

COVID-19 y la Vulnerabilidad Psicosocial

Virginia Torres-Lista
Abdel Solís-Rodríguez
Luis Carlos Herrera
Markelda Montenegro



INTRODUCCIÓN

Este Policy Brief, contempla de forma general los resultados de la investigación: Análisis Socioeconómico de las medidas adoptadas para enfrentar el COVID-19 en Panamá que tiene el objetivo de contribuir con evidencia científica para la toma de decisiones que nos permita como Estado adoptar estrategias innovadoras e implementar políticas públicas, para prevenir cualquier tipo de crisis de esta magnitud, brindar asistencia sanitaria de calidad, inclusivas y equitativas para todas las personas en las áreas rurales, de difícil acceso y las urbanas, garantizando una mejor calidad de vida para toda la población.

En Panamá, esta pandemia del COVID-19 impacta a nivel personal en aspectos psicológicos, sociales, económicas, políticos, entre otros. Se trata de ejemplificar como la llegada de la pandemia modificó los estilos de vida de las personas, donde los grupos vulnerables fueron los más afectados y el género femenino tuvo mayor deterioro a nivel de salud mental.

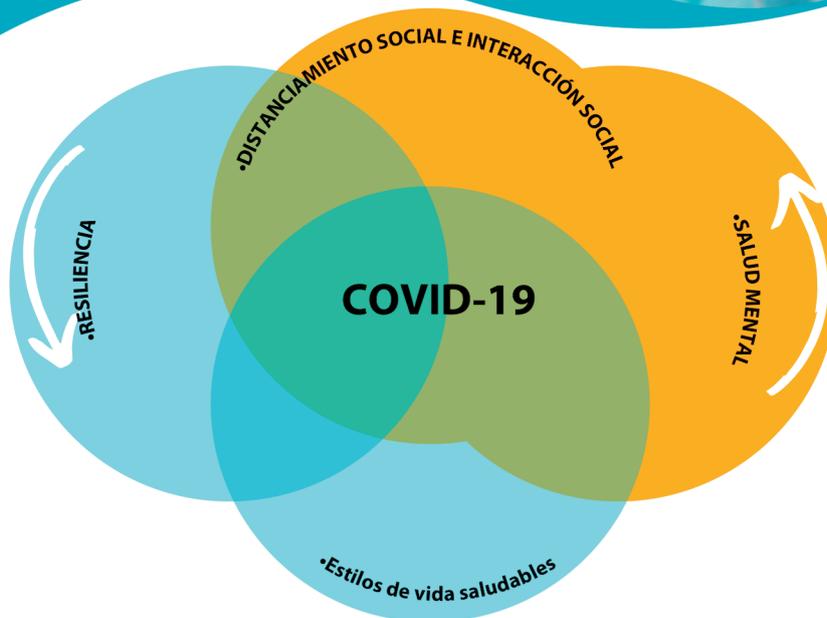
COVID-19 y su impacto en la dinámica social

La declaración de pandemia por el COVID-19 que inició en Wuhan el 31 de diciembre de 2020, en la República Popular China, ha provocado más de 505 millones de casos infectados y 6.2 millones de muertes en todo el mundo (Center for Systems Science and Engineering (CSSE) at Johns Hopkins University JHU, 2022).

Llegada del COVID-19 ha traído diversas consecuencias desde síntomas leves hasta casos graves, provocando la defunción. No obstante, el COVID-19 no solo acarrió problemas médicos, sino que además generó cambios, sociales, económicos, políticos (Montenegro, M., et al., 2022) que impactaron de forma directa e indirecta en la salud de las personas.



Identificación del impacto de la pandemia en principales aspectos psicosociales:



La **Salud Mental**, a causa del COVID-19, tuvo un deterioro significativo en las personas, debido que la sociedad en general no estaba preparada para una pandemia tan prolongada donde el primer impacto fue la movilidad (confinamiento) seguido del factor económico. Esto trajo un aceleramiento de síntomas psicológicos.

