

El aumento de la depresión como consecuencia del confinamiento por el COVID-19

Montserrat León Vidal. Universidad Latinoamericana de Ciencias y Tecnologías, Costa Rica¹.

Resumen

En la actualidad, a nivel mundial se está experimentando un cambio radical en la vida de los seres humanos producto de la pandemia provocada por el COVID-19. Para evitar ser contagiado por el virus, el confinamiento y el distanciamiento social han sido protagonistas claves para mitigar la propagación de este.

Un aumento de ansiedad, estrés post traumático, crisis económica y laboral, han sido parte del impacto negativo que se ha tenido como resultado de la pandemia. La presente investigación, comprende un análisis exhaustivo de los factores de riesgo, detección, evaluación y tratamiento de la ideación suicida provocada por la afectación de la salud mental en pacientes diagnosticados previamente, o bien, desarrollado por esta lamentable situación.

Este proyecto responde a la pregunta principal: ¿se puede detectar de forma temprana la ideación suicida del adulto joven durante el COVID-19? Por ser una investigación con un enfoque cuantitativo, se realiza una entrevista a 10 adultos jóvenes de ambos sexos, con edades que comprenden un rango de edad desde los 21 años hasta los 59 años, con distintas ocupaciones, con la finalidad de evidenciar que la salud mental es un tema que no excluye ninguna característica o sector de la población.

Como principal hallazgo de la encuesta, se evidencia la poca investigación de la salud mental durante las consultas médicas pese a que se tiene un historial clínico de un diagnóstico psiquiátrico o psicológico. Lo que es realmente preocupante, ya que un 90% de la población que realizó la encuesta se encuentra emocionalmente afectado por el distanciamiento social, y un 60% posee una condición que pone en riesgo su salud mental.

Una detección temprana y un tratamiento profesional y oportuno de síntomas de depresión, ansiedad extrema e ideación suicida, puede hacer completamente la diferencia. Con esto, podemos hacer que Costa Rica no continúe siendo el país de Centroamérica con mayor porcentaje de actos suicidas.

¹ Montserrat León, Licenciada en Producción Industrial egresada del Instituto Tecnológico de Costa Rica, en el área de Operaciones de la Industria Médica como Ingeniera de Entrenamiento, es experta en temas regulatorios, representante de Costa Rica a nivel corporativo. En el proyecto de Integración de Belo Horizonte, realizó la adquisición en el tiempo establecido cumpliendo las normas y regulaciones. Desarrolladora del Laboratorio de Entrenamiento generando ahorros para la compañía de más de \$500k.

Palabras claves

COVID-19: se refiere el SARS-CoV-2 un nuevo coronavirus, identificado inicialmente en Wuhan, China. Responsable de la necesidad del confinamiento y distanciamiento social para evitar la propagación del virus.

Ideación suicida: presencia de persistencia de deseos de acabar con la vida, forma parte de la conducta suicida, por múltiples factores contribuyentes.

Distanciamiento social: es la condición de mantener un espacio físico entre una persona y otra, que no viva en el mismo hogar. Es una medida vital para ayudar a disminuir la propagación de un virus.

Salud mental: incluye el bienestar emocional, psicológico y social de las personas. Afecta la forma en que se piensa, se siente y se interactúa.

Abstract

Currently, the world is experiencing a radical change in the lives of human beings as a result of the pandemic caused by COVID-19. To avoid being infected by the virus, confinement and social distancing have been key players in mitigating its spread.

An increase in anxiety, post-traumatic stress, economic and labor crisis, have been part of the negative impact that has been had as a result of the pandemic. The present investigation includes an exhaustive analysis of the risk factors, detection, evaluation and treatment of the suicidal idea caused by the affection of mental health in patients previously diagnosed, or, developed by this unfortunate situation.

This project answers the main question: can young adult suicidal ideation be detected early during COVID-19? As it is a research with a quantitative approach, an interview is carried out with 10 young adults of both sexes, with ages that include an age range from 21 years to 59 years, with different occupations, in order to demonstrate that Mental Health is a subject that does not exclude any characteristic of the population sector.

As the main finding of the survey, there is little evidence of mental health research during medical consultations despite having a clinical history of a psychiatric or psychological diagnosis. Which is really worrying, since 90% of the population that took the survey is emotionally affected by social distancing, and 60% have a condition that puts their mental health at risk.

Early detection and professional treatment and opportunity for symptoms of depression, extreme anxiety, and suicidal ideation can make all the difference. With this, we can prevent Costa Rica from continuing to be the Central American country with the highest percentage of suicidal acts

Key Words

COVID-19: SARS-CoV-2 refers to a new coronavirus, initially identified in Wuhan, China. Responsible for the need for confinement and social distancing to prevent the spread of the virus.

Suicidal ideation: presence of persistent desire to end life, is part of suicidal behavior, due to multiple contributing factors.

Social distancing: it is the condition of maintaining a physical space between one person and another, who does not live in the same home. It is a vital measure to help reduce the spread of a virus.

Mental health: includes the emotional, psychological and social well-being of people. It affects the signature in which you think, feel and interact.

Introducción

Justificación del trabajo

El suicidio ha sido objeto de estudio de varias ramas de profesionales a través de la historia, por ser un tema tan antiguo como la humanidad misma. El proyecto se direcciona con la finalidad de revisar criterios en cuanto a factores de riesgo para poder lograr una mejor intervención de la salud, respecto a la prevención y manejo de personas con ideación suicida que correspondan a la población adulta de Costa Rica. Es fundamental conocer y mantener actualizada a la población con respecto al tema de la ideación suicida, ya que por falta de información o por negligencia, se pasan por alto las señales de advertencia y no se interviene de manera eficaz y oportuna para prevenir una muerte.

Comúnmente se ha visualizado la ideación suicida como producto de la poca priorización e importancia que se le ha atribuido a la salud mental. En los últimos años, se ha considerado al suicidio como una epidemia mundial y ha pasado a ser responsabilidad de un equipo multidisciplinario, que incluye desde el enfermero, médicos generales, psiquiatras y psicólogos, hasta personas involucradas directa o indirectamente con el paciente.

El suicidio es un problema grave de salud pública a nivel mundial y Costa Rica no es la excepción, pues para el 2014 se registraron 302 muertes violentas, cuya causa fue el acto suicida, eso equivale a uno cada 29 horas, aproximadamente; si bien es cierto, esa es una cifra lejana a la estimada por la OMS a nivel mundial, es un fenómeno prevenible que apaga una vida por día en Costa Rica. (Anuario Policial, 2014). Por este motivo, es importante abordar y concientizar la ideación como causa ligada al suicidio, ya que ha surgido como un nuevo reto para el sistema de salud público y privado en lo que refiere al manejo y disminución de la tasa de mortalidad por suicidio en Costa Rica.

Para lograr crear conciencia sobre esta problemática, primero se debe comprender su comportamiento, y la detección a tiempo puede significar la diferencia entre la vida y la muerte mediante el conocimiento amplio de los conceptos que integran cualquier acto, ideación o hechos sobre suicidio. Asimismo, sus factores de riesgo, prevención, diagnóstico y correcta intervención. Dando como resultado, un beneficio para la población costarricense por medio de la educación en cuanto al tema de salud mental e interpretación y abordaje de conductas suicidas.

