones económicas, aislamiento social y temor a enfermarse. Esta situación se agrava ante el desconocimiento de cuánto tiempo durará la pandemia, y qué puede traer el futuro.

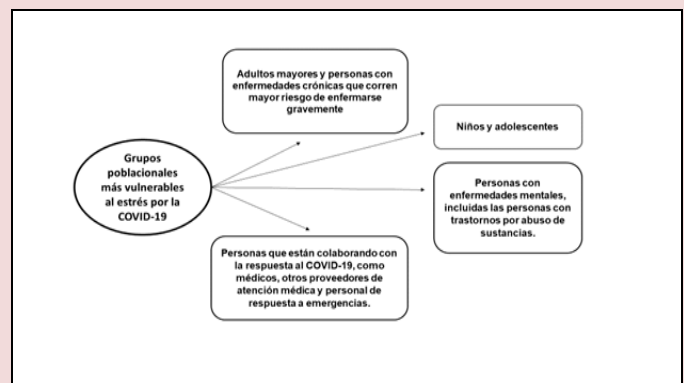
La Organización Panamericana de la Salud (OPS), se ha pronunciado al respecto, y entre un grupo de orientaciones dirigidas al

personal de la salud, ha planteado: sepa cómo brindar apoyo a las personas que se han visto afectadas por la COVID-19, y como vincularlas con los recursos disponibles.

Esto es especialmente importante para quienes requieren apoyo psicosocial y de salud mental- El estigma asociado con los problemas de salud mental podría causar cierta renuencia a buscar atención tanto por COVID-19 como por los trastornos de salud mental.

El exceso de información y los rumores infundados pueden hacer que las personas se sientan sin control y que no tengan claro qué hacer. Por esta causa, los individuos sienten sensación de: estrés, ansiedad, miedo, tristeza, y soledad, por lo que aumenta la posibilidad de que empeoren los trastornos de salud mental previos. Las razones antes expuestas agudizan el interés de profundizar en el conocimiento de cómo se comporta la salud mental, no sola de la población general, sino también de ciertos grupos poblacionales que son más susceptibles a desarrollar sintomatología psicológica relacionada con el estrés producido por la COVID-19.

La forma en que la población responde al brote depende de sus antecedentes, de los aspectos que los diferencian de otros individuos y de la comunidad en la que vive; no obstante, las personas que pueden tener una reacción más fuerte al estrés, en una crisis de este tipo, incluye a ciertos grupos poblacionales más vulnerables:



Asimismo, el Departamento de Salud Mental y Abuso de Sustancias de la OMS reconoce que los dependientes de bebidas alcohólicas u otras sustancias adictivas pueden tener un mayor riesgo psicosocial ante la pandemia de la COVID-19.

La Salud Mental constituye uno de los objetivos priorizados de la OMS, aunque la magnitud y el impacto que suponen los trastornos mentales no se corresponden con los recursos que se dedican a su investigación y atención.

Ante la aparición del brote epidémico de una enfermedad infecciosa producida por el (SARS-CoV-2), responsable del síndrome respiratorio agudo grave), conocida como COVID-19 (acrónimo del inglés *CoronaVirus Disease 2019*), las autoridades sanitarias y gubernamentales han adoptado medidas que intentan limiten al máximo la propagación de la enfermedad. Entre estas se encuentran la cuarentena y el aislamiento. Aunque cada persona reacciona de modo distinto ante situaciones estresantes, una epidemia infecciosa como la actual implica el distanciamiento social, la cuarentena y el aislamiento, por lo que los sentimientos que se experimentan con más frecuencia son ansiedad, preocupación o miedo en relación con:

- El deseo de beber alcohol o consumir sustancias de abuso para afrontar esta situación
- El propio estado de salud y el de familiares, amigos y conocidos.
- La experiencia de auto observación, o de ser observado por otros, por síntomas y la incertidumbre o frustración por

desconocer la duración de esta situación. signos de haber contraído la infección.

- La soledad asociada con el sentimiento de haber sido excluido del mundo y sus seres queridos.