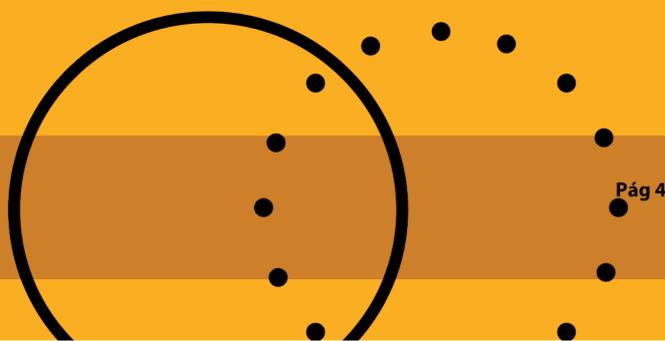
Vindegard, N. & Benros, ME. (2020), reportaron en su estudio que la sociedad en general, tuvo una disminución del bienestar psicológico y mayores niveles de ansiedad y depresión, esto pudo estar asociado a mayor riesgo de síntomas psiquiátricos/psicológicos, deterioro de las relaciones familiares y/o con uno mismo, donde el género femenino fue el más afectado. Además, encontraron, que los pacientes con COVID-19, tenían un alto nivel de síntomas de estrés postraumático (PTSS) y síntomas depresivos. Los pacientes con trastornos psiquiátricos preexistentes informaron de un empeoramiento de los síntomas.



Conclusiones

- **Interacción social, confinamiento y distanciamiento.** La pandemia de COVID-19 ha cambiado drásticamente la naturaleza de las interacciones sociales (Calbi, M., et al., 2021). Donde las primeras medidas instauradas por los países fue el **confinamiento o distanciamiento social** para mitigar la propagación del virus, no obstante, dichas medidas trajeron diversas consecuencias tanto a nivel de bienestar como sociales (comportamiento) (Nyenhuis, SM., et al., 2020; Kim, H., & Florack, A., 2021). Donde diversos estudios indicaron que la interacción social baja puede relacionarse con consecuencias negativas en la salud mental y el comportamiento (Nyenhuis, SM., et al., 2020).
- **Los impactos en Niños y adolescentes,** está determinado por múltiples factores, como la edad, el nivel educativo, socioeconómico, condición de salud mental preexistente, y el estar en cuarentena por infección o miedo a la infección (Singh, S. et al., 2020).
- **Impactos diferenciados por género.** Según la investigación, las más afectadas por la pandemia fueron las mujeres, que ya debían enfrentar una sociedad con desigualdad social, laboral y de género, donde las medidas de confinamiento, restricciones de horarios de desplazamiento, las pone en mayor riesgo de aumento de la violencia doméstica, aunado a la pérdida de ingresos en las familias por no poder realizar las actividades de emprendimiento, reducción de jornadas, suspensión de contratos, cierre de empresas, desempleo y la sobrecarga del trabajo no remunerado y los temas del cuidado, se han encontrado, otras afectaciones psicológicas, sentimiento de tristeza y nerviosismo, estrés, insomnio, con más alta prevalencia en las mujeres adultas y en adolescentes que trabajaban antes de la pandemia. Esta sensación viene asociado a la pérdida del contacto con amigos o con sus pares, tener pocos amigos, desacuerdos familiares y empeoramiento de la salud y el sueño (Barros, MBA., 2022).
- **Uso de internet.** El COVID-19, produjo un aumento en el uso de Internet, problemas del uso de Internet (PUI), algunos estudios se centraron en analizar tres tipos de PUI: juegos en línea, apuestas y visualización de pornografía, que en algunos casos aumento los problemas de salud mental. (Gjoneska, B., et al., 2022). En el caso de Panamá, el Procurador General de la Nación, Javier Caraballo nos manifestó la preocupación del aumento de delitos cibernéticos.