Problema

De acuerdo con la Organización Mundial de La Salud, se estima que cada 40 segundos una persona cometerá suicidio en el mundo, lo que significa aproximadamente 800 000 muertes al año (OMS, 2019).

Pregunta de investigación

¿Se puede detectar de forma temprana la ideación suicida del adulto joven durante el COVID-19?

Objetivo General

Justificar la incidencia de la ideación suicida en la población adulto joven provocada por el COVID-19.

Objetivos Específicos

1. Valorar los factores de riesgo que puedan servir como señales para el diagnóstico temprano y la prevención de intentos suicidas en pacientes adultos jóvenes.
2. Explorar las repercusiones del COVID-19 en pacientes con ideación suicida previa en Costa Rica.
3. Demostrar los elementos claves para la detección, evaluación, diagnóstico y tratamiento de adultos jóvenes con riesgos de cometer suicidio.
4. Evaluar la medicina alternativa para reducir la probabilidad de pensamientos suicidas.

Forma de alcanzar dichos objetivos

El desarrollo de este trabajo dará inicio con una visión general sobre el tema de la idea suicida, introduciendo conceptos de relevancia con respeto al tema para la adecuada comprensión de la problemática global de este fenómeno, para obtener el conocimiento necesario para lograr intervenir de manera práctica y adecuada desde una perspectiva multidisciplinaria.

Con la finalidad de realizar un abordaje lo más completo posible sobre el tema del confinamiento y sus repercusiones, se justificará mediante una revisión exhaustiva de referencias bibliográficas relevantes como libros relacionados con la investigación, tesis,

páginas web, y artículos relacionados al tema, basándose en las características particulares de la población adulta, respecto a los factores de riesgo, diagnóstico, prevención y tratamiento de estos pacientes. Adicionalmente, se realiza una entrevista a médicos, psicólogos, y asociaciones, para sustentar y probar las teorías en cuanto a la ideación suicida.

Revisión Bibliográfica

El mundo se enfrenta actualmente a la pandemia del COVID-19, con un nuevo coronavirus, el SARS-CoV-2, identificado inicialmente en Wuhan, Hubei, China, a finales de 2019.

Los síntomas informados del COVID-19 son principalmente respiratorios con síndrome de dificultad respiratoria aguda, que finalmente conduce a la muerte en los casos más graves. Sin embargo, también se ha demostrado que el COVID-19 afecta a otros órganos, incluido el cerebro, y recientemente están surgiendo informes sobre síntomas neurológicos debido a la infección por COVID-19 (Troyer et al., 2020).

Dos estudios informaron sobre síntomas psiquiátricos entre pacientes con COVID-19. El primer estudio mostró que el Trastorno de Estrés Postraumático (TEPT) estaba presente en el 96,2% de los pacientes hospitalizados, pero estables. El segundo estudio mostró que la prevalencia de depresión fue elevada entre los pacientes recién recuperados de COVID-19, en comparación con los participantes en cuarentena. (Bo et al., 2020).

Costa Rica, es el segundo país con más suicidios en Centroamérica, actualmente, con una tasa de más de 7 por cada 100 mil habitantes, y por cada suicidio consumado existen al menos 20 intentos de suicidio, muchos asociados a enfermedades o trastornos mentales, que pueden ser diagnosticados y tratados oportunamente (Díaz, 2019).

El perfil epidemiológico de la Ideación Suicida corresponde predominantemente a mujeres en su mayoría, en estado civil soltero, en el grupo de edad de 18 a 34 años, de nacionalidad costarricense, con estudios secundarios e incluso universitarios y con una asociación al consumo de drogas y/o alcohol, que además presentaban algún trastorno del humor afectivo, mientras que el suicidio consumado, en cambio, es más frecuente en los hombres, quienes utilizan métodos más violentos y de mayor letalidad, sin embargo, los demás factores asociados a la ideación suicida y el suicidio son comunes para ambos sexos. La muerte por suicidio presenta un predominio de víctimas de sexo masculino en una relación de 7 hombres por cada mujer en un rango de 20 a 39 años. (Vargas et al, 2017).

Cada suicidio se traduce como una tragedia que afecta a familias, comunidades y países con efectos prolongados hacia el entorno del suicida. En el año 2016, fue la segunda causa principal de defunción, específicamente para la población de 15 a 29

años en todo el mundo, y un 79% de la totalidad de los suicidios tuvieron lugar en países de ingresos bajos y medianos (OMS, 2019).

Durante siglos, científicos, psicólogos y maestros espirituales han tratado de descubrir por qué sufrimos en el ámbito emocional. La melancolía, la tristeza, las crisis y los traumas se conectan con el cerebro y con el cuerpo. Actualmente, la medicina ha tenido que aceptar la idea de que cada enfermedad puede empeorar o mejorar debido al estado emocional del paciente. (Schulz, 2017).

Uno de los trastornos físicos más comunes en la cultura es el dolor emocional. La tristeza, la frustración, el agobio, todos tienen la misma energía química cerebral, los cuales se engloban bajo el apartado de la depresión; la tristeza excesiva. (Schulz, 2017, p.25)

En cuanto a los factores de riesgo, las víctimas del suicidio no tienen distinción alguna. Es decir, puede ser cualquier persona, sin importar donde esté ubicado o el momento para cometer el acto de quitarse la vida. No obstante, existen factores que contribuyen a aumentar el riesgo de cometer el suicidio, los cuales se detallan a continuación (Medline Plus, 2020):

1. Ser diagnosticado con depresión o algún otro trastorno de salud mental, o antecedentes familiares.
2. Ser víctima de violencia familiar, incluyendo abuso físico o sexual.
3. Acontecimientos determinantes de la vida, como la pérdida del trabajo, problemas financieros.
4. Tener dolor, sufrimiento, tristeza, soledad, agitación, frustración o irritabilidad.
5. Pérdida de un ser querido, o ruptura de una relación.
6. Estar intuitivamente sintonizado con la depresión o la tristeza de alguien más.
7. Abuso de drogas o alcohol.

Durante las primeras semanas del mes marzo, se empezaron a reportar pacientes diagnosticados y recuperados por el nuevo coronavirus SARS-CoV-2, que produce la enfermedad conocida como COVID-19. Actualmente, existen 23 872 casos positivos confirmados, 244 fallecimientos con un rango de edad entre 23 a 99 años. (Ministerio de Salud, 2020). A continuación, en la Figura 1, se presenta el panorama actual de la situación en Costa Rica:



Figura 1 Panorama Actual de Casos con COVID-19 en Costa Rica
Fuente: La Nación, 2020.

La pandemia ha repercutido de una manera importante en la salud mental debido al confinamiento producto del estrés generado por la crisis económica, el miedo a contagiarse, el aislamiento social y la cantidad de información que se recibe con respecto al virus. No obstante, las realidades de los costarricenses son completamente diferentes tomando en cuenta los recursos biológicos, psicológicos y de apoyo social con los que se cuenta. (Millán, 2020).