Desde la perspectiva de la salud mental, una epidemia de gran magnitud implica una perturbación psicosocial que puede exceder la capacidad de manejo de la población afectada. Puede considerarse, incluso, que toda la población sufre tensiones y angustias en mayor o menor medida. Así es que se estima un incremento de la incidencia de trastornos psíquicos (entre una tercera parte y la mitad de la población expuesta podrá sufrir alguna manifestación psicopatológica, de acuerdo con la magnitud del evento y el grado de vulnerabilidad). Aunque debe destacarse que no todos los problemas psicológicos y sociales que se presentan podrán calificarse como enfermedades, la mayoría serán reacciones normales ante una situación anormal. Los efectos, generalmente, son más marcados en las poblaciones que viven en condiciones precarias, poseen escasos recursos y tienen limitado acceso a los servicios sociales y de salud.

Las personas que pueden presentar un mayor nivel de estrés durante una crisis incluyen: Personas mayores y personas con enfermedades crónicas; niños y adolescentes; personas que están ayudando con la respuesta, como los médicos y otros proveedores de atención médica; y personas que tienen problemas de salud mental, incluido el consumo de sustancia.



En el enfrentamiento a la COVID-19, a la par del aislamiento social y otras medidas sanitarias, urge potenciar la Resiliencia, el crecimiento personal, las relaciones intrafamiliares y la atención especial a los grupos vulnerables para así minimizar el impacto psicosocial de la epidemia en la población.

En fin, esta pandemia ha ocasionado un impacto mundial sin precedentes que repercute en la salud mental y el equilibrio entre una persona y su entorno sociocultural afectando su bienestar y calidad de vida, por lo que se ha diseñado por especialistas propuestas de intervención psicológica para disminuir los efectos emocionales negativos en los diferentes sectores de la población en la Provincia Mayabeque; ya que la COVID-19 provoca afectación en la salud mental e impone una intervención para disminuir los efectos psicológicos negativos, lograr equilibrio y bienestar emocional en los seres humanos.

#### **Bibliografía consultada:**

Hernández Rodríguez J. Impacto de la COVID-19 sobre la salud mental de las personas. Medicentro Electrónica [Internet]. 2020 Sep [citado 2021 Dic 07]; 24(3): 578-594. Disponible en:

[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1029-30432020000300578&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30432020000300578&lng=es)

Ribot Reyes VC, Chang Paredes N, González Castillo AL. Efectos de la COVID-19 en la salud mental de la población. Rev haban cienc méd [Internet]. 2020 [citado 2021 Dic 07]; 19(Supl 1): e3307. Disponible en:

[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1729-519X2020000400008&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-519X2020000400008&lng=es)

Pérez Valdés MA, Álvarez Morales NE, Rodríguez Cárdenas AE. Repercusión psicológica y social de la pandemia COVID-19. Rev medimay [Internet]. 2020 [citado 2021 Dic 07]; 27(2):252-261. Disponible en:

[https://scholar.google.com/cu/scholar?hl=es&as\\_sdt=0%2C5&q=%22marta+alba+p%2C%22A9rez+vald%2C%A9s%22&btnG](https://scholar.google.com/cu/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=%22marta+alba+p%2C%22A9rez+vald%2C%A9s%22&btnG)

Pérez Valdés MA. Viralizar producción científica confiable sobre la COVID-19 salva vidas. **Medimay** [Internet]. 2020 [citado 9 Dic 2021]; 27(4):[aprox. 4 p.]. Disponible en: <http://www.revcmhhabana.sld.cu/index.php/rcmh/article/view/1829>

Norma Esther, ., & Marta Alba, P. 2021 mar 2. Salud mental y COVID-19. 1 Fórum Científico Virtual

Cienciamayabeque2021. Disponible en: <http://www.cienciamayabeque2021.sld.cu/index.php/Fcvcm/Cienciamayabeque2021/paper/view/112/76>

**Contáctenos para mayor información en la biblioteca de nuestro centro:**

[bibcrisanto@infomed.sld.cu](mailto:bibcrisanto@infomed.sld.cu)