- **Estilos de vida.** salir al aire libre o realizar actividad física, donde esta disminución se encontró asociados con una tendencia en aumentos de depresión/ansiedad, cambios en la dieta/nutrición y sueño (Balanzá-Martínez V., et al., 2021). Esto es congruente con lo encontrado por Mattioli AV., et al., (2020) que una dieta poco saludable durante el aislamiento, puede estar asociados con una tendencia de síntomas como estrés y depresión. Además, los cambios en los estilos de vida saludables, aumento la presencia de enfermedades crónicas, obesidad y acentuación de la gravedad de enfermedades preexistente, donde en algunos casos incremento la tasa de mortalidad por infecciones del SARS-CoV-2. (de Frel D., et al., 2020).
- **La resiliencia también se encontró afectada** en el personal sanitario, donde en una situación normal, el personal sanitario tiene una constante lucha contra el agotamiento tanto físico como emocional ocasionado por el estrés laboral. No obstante, ante la llegada de la pandemia por el COVID-19, este agotamiento se triplicó debido que al inicio estaban luchando contra un virus desconocido. Donde algunos estudios arrojaban que el personal sanitario se encontraba mayormente vulnerables a depresión, ansiedad, insomnio y angustia, debido a jornadas largas de trabajo, no tener un tratamiento específico, manejar duelo, sensación de peligro o riesgo, contagiar a sus propios familiares, entre otras. (Santarone K, McKenney M, Elkbuli A., 2020).
- Por otra parte, la **pandemia del COVID-19 ha tenido un impacto negativo en los diferentes grupos poblacionales**, desde la infancia hasta el adulto mayor, donde los grupos vulnerables han sido los más afectados, ejemplo de ellos son los niños y adolescentes, que perciben el estrés de los padres, la soledad, conflictos familiares, disminución de actividades físicas, inseguridad financiera, la carga del cuidado y el estrés relacionado con el confinamiento (Ej., hacinamiento, cambios en la estructura y la rutina) son los principales factores de riesgos en la salud mental de este grupo (Prime H, Wade M, Browne DT., 2020; Manchia, M., et al., 2022). Por otra parte, los inmigrantes, las familias con bajo ingreso y/o con niños se han vistos afectados de forma negativa a la pérdida laboral, que impacta a todo el sistema familiar. (Prime H, Wade M, Browne DT., 2020). Es por esto que se recomienda, la construcción y mantenimiento de relaciones familiares sanas que son fundamentales en momentos de angustia y la optimización de los sistemas de creencias familiares para el entendimiento de la pandemia generada por el COVID-19. (Prime H, Wade M, Browne DT., 2020).



CONCLUSIONES

La pandemia generada por el COVID-19, colocó a prueba la capacidad de accionar de los países ante una crisis, donde la Resiliencia jugó un papel fundamental en la crisis sanitaria. No obstante, se observó una baja preparación ante dicha problemática donde las políticas actuales se centraron solo en la mitigación y olvidando otros factores como la psicosocial.



RECOMENDACIONES DE POLÍTICAS



Implementar el servicio de orientación y atención en crisis para la niñez, adolescencia y las mujeres con líneas telefónicas las 24 horas, con personal especializado que puedan prevenir situaciones, de abuso, violencia, intentos de suicidio o conductas que pongan en riesgo la vida e integridad de las personas o que agraven las implicaciones psicosociales ante cualquier tipo de crisis social y de salud, de acceso gratuito.



Ampliar el acceso a los servicios de asistencia sanitaria de calidad, de forma inclusiva y con equidad de género para toda la población, en todas las regiones, especialmente en las áreas rurales y de difícil acceso, con una estrategia que incorpore organizaciones de sociedad civil y el respaldo de organismos internacionales y nacionales (Cruz Roja, Cruz Blanca, OPS, COMISCA, UNFPA, ONU Mujeres, Clubes Cívicos, organizaciones de mujeres).



Crear nuevos programas y protocolos de salud mental a nivel nacional con servicios de prevención y apoyo para la niñez, juventud, las mujeres y adultos mayores, que contemple una sección para salud mental escolar donde cualquier centro escolar pueda referir los estudiantes con una recomendación del equipo psicopedagógico, para evaluación, atención y el control que requieren, especialmente a los sobrevivientes de COVID-19 y en crisis.



Implementar la Guía y recomendaciones para enfrentar el impacto psicosocial del COVID-19 que propone esta investigación, como plan piloto en los Centros de Salud a Nivel Nacional del MINSA y las policlínicas de la Caja del Seguro Social, en coordinación con el Instituto de Salud Mental.