A pesar de que el COVID-19 es de reciente aparición, en los pasados cuatro meses se han publicado estudios bastante rigurosos, sobre cómo las personas han reaccionado a nivel emocional y conductual ante esta pandemia. De acuerdo con datos del Pew Research Center, de 6.2 millones de desempleados en febrero, se aumentó a 20.5 millones en mayo (Kohhar, 2020). Crayne (2020) presenta datos de que para algunas personas perder su empleo es incluso traumático y tiene el potencial de generalizar su malestar con su entorno familiar, y el buscar una nueva oportunidad laboral puede generar frustraciones y ansiedad.

En cuanto al impacto negativo del distanciamiento social y de la cuarentena social, estudios revelaron que las personas que cumplían con la indicación de no salir de sus casas se asociaban con presentar más ansiedad de salud, más preocupaciones financieras y sentirse muy solos. (Tull et al, 2020). En ausencia de las relaciones interpersonales significativas, los trastornos de ansiedad y depresión surgen o empeoran. Asimismo, la cuarentena dificulta para muchas personas la disponibilidad de intervenciones psicoterapéuticas y de asesoramiento.

Según Vindegaard y Benros (2020), se identificaron 43 estudios publicados sobre salud mental y COVID-19. Los tres hallazgos más interesantes son los siguientes:

1. De 714 pacientes con COVID-19 que estaban hospitalizados, el 96.2% informó síntomas de estrés postraumático.
2. Los pacientes que ya de antemano tenían trastornos psiquiátricos, mostraron una exacerbación de sus síntomas entre un 30% a un 50% de los casos.
3. Los factores de riesgo que predisponían a las personas a presentar complicaciones emocionales eran los siguientes: ser mujer, estrés, eventos traumáticos anteriores, tener poco conocimiento de la pandemia, y poco apoyo social.

Personas que están enfrentando esta pandemia con mayor vulnerabilidad por los factores mencionados anteriormente, se encuentran en una posición que aumenta la probabilidad de desencadenar síntomas como la ansiedad, depresión, abuso de drogas. En cuanto al abordaje respecto a la detección, evaluación, diagnóstico y tratamiento, se detallan en los siguientes apartados:

a) Detección:

La Dra. Mona Lisa Schulz (2017) defiende que, en cuanto a la detección de posibles víctimas con ideación suicida, se presentan los siguientes síntomas:

1. Sentirse cansado, adolorido; presentando infecciones de manera continua.
2. No conciliar el sueño o permanecer dormido.
3. Falta de aire.
4. Presión arterial afectada, subiendo y bajando con patrones no conocidos.
5. No lograr la concentración, enfocándose únicamente en la ansiedad.
6. Presión en el pecho.
7. Presión en partes claves del cuerpo, como dentadura y puños.

b) Evaluación y diagnóstico

La evaluación para poder llevar a cabo un diagnóstico debe ser realizada por medio de un profesional en el ámbito de la salud. Un médico realiza un examen físico y por medio de entrevistas se determina cuál podría ser una potencial causa de los pensamientos e ideaciones suicidas, para posteriormente brindar un tratamiento. (Mayo Clinic, 2020). Dichas evaluaciones incluyen las siguientes causas:

- Trastornos de salud mental: los pensamientos suicidas son relacionados con un problema mental aún no diagnosticado o tratado por medio de un médico especializado, como un psiquiatra u otro.
- Trastornos de salud física: la ideación suicida también puede estar relacionada con un problema de salud física no diagnosticado, ya que no se tienen análisis de sangre u otras pruebas físicas.

- Abuso de drogas y alcohol: el consumo excesivo o la incapacidad de disminuir o abandonar el consumo de drogas o alcohol repercute en una alteración de la realidad.
- Medicamentos: existen medicamentos recetados que tienen como efectos secundarios la ideación de pensamientos suicidas.

c) Tratamiento

El tratamiento de los pensamientos y el comportamiento suicida depende de la situación basándose en el riesgo de suicidio. Los tratamientos serán prescritos dependiendo de si es de emergencia o no. (Mayo Clinic, 2020).

- En casos de emergencia utilizando medicina convencional:
 - Si ya se ha realizado el intento de suicidio y/o se está herido, se debe llamar de inmediato al 911.
 - En caso de tener compañía, hacer que otra persona se encargue de realizar la llamada.
 - El médico hará preguntas y un examen en búsqueda de signos recientes o pasados de intentos de suicidio.
 - La clínica u hospital indicará el periodo de permanencia y el tiempo suficiente para asegurarse de que los tratamientos funcionan y de que el paciente estará seguro.
 - Los medicamentos antidepresivos, antipsicóticos, anti-ansiedad, en unión con otros medicamentos, son pre escritos para tratar la causa raíz del desequilibrio a nivel cerebral.
- En casos de no ser emergencia utilizando medicina alternativa:
 - Psicoterapia: también llamada terapia de conversación, se exploran los problemas que desencadenan los pensamientos suicidas y, en conjunto con el terapeuta, se elabora un plan y el objetivo de las sesiones.
 - Tratamiento para las adicciones: el tratamiento puede incluir desintoxicaciones, programas de tratamientos de adicciones, y asociaciones que realicen reuniones de grupos de autoayuda.
 - Respaldo y educación familiar: definitivamente los seres queridos deben ser educados con las situaciones que atraviesan los pacientes y sus desafíos, y mejorar la comunicación y relaciones.

Si una práctica no convencional se utiliza en reemplazo de la medicina convencional, se considera como alternativa. La mayoría de los métodos complementarios son productos naturales o prácticas del cuerpo y la mente. (Institutos Nacionales de la Salud, 2015). Estos se detallan a continuación:

- Productos naturales: son los productos botánicos, vitaminas, minerales y probióticos, conocidos comúnmente como suplementos dietéticos.
- Prácticas de la mente y el cuerpo: son procedimientos o prácticas diseñadas por un profesional. La cantidad de estudios de investigación sobre estos métodos varían de acuerdo con la práctica.

El distanciamiento físico y la incertidumbre por el confinamiento producto del COVID-19 han provocado que la población se sienta aislada, solitaria, por lo que se aumenta el riesgo de sufrir problemas de ansiedad, recaídas y pensamientos de suicidio en personas que padecen de afecciones del comportamiento, como depresión, trastorno bipolar, esquizofrenia y trastornos por abuso de alcohol y drogas. (NCOA, 2020). A continuación, se presentan cinco consejos para estos tiempos de incertidumbre:

1. Estar informado y tomar medidas prácticas para protegerse a sí mismo y a sus seres queridos.
2. Desarrollar actividades saludables, como, por ejemplo, una dieta saludable y bien equilibrada.
3. Asegurarse de tener siempre suministros de medicamentos recetados y de venta libre que necesita.
4. Cumplir con las rutinas regulares.
5. Mantenerse conectado con la familia, amigos y pasatiempos, para liberar sustancias que provoquen felicidad.

Metodología de investigación

El presente trabajo de investigación es de carácter observacional, se basa en una revisión bibliográfica, para la cual fue realizada la técnica de revisión de diversos artículos médicos y científicos, así como de datos estadísticos, que se refieren al tema de diagnóstico, prevención y manejo de pacientes adultos en riesgo de cometer un acto suicida. La distribución y dimensión del estudio es transversal, debido a que fue evaluada la información más reciente sobre la depresión, la ideación suicida y el suicidio, así como el distanciamiento social y el COVID-19.

La naturaleza de la investigación es de carácter cualitativo, debido a que anteriormente no se ha medido y se busca explicar el fenómeno desde otra perspectiva. (Hernández, 2016). Adicionalmente, fueron analizados datos y cifras en relación con la incidencia de los trastornos mentales de los adultos y el impacto en los miembros con ideación suicida previa, en Costa Rica, producto de la pandemia por el COVID-19.

El tipo de investigación es fenomenológico, ya que se identifican nuevas tendencias por medio de la recopilación y comparación de datos.

- Instrumento utilizado:
 - Bibliografía más actualizada con el propósito de desarrollar de manera completa los tópicos del estudio de investigación.
 - Encuesta.
- Lugar de estudio:
 - Costa Rica.
- Objeto de estudio:
 - Impacto de la pandemia por COVID-19.
- Población:
 - Se comprende como población al conjunto de sujetos que comparten determinadas características, en este caso, la población meta a la cual va dirigida esta investigación es a la de los adultos jóvenes a partir de los 20 años hasta los 45 años.
- Muestra:
 - La muestra será de 10 personas.
- Limitaciones:
 - La literatura sobre los síntomas psiquiátricos entre los pacientes con infección por SARS-CoV-2 y entre los pacientes psiquiátricos es muy limitada.
 - La mayoría de los estudios se realizaron en Asia, y algunos en Europa y América, lo que limita la generalización actual de los resultados.

Resultados

Al ser una investigación cualitativa, se confeccionó una encuesta (ver Figura 3) con el fin de conocer la percepción de la población adulto joven a partir de los 20 años hasta los 45 años, de ambos sexos, con respecto a las repercusiones del COVID-19 en cuanto a su salud mental y cómo esta se vio impactada debido al confinamiento y distanciamiento social. Se realizaron un total de 10 entrevistas, por medio de llamadas telefónicas y, a su vez, se utilizó también la plataforma Teams.

La entrevista fue llevada a cabo en una población con un 60% de mujeres y un 40% de hombres, del total, un 60% corresponde a adultos de 20 años a 45 años, un 20% de la población a menores de 20 años y un 20% resultaron ser mayores de 45 años. A continuación, en la Tabla 1, se presenta la información básica de las personas con rangos de edad, sexo y ocupaciones, completamente distintas, que fueron escogidas y accedieron a realizar la entrevista:

Tabla 1
Información de personas entrevistadas

Nombre	Edad	Sexo	Ocupación
Jose F.	26 años	Masculino	Consultor
Alejandro G.	29 años	Masculino	Administrador
Ilena R.	31 años	Femenino	Ama de casa
Jocselyn R.	21 años	Femenino	Contadora
Ana D.	26 años	Femenino	Relacionista Pública
Viviana U.	25 años	Femenino	Farmacéutica
Noelia Q.	20 años	Femenino	Estudiante
Alexandra G.	19 años	Femenino	Estudiante
Priscilla V.	59 años	Femenino	Pensionada
Alexander L.	57 años	Masculino	Retirado

Fuente: Elaboración propia, 2020.

Como se muestra en la Figura 2, se evidencia que un 80% de la población ha presentado cuadros depresivos y, a su vez, ha experimentado niveles de ansiedad extrema durante la pandemia y el confinamiento. Solamente un 20% de hombres y mujeres no han sufrido un impacto directo negativo en su salud mental.

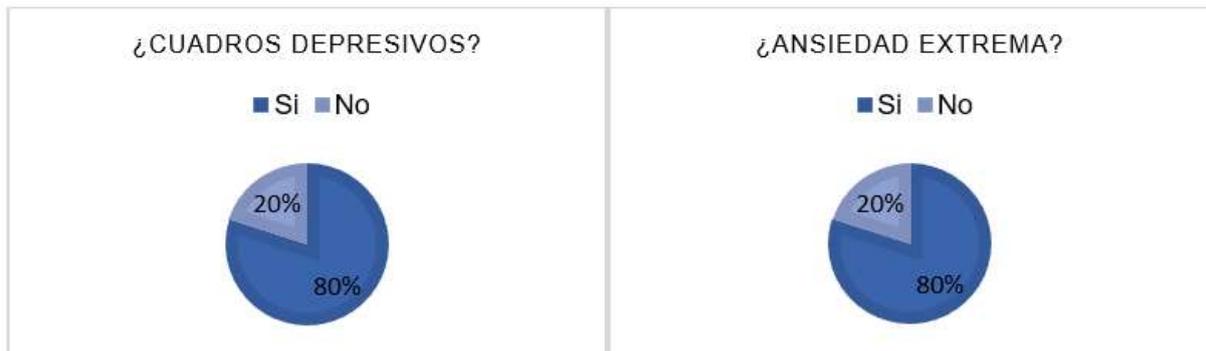


Figura 2. Resultados encuesta.
 Fuente: Elaboración propia, 2020.

Al 90% de la población encuestada, le ha afectado de una manera directa su estado emocional, específicamente por el hecho de tener que estar pasando una pandemia que ha desencadenado un distanciamiento social obligatorio para minimizar la exposición y el aumento en las probabilidades de ser contagiado. La Figura 3, evidencia que un 80% de la población ha incrementado el abuso de alcohol y drogas, producto del confinamiento y por el cambio de estilo de vida tan drástico, tanto en casa como en las rutinas cotidianas de estos.

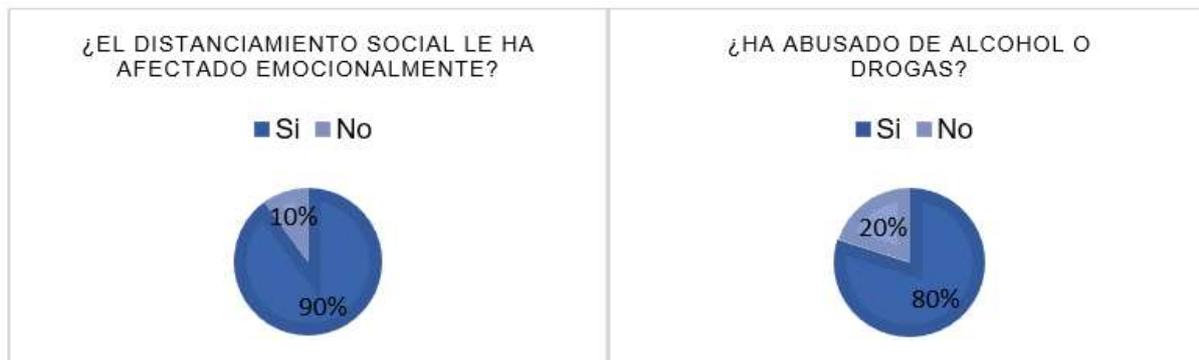


Figura 3. Resultados encuesta
Fuente: Elaboración propia, 2020.

En la Figura 4, se muestra que pese a que un 60% de la población estudiada son pacientes positivos a un diagnóstico psicológico o psiquiátrico, únicamente a un 20% de los mismos les hicieron preguntas e indagaron a profundidad en su salud mental durante el desarrollo de esta pandemia, tomando en cuenta que casi la totalidad de la población tuvo una afectación emocional debido a la pandemia y al distanciamiento social.