REFERENCIAS

- Balanzá-Martínez V, Kapczinski F, de Azevedo Cardoso T, Atienza-Carbonell B, Rosa AR, Mota JC, De Boni RB. The assessment of lifestyle changes during the COVID-19 pandemic using a multidimensional scale. *Rev Psiquiatr Salud Ment (Engl Ed)*. 2021 Jan-Mar;14(1):16-26. doi: [10.1016/j.rpsm.2020.07.003](https://doi.org/10.1016/j.rpsm.2020.07.003). Epub 2020 Aug 29. PMID: 32962948; PMCID: PMC7456305.
- Barros MBA, Lima MG, Malta DC, Azevedo RCS, Fehlberg BK, Souza Júnior PRB, Azevedo LO, Machado ÍE, Gomes CS, Romero DE, Damacena GN, Werneck AO, Silva DRPD, Almeida WDS, Szwarcwald CL. Mental health of Brazilian adolescents during the COVID-19 pandemic. *Psychiatry Res Commun*. 2022 Mar;2(1):100015. doi: [10.1016/j.psychom.2021.100015](https://doi.org/10.1016/j.psychom.2021.100015). Epub 2021 Dec 17. PMID: 34977912; PMCID: PMC8695311.
- Calbi, M., Langiulli, N., Ferroni, F., Montalti, M., Kolesnikov, A., Gallese, V., & Umiltà, M. A. (2021). The consequences of COVID-19 on social interactions: an online study on face covering. *Scientific Reports*, 11(1). <https://doi.org/10.1038/s41598-021-81780-w>
- de Frel DL, Atsma DE, Pijl H, Seidell JC, Leenen PJM, Dik WA, van Rossum EFC. The Impact of Obesity and Lifestyle on the Immune System and Susceptibility to Infections Such as COVID-19. *Front Nutr*. 2020 Nov 19;7:597600. doi: [10.3389/fnut.2020.597600](https://doi.org/10.3389/fnut.2020.597600). PMID: 33330597; PMCID: PMC7711810.
- Forés, A. & Grané, J. (2008). *La resiliencia. Crecer desde la adversidad*. Plata forma Editorial, Barcelona, España. ISBN: 978-84- 96981-20-1
- Firth, J., Ward, PB. & Stubbs, B. (2019). Editorial: Psiquiatría de estilo de vida. *Psiquiatría Frontal*, 10 (2019), p. 597, [10.3389/fpsy.2019.00597](https://doi.org/10.3389/fpsy.2019.00597)
- Gjoneska B, Potenza MN, Jones J, Corazza O, Hall N, Sales CMD, Grünblatt E, Martinotti G, Burkauskas J, Werling AM, Walitza S, Zohar J, Menchón JM, Király O, Chamberlain SR, Fineberg NA, Demetrovics Z. Problematic use of the internet during the COVID-19 pandemic: Good practices and mental health recommendations. *Compr Psychiatry*. 2022 Jan;112:152279. doi: [10.1016/j.comppsy.2021.152279](https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2021.152279). Epub 2021 Oct 20. PMID: 34700188; PMCID: PMC8529894.
- Kim, H., & Florack, A. (2021). When Social Interaction Backfires: Frequent Social Interaction During the COVID-19 Pandemic Is Associated With Decreased Well-Being and Higher Panic Buying. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.668272>
- Labrague LJ, De Los Santos JAA. COVID-19 anxiety among front-line nurses: Predictive role of organisational support, personal resilience and social support. *J Nurs Manag*. 2020 Oct;28(7):1653-1661. doi: [10.1111/jonm.13121](https://doi.org/10.1111/jonm.13121). Epub 2020 Aug 21. PMID: 32770780; PMCID: PMC7436313.
- Labrague LJ, De Los Santos JAA. COVID-19 anxiety among front-line nurses: Predictive role of organisational support, personal resilience and social support. *J Nurs Manag*. 2020 Oct;28(7):1653-1661. doi: [10.1111/jonm.13121](https://doi.org/10.1111/jonm.13121). Epub 2020 Aug 21. PMID: 32770780; PMCID: PMC7436313.
- Manchia, M., Gathier, A. W., Yapici-Eser, H., Schmidt, M. V., de Quervain, D., van Amelsvoort, T., ... Vinkers, C. H. (2022). The impact of the prolonged COVID-19 pandemic on stress resilience and mental health: A critical review across waves. *European Neuropsychopharmacology*, 55, 22–83. <https://doi.org/10.1016/J.EURONEURO.2021.10.864>