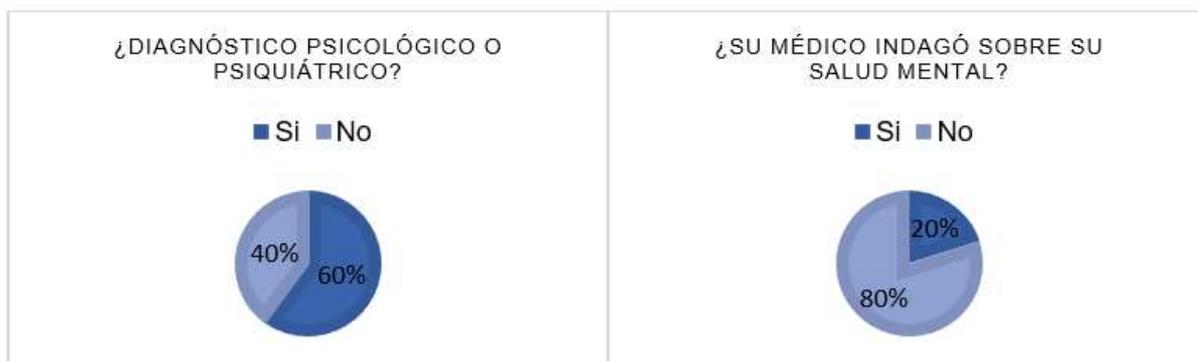


Figura 4. Resultados encuesta
Fuente: Elaboración propia, 2020.

La totalidad de las personas que fueron encuestadas respondieron que estaban pasando actualmente por problemas económicos y laborales a causa de la pandemia. En la Figura 5, se demuestra que únicamente a un 40% de la población les afecta a nivel emocional y físico que, como producto de las noticias sobre el aumento de casos, se empiecen a crear pensamientos suicidas, sentir desesperanza o ganas de morir. No obstante, los 10 entrevistados se encuentran enfrentando problemas importantes en cuanto a su economía y su trabajo.

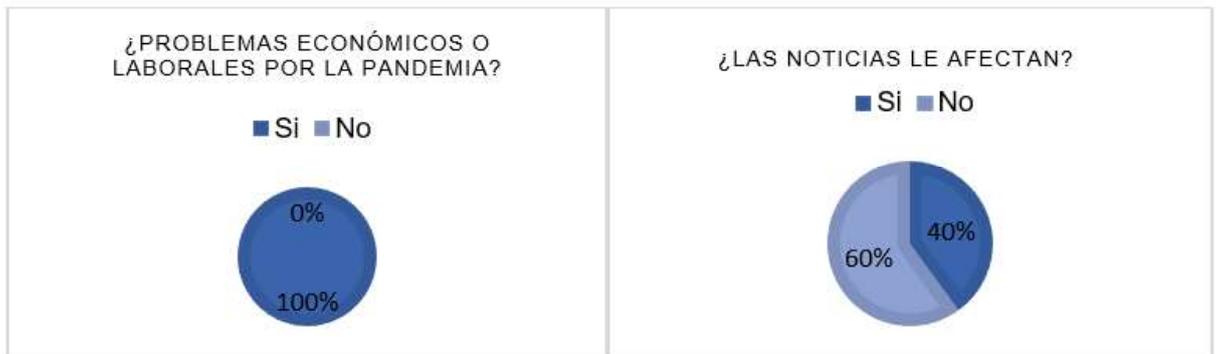


Figura 5 Resultados encuesta
 Fuente: Elaboración propia, 2020.

Finalmente, en la Figura 6, se muestra que un 90% de la población posee un desconocimiento sobre la medicina alternativa y no ha hecho uso de alguna, ya que no han sentido la necesidad o no tienen la suficiente confianza en la misma. El 10% expresa que ha experimentado la medicina alternativa, afirman que ha sido la homeopatía.

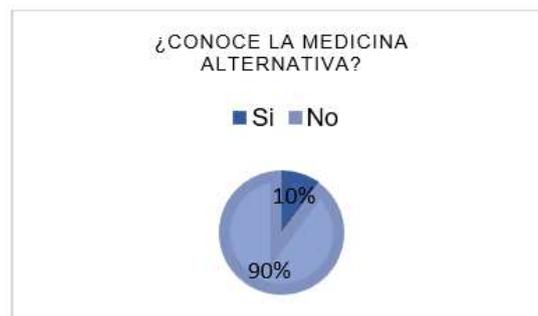


Figura 6. Resultados encuesta
 Fuente: Elaboración propia, 2020.

Discusión

La pandemia del COVID-19 ha dejado secuelas adversas psicológicas en un número creciente de ciudadanos. Los síntomas de ansiedad, depresión y estrés han aumentado significativamente en la población producto del confinamiento y el distanciamiento social, representando un impacto directo en las personas vulnerables por factores de riesgo. El estrés postraumático (TEPT) implica que tener COVID-19 es una experiencia muy traumática y amenazante por temer a perder la vida (Bo et al, 2020). Definitivamente, existe un menor bienestar psicológico una vez que inició la pandemia, el cual se

evidencia en el 80% de la población entrevistada que está experimentando cuadros depresivos y de ansiedad extrema debido al confinamiento y distanciamiento social.

El 60% de la población encuestada fueron mujeres, y en su totalidad, todas presentaron un incremento de ansiedad y afectación directamente en su salud mental. Un hallazgo mostrado en los datos anteriores es que las mujeres reportan más ansiedad y depresión que los hombres (Vargas et al, 2017). Las mujeres presentan síntomas de internalización ante situaciones estresantes como ansiedad, depresión, entre otros. Mientras que los hombres, por su parte, muestran más síntomas de externalización, como abusos de consumo de alcohol o drogas, entre otros.

Se han informado muchos factores de riesgos (especialmente de síntomas depresivos y de ansiedad), pero la mayoría de ellos ya son factores de riesgo bien conocidos para afecciones de salud mental. Aunque, un 60% de la población encuestada es diagnosticada con un padecimiento psicológico o psiquiátrico, la pandemia está agregando un aspecto de cuarentena y aislamiento que también es un factor de riesgo establecido con impacto psicológico, y preocuparse por las infecciones de familiares, amigos y conocidos, también es una dimensión recién agregada. Debido a las condiciones de vida alterada, muchos de los factores de riesgo identificados aumentarán, lo que implica un aumento en el número de pacientes, esto se demuestra con la encuesta, pues al 90% de la población le está afectando el distanciamiento social.

Un 80% de la población que realizó la encuesta afirma que ha abusado de alcohol y drogas producto del distanciamiento social y del confinamiento por COVID-19, lo cual ocasiona que exista una alteración de la realidad. De acuerdo con estudios realizados, el abuso de este tipo de sustancias puede ser un factor contribuyente y una potencial causa de los pensamientos e ideaciones suicidas (Mayo Clinic, 2020). Esto debido a que, en ausencia de relaciones interpersonales, las personas tienden a sentirse muy solas y esto se asocia directamente con el incremento de presentar más ansiedad, y por la preocupación de ser contagiado, por lo que prefieren redireccionar estos sentimientos a una realidad completamente alterada por medio del abuso de alcohol y drogas.

Los pensamientos suicidas pueden tener distintas causas. Con mayor frecuencia, los pensamientos suicidas pueden ser el resultado de sentimientos que no se pueden afrontar cuando se presenta una situación abrumadora en la vida. Si se cree que no hay esperanzas en el futuro, puede pensarse equivocadamente, que el suicidio es una solución. Es posible experimentar una especie de estrechez de criterio donde, en medio de una crisis, se sienta que el suicidio es la única salida. La Dra. Schulz afirma que la evaluación debe ser realizada por medio de un profesional en el área de la salud, no obstante, como resultado de la encuesta realizada, se expone que únicamente un 20% de los pacientes fueron entrevistados acerca de su salud mental. Lo que hace visible la poca priorización en este tema por parte de la atención médica. Las personas que

cometen suicidio o que tienen pensamientos o conductas suicidas suelen tener antecedentes familiares de suicidio, y el no intentar controlar los pensamientos o el comportamiento suicida por sí mismo puede ser causa de la falta de involucramiento por parte de los médicos y de tratamiento. Se necesita ayuda y respaldo profesional para superar los problemas relacionados con el pensamiento suicida.

De acuerdo con los estudios realizados en el Pew Research Center, existe un aumento de desempleo exponencial que repercute directamente en la salud mental de la población en general, por lo que se evidencia una fuerte relación entre estar desempleado y un declive en la salud mental (Kohhar, 2020). El problema del desempleo no solo es la potencial pérdida financiera, también mucha gente encuentra en su trabajo un motivo de sentido de vida, compañerismo, bienestar, y de expresión de valores personales. El 100% de la población que fue sometida a este estudio, afirma que está presentando problemas económicos o laborales, producto de la pandemia.

El NCOA (National Council of Aging) recomienda durante estos tiempos de incertidumbre estar atentos e informados en los medios, con la finalidad de estar preparados para protegerse a uno mismo y a su entorno. No obstante, un 40% de la población encuestada afirma que las noticias le afectan emocionalmente por la cantidad de información que se brinda. Como resultado de esta afectación, se tienen sentimientos de desesperanza, ganas de morir y hasta un potencial incremento de la ideación suicida.

Únicamente, un 10% de la población entrevistada tiene un conocimiento sobre lo que es la medicina alternativa. Por lo que no es posible evidenciar la posibilidad de que sea un medio efectivo para minimizar la probabilidad de la ideación suicida como tratamiento u opción para poder mejorar la calidad de vida, y disminuir la ansiedad provocada por la pandemia, el confinamiento y el distanciamiento social, que está demostrado que resulta ser el principal factor que desencadena el estrés postraumático, ansiedad y depresión.

Conclusiones

Dentro de los principales factores de riesgo, la ideación suicida evidencia que, predominantemente, las mujeres en su mayoría, en estado civil soltero, en el grupo de 20 a 45 años con asociación a diagnósticos previos, ya sean psicológicos o psiquiátricos, han presentado cuadros depresivos, un aumento de ansiedad extrema y un abuso de drogas y alcohol durante la pandemia, producto de la afectación del distanciamiento social. No obstante, aunque solamente el 40% de la población entrevistada fueron hombres, la totalidad de estos afirman que han experimentado un impacto negativo respecto a su salud mental.

Existe un aumento de los síntomas de depresión y ansiedad junto con un impacto negativo en la salud mental general, específicamente en los pacientes con trastornos psicológicos y psiquiátricos preexistentes, lo cuales informaron un empeoramiento de los síntomas debido al aumento en los niveles de estrés postraumático (TEPT) y depresión después de la infección por COVID-19 (Crayne, 2020). Un 90% de la población entrevistada presenta afectación por motivo del distanciamiento social, y un 60% poseen un diagnóstico previo de salud mental.

El no priorizar la salud mental como parte de la consulta médica, como se evidencia en la encuesta, ya que el 80% de los médicos no indagaron sobre la misma, implicará un aumento en la psicopatología de la población general, para lo cual resulta imprescindible el desarrollo de estrategias dirigidas a la preparación, educación y fortalecimiento de la salud mental de la población afectada. Capacitarse en temas de prevención del suicidio a nivel nacional o internacional con el fin de mejorar la detección y manejo en temas de salud mental.

El incremento en el abuso de drogas y alcohol es considerable, ya que un 80% de la población a la que se realizó la encuesta ha utilizado esta salida para un escape de realidad, y está demostrado que estas sustancias aumentan la probabilidad de la ideación suicida al enfrentarse al confinamiento y distanciamiento social.

El 100% de la población, que se estudió, afirmó que producto de la pandemia están experimentando problemas económicos y laborales, los cuales van acompañados de sentimientos de ansiedad y cuadros depresivos por lo que su salud mental se ve impactada, esta idea también la evidencia Kohhar (2020).

La medicina alternativa se mantiene como desconocida para un 90% de la población entrevistada. No se puede evidenciar la efectividad del uso de la medicina alternativa como opción para minimizar factores que aumenten la probabilidad de ideación suicida. Tomar en cuenta iniciativas alternativas que funcionen como complemento de tratamientos prescritos de la medicina convencional, que puedan mitigar la exposición del estrés, ansiedad y depresión (Instituto Nacional de la Salud, 2015).

Referencias Bibliográficas

- Anuario Policial. (2014). Poder Judicial República de Costa Rica: *Análisis Suicidios*. Recuperado de <https://www.poder-judicial.go.cr/planificacion/index.php/estadisticas-2014/file/444-suicidios-analisis>
- Bo et al. (2020). Síntomas de estrés postraumático y actitud hacia los servicios de salud mental en crisis entre pacientes clínicamente estables con COVID-19 en China. *Psychol.*
- Crayne, M. (2020). The traumatic impact of job loss and job search in the aftermath of COVID-19. *Psychological Trauma*, 12(1), 180-182.
- Díaz, M. (2019). Perfil epidemiológico del paciente con conducta suicida Hospital Nacional Psiquiátrico, CCSS, Costa Rica, 2014 al 2017. *Revista Cúpula*, 33(1), 11-25.
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, M. (2016). *Metodología de la investigación*. (6 Ed.). México: McGraw-Hill.
- Institutos Nacionales de la Salud. (2015). *Salud complementaria, alternativa o integral: ¿Qué significan estos términos?* Recuperado de <https://www.nccih.nih.gov/health/espanol/salud-complementaria-alternativa-o-integral-que-significan-estos-terminos>
- Kohhar, R. (2020). Unemployment rose higher in three months of COVID-19 than it did in two years of the Great Recession. *Pew Research Center*. Recuperado de https://www.upi.com/Top_News/US/2020/06/11/Pew-Research-Center-Unemployment-rise-is-higher-than-Great-Recession/6751591892091/
- Mayoclinic. (2018). *Suicidio y pensamiento suicidas*. Recuperado de <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/suicide/diagnosis-treatment/drc-2078054>
- Medline Plus. (2019). *Información de salud para usted: Suicidio*. Recuperado de <https://medlineplus.gov/spanish/suicide.html>
- Millán, R. (2020). COVID-19, prevención de suicidio y medios de comunicación. *Delfino*. Recuperado de <https://delfino.cr/2020/04/covid-19-prevencion-de-suicidio-y-medios-de-comunicacion>
- Ministerio de Salud de Costa Rica. (2020). *23 872 casos confirmados por COVID-19*. Recuperado de <https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/centro-de-prensa/noticias/741-noticias-2020/1837-23-872-casos-confirmados-por-covid-19>