REFERENCIAS

- Mattioli AV, Sciomer S, Cocchi C, Maffei S, Gallina S. Quarantine during COVID-19 outbreak: Changes in diet and physical activity increase the risk of cardiovascular disease. *Nutr Metab Cardiovasc Dis.* 2020 Aug 28;30(9):1409-1417. doi: [10.1016/j.numecd.2020.05.020](https://doi.org/10.1016/j.numecd.2020.05.020). Epub 2020 May 30. PMID: 32571612; PMCID: PMC7260516.
- Montenegro, Markelda, Herrera, Luis Carlos, Córdoba, Paúl, Solís-Rodríguez, Abdel, & Torres-Lista, Virginia. (2022). Análisis socioeconómico, jurídico y psicosocial de las medidas legales adoptadas para enfrentar el COVID-19. Zenodo. <https://doi.org/10.5281/zenodo.6416172>
- Nyenhuis SM, Greiwe J, Zeiger JS, Nanda A, Cooke A. Exercise and Fitness in the Age of Social Distancing During the COVID-19 Pandemic. *J Allergy Clin Immunol Pract.* 2020 Jul-Aug;8(7):2152-2155. doi: [10.1016/j.jaip.2020.04.039](https://doi.org/10.1016/j.jaip.2020.04.039). Epub 2020 Apr 28. PMID: 32360185; PMCID: PMC7187829.
- Prime H, Wade M, Browne DT. Risk and resilience in family well-being during the COVID-19 pandemic. *Am Psychol.* 2020 Jul-Aug;75(5):631-643. doi: [10.1037/amp0000660](https://doi.org/10.1037/amp0000660). Epub 2020 May 21. PMID: 32437181.
- Santarone K, McKenney M, Elkbuli A. Preserving mental health and resilience in frontline healthcare workers during COVID-19. *Am J Emerg Med.* 2020 Jul;38(7):1530-1531. doi: [10.1016/j.ajem.2020.04.030](https://doi.org/10.1016/j.ajem.2020.04.030). Epub 2020 Apr 15. PMID: 32336584; PMCID: PMC7156943.
- Solís-Rodríguez, Abdel, Torres-Lista, Virginia, Montenegro, Markelda, Herrera, Luis Carlos, Gálvez, Ida, Noriega, Gabriela, Urrutia, Michelle, & Castellero, Lucia. (2022). Guía y Recomendaciones Psicosociales para enfrentar la pandemia del COVID-19. Zenodo. <https://doi.org/10.5281/zenodo.6416221>
- Torres-Lista, V., Herrera, LC., Solís-Rodríguez, A., Sebastián Sebastián, M., Torres-Lista, U., Noriega, G., Aguilar de Johnson, N., Márquez, E., Montenegro, M. & Agrazal, J. (2020). La Lección Social del COVID-19 y sus Nuevos Retos. Zenodo. <https://doi.org/10.5281/zenodo.3900175>
- Vindegaard N, Benros ME. COVID-19 pandemic and mental health consequences: Systematic review of the current evidence. *Brain Behav Immun.* 2020 Oct;89:531-542. doi: [10.1016/j.bbi.2020.05.048](https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.05.048). Epub 2020 May 30. PMID: 32485289; PMCID: PMC7260522.

Reservados todos los derechos. Prohibida la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio, sin autorización escrita.

Las ilustraciones e Imágenes son Creative Commons CC0

COVID19-058

#JuntosHaciendoCiencia

www.cenics.org

Autores

Virginia Torres-Lista, Abdel Solís-Rodríguez,
Luis Carlos Herrera, Markelda Montenegro.

*Correspondencia:

Autor por correspondencia:

vtorres@usma.ac.pa

Agradecimientos

SENACYT, SNI y al BID, el financiamiento de esta investigación, (COVID19-058), a la USMA, CENICS, por su apoyo; a las instituciones aliadas como MEDUCA, MINSA, MIDES, INEC, AMPYME, MP, y organizaciones como APEDE, CONEP, Cámara de Comercio, Industrias y Agricultura de Panamá, ASOPROF, APADISCOS, entre otras.

Este Policy Brief, está basado en la investigación, "Análisis del impacto socioeconómico del COVID-19 en Panamá". Proyecto SENACYT, (COVID19-058), elaborado por investigadores del Centro de Investigaciones Científicas de Ciencias Sociales (CENICS) y la USMA. con la colaboración de instituciones públicas y organizaciones de la Sociedad civil.



Las opiniones y contenidos de esta publicación son de exclusiva responsabilidad de los autores, y no reflejan necesariamente la opinión de las entidades y organizaciones del Proyecto.