- NCOA. (2020). *7 consejos para cuidar de su salud mental durante la pandemia del COVID-19*. Recuperado de <https://www.ncoa.org/about-ncoa/bienvenidos-a-ncoa/covid-19-recursos-para-adultos-mayores-y-sus-cuidadores/7-consejos-para-cuidar-de-su-salud-mental-durante-la-pandemia-del-covid-19/>
- Organización Mundial de La Salud. (2019). *Suicidio*. Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/suicide>
- Vargas, M. & Espinoza K. (2017). Suicidios en Costa Rica durante los años 2015 y 2016. *Med. Leg. Costa Rica* [online], 1(34), 35-50.
- Schulz, M. (2017). *Sana tu Mente*. (1 Ed.). Ciudad de México, México: Editorial Planeta Mexicana, S.A.
- Troyer E., Kohn N., y Hong, S. (2020) ¿Nos enfrentamos a una ola de secuelas neuropsiquiátricas del COVID-19? Síntomas neuropsiquiátricos y posibles mecanismos inmunológicos. *Brain Behav. Immun.*
- Tull, M., Edmonds, K., Scamaldo, K., Richmond, J., Rose, J., Gratz, K. (2020). Psychological outcomes associated with stay at home orders and the perceived impact of COVID-19 on daily life. *Psychiatry Research*, 289. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113098>
- Vindegard, N., & Benros, M. (2020). COVID-19 pandemic and mental health consequences: Systematic review of the current evidence. *Brain, Behavior and Immunity*. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.05.048>

Anexos

La siguiente encuesta se refiere a lo que usted ha sentido o experimentado en el primer semestre del año 2020, producto de la pandemia por el COVID-19.

ENCUESTA MODELO				
¿Género?				
<i>Masculino</i>		<i>Femenino</i>		
¿Edad?				
<i>Menor a 20</i>		<i>De 20 a 45</i>		<i>Mayor de 45</i>
¿Ha experimentado cuadros depresivos durante la pandemia?				
<i>SÍ</i>		<i>NO</i>		
¿Ha sentido ansiedad extrema producto del COVID-19?				
<i>SÍ</i>		<i>NO</i>		
¿Tiene usted algún diagnóstico de tipo psiquiátrico o psicológico?				
<i>SÍ</i>		<i>NO</i>		
¿Ha abusado de bebidas alcohólicas o de otras drogas en este período?				
<i>SÍ</i>		<i>NO</i>		
¿Tiene usted cónyuge o pareja?				
<i>SÍ</i>		<i>NO</i>		
¿El Médico del EBAIS indagó sobre su estado mental y emocional?				
<i>SÍ</i>		<i>NO</i>		
¿El distanciamiento social le ha afectado emocionalmente?				
<i>SÍ</i>		<i>NO</i>		
¿Ha experimentado problemas económicos o laborales por causa de la pandemia?				
<i>SÍ</i>		<i>NO</i>		
¿Las noticias sobre el número de casos nuevos de personas infectadas por el COVID-19 le llevan a sentir desesperanza, ganas de morir o pensamientos suicidas?				
<i>SÍ</i>		<i>NO</i>		
¿Conoce algún tipo de medicina alternativa, o utiliza alguna? Indique cuál en caso de ser positiva.				
<i>SÍ</i>		<i>NO</i>		

Figura 7. Entrevista Modelo
Fuente: Elaboración propia, 2020.

ENCUESTA #1				
¿Género?				
Masculino	X	Femenino		
¿Edad?				
Menor a 20		De 20 a 45	X	Mayor de 45
¿Ha experimentado cuadros depresivos durante la pandemia?				
SÍ	X	NO		
¿Ha sentido ansiedad extrema producto del COVID-19?				
SÍ	X	NO		
¿Tiene usted algún diagnóstico de tipo psiquiátrico o psicológico?				
SÍ	X	NO		
¿Ha abusado de bebidas alcohólicas o de otras drogas en este período?				
SÍ	X	NO		
¿Tiene usted cónyuge o pareja?				
SÍ	X	NO		
¿El Médico del EBAIS indagó sobre su estado mental y emocional?				
SÍ		NO	X	
¿El distanciamiento social le ha afectado emocionalmente?				
SÍ	X	NO		
¿Ha experimentado problemas económicos o laborales por causa de la pandemia?				
SÍ	X	NO		
¿Las noticias sobre el número de casos nuevos de personas infectadas por el COVID-19 le llevan a sentir desesperanza, ganas de morir o pensamientos suicidas?				
SÍ		NO	X	
¿Conoce algún tipo de medicina alternativa, o utiliza alguna? Indique cuál en caso de ser positiva.				
SÍ		NO	X	

Figura 8. Entrevista realizada
Fuente: Elaboración propia, 2020.

ENCUESTA #2				
¿Género?				
Masculino	X	Femenino		
¿Edad?				
Menor a 20		De 20 a 45	X	Mayor de 45
¿Ha experimentado cuadros depresivos durante la pandemia?				
SÍ	X	NO		
¿Ha sentido ansiedad extrema producto del COVID-19?				
SÍ	X	NO		
¿Tiene usted algún diagnóstico de tipo psiquiátrico o psicológico?				
SÍ	X	NO		
¿Ha abusado de bebidas alcohólicas o de otras drogas en este período?				
SÍ	X	NO		
¿Tiene usted cónyuge o pareja?				
SÍ		NO	X	
¿El Médico del EBAIS indagó sobre su estado mental y emocional?				
SÍ		NO	X	
¿El distanciamiento social le ha afectado emocionalmente?				
SÍ	X	NO		
¿Ha experimentado problemas económicos o laborales por causa de la pandemia?				
SÍ	X	NO		
¿Las noticias sobre el número de casos nuevos de personas infectadas por el COVID-19 le llevan a sentir desesperanza, ganas de morir o pensamientos suicidas?				
SÍ		NO	X	
¿Conoce algún tipo de medicina alternativa, o utiliza alguna? Indique cuál en caso de ser positiva.				
SÍ		NO	X	

Figura 9. Entrevista realizada
Fuente: Elaboración propia, 2020.

ENCUESTA #3				
¿Género?				
Masculino		Femenino	X	
¿Edad?				
Menor a 20		De 20 a 45	X	Mayor de 45
¿Ha experimentado cuadros depresivos durante la pandemia?				
SÍ	X	NO		
¿Ha sentido ansiedad extrema producto del COVID-19?				
SÍ	X	NO		
¿Tiene usted algún diagnóstico de tipo psiquiátrico o psicológico?				
SÍ	X	NO		
¿Ha abusado de bebidas alcohólicas o de otras drogas en este período?				
SÍ	X	NO		
¿Tiene usted cónyuge o pareja?				
SÍ	X	NO		
¿El Médico del EBAIS indagó sobre su estado mental y emocional?				
SÍ		NO	X	
¿El distanciamiento social le ha afectado emocionalmente?				
SÍ	X	NO		
¿Ha experimentado problemas económicos o laborales por causa de la pandemia?				
SÍ	X	NO		
¿Las noticias sobre el número de casos nuevos de personas infectadas por el COVID-19 le llevan a sentir desesperanza, ganas de morir o pensamientos suicidas?				
SÍ		NO	X	
¿Conoce algún tipo de medicina alternativa, o utiliza alguna? Indique cuál en caso de ser positiva.				
SÍ		NO	X	

Figura 10. Entrevista realizada
Fuente: Elaboración propia, 2020.

ENCUESTA #4				
¿Género?				
Masculino		Femenino	X	
¿Edad?				
Menor a 20		De 20 a 45	X	Mayor de 45
¿Ha experimentado cuadros depresivos durante la pandemia?				
SÍ		NO	X	
¿Ha sentido ansiedad extrema producto del COVID-19?				
SÍ	X	NO		
¿Tiene usted algún diagnóstico de tipo psiquiátrico o psicológico?				
SÍ		NO	X	
¿Ha abusado de bebidas alcohólicas o de otras drogas en este período?				
SÍ		NO	X	
¿Tiene usted cónyuge o pareja?				
SÍ	X	NO		
¿El Médico del EBAIS indagó sobre su estado mental y emocional?				
SÍ	X	NO		
¿El distanciamiento social le ha afectado emocionalmente?				
SÍ	X	NO		
¿Ha experimentado problemas económicos o laborales por causa de la pandemia?				
SÍ	X	NO		
¿Las noticias sobre el número de casos nuevos de personas infectadas por el COVID-19 le llevan a sentir desesperanza, ganas de morir o pensamientos suicidas?				
SÍ	X	NO		
¿Conoce algún tipo de medicina alternativa, o utiliza alguna? Indique cuál en caso de ser positiva.				
SÍ		NO	X	

Figura 11. Entrevista realizada
Fuente: Elaboración propia, 2020.

ENCUESTA #5				
¿Género?				
Masculino		Femenino	X	
¿Edad?				
Menor a 20		De 20 a 45	X	Mayor de 45
¿Ha experimentado cuadros depresivos durante la pandemia?				
SÍ	X	NO		
¿Ha sentido ansiedad extrema producto del COVID-19?				
SÍ		NO	X	
¿Tiene usted algún diagnóstico de tipo psiquiátrico o psicológico?				
SÍ	X	NO		
¿Ha abusado de bebidas alcohólicas o de otras drogas en este período?				
SÍ		NO	X	
¿Tiene usted cónyuge o pareja?				
SÍ	X	NO		
¿El Médico del EBAIS indagó sobre su estado mental y emocional?				
SÍ		NO	X	
¿El distanciamiento social le ha afectado emocionalmente?				
SÍ	X	NO		
¿Ha experimentado problemas económicos o laborales por causa de la pandemia?				
SÍ	X	NO		
¿Las noticias sobre el número de casos nuevos de personas infectadas por el COVID-19 le llevan a sentir desesperanza, ganas de morir o pensamientos suicidas?				
SÍ	X	NO		
¿Conoce algún tipo de medicina alternativa, o utiliza alguna? Indique cuál en caso de ser positiva.				
SÍ		NO	X	

Figura 12. Entrevista realizada
Fuente: Elaboración propia, 2020.

ENCUESTA #6				
¿Género?				
Masculino		Femenino	X	
¿Edad?				
Menor a 20		De 20 a 45	X	Mayor de 45
¿Ha experimentado cuadros depresivos durante la pandemia?				
SÍ		NO	X	
¿Ha sentido ansiedad extrema producto del COVID-19?				
SÍ	X	NO		
¿Tiene usted algún diagnóstico de tipo psiquiátrico o psicológico?				
SÍ	X	NO		
¿Ha abusado de bebidas alcohólicas o de otras drogas en este período?				
SÍ	X	NO		
¿Tiene usted cónyuge o pareja?				
SÍ	X	NO		
¿El Médico del EBAIS indagó sobre su estado mental y emocional?				
SÍ		NO	X	
¿El distanciamiento social le ha afectado emocionalmente?				
SÍ	X	NO		
¿Ha experimentado problemas económicos o laborales por causa de la pandemia?				
SÍ	X	NO		
¿Las noticias sobre el número de casos nuevos de personas infectadas por el COVID-19 le llevan a sentir desesperanza, ganas de morir o pensamientos suicidas?				
SÍ	X	NO		
¿Conoce algún tipo de medicina alternativa, o utiliza alguna? Indique cuál en caso de ser positiva.				
SÍ		NO	X	

Figura 13. Entrevista realizada
Fuente: Elaboración propia, 2020.

ENCUESTA #7				
¿Género?				
Masculino		Femenino	X	
¿Edad?				
Menor a 20	X	De 20 a 45		Mayor de 45
¿Ha experimentado cuadros depresivos durante la pandemia?				
SÍ	X	NO		
¿Ha sentido ansiedad extrema producto del COVID-19?				
SÍ	X	NO		
¿Tiene usted algún diagnóstico de tipo psiquiátrico o psicológico?				
SÍ		NO	X	
¿Ha abusado de bebidas alcohólicas o de otras drogas en este período?				
SÍ	X	NO		
¿Tiene usted cónyuge o pareja?				
SÍ		NO	X	
¿El Médico del EBAIS indagó sobre su estado mental y emocional?				
SÍ		NO	X	
¿El distanciamiento social le ha afectado emocionalmente?				
SÍ	X	NO		
¿Ha experimentado problemas económicos o laborales por causa de la pandemia?				
SÍ	X	NO		
¿Las noticias sobre el número de casos nuevos de personas infectadas por el COVID-19 le llevan a sentir desesperanza, ganas de morir o pensamientos suicidas?				
SÍ		NO	X	
¿Conoce algún tipo de medicina alternativa, o utiliza alguna? Indique cuál en caso de ser positiva.				
SÍ		NO	X	

Figura 14. Entrevista realizada
Fuente: Elaboración propia, 2020.

ENCUESTA #8					
¿Género?					
Masculino		Femenino	X		
¿Edad?					
Menor a 20	X	De 20 a 45		Mayor de 45	
¿Ha experimentado cuadros depresivos durante la pandemia?					
SÍ	X	NO			
¿Ha sentido ansiedad extrema producto del COVID-19?					
SÍ	X	NO			
¿Tiene usted algún diagnóstico de tipo psiquiátrico o psicológico?					
SÍ	X	NO			
¿Ha abusado de bebidas alcohólicas o de otras drogas en este período?					
SÍ	X	NO			
¿Tiene usted cónyuge o pareja?					
SÍ		NO	X		
¿El Médico del EBAIS indagó sobre su estado mental y emocional?					
SÍ	X	NO			
¿El distanciamiento social le ha afectado emocionalmente?					
SÍ	X	NO			
¿Ha experimentado problemas económicos o laborales por causa de la pandemia?					
SÍ	X	NO			
¿Las noticias sobre el número de casos nuevos de personas infectadas por el COVID-19 le llevan a sentir desesperanza, ganas de morir o pensamientos suicidas?					
SÍ		NO	X		
¿Conoce algún tipo de medicina alternativa, o utiliza alguna? Indique cuál en caso de ser positiva.					
SÍ	X	NO		¿Cuál?	Homeopatía

Figura 15. Entrevista realizada
Fuente: Elaboración propia, 2020.

ENCUESTA #9				
¿Género?				
Masculino	X	Femenino		
¿Edad?				
Menor a 20		De 20 a 45		Mayor de 45
				X
¿Ha experimentado cuadros depresivos durante la pandemia?				
SÍ	X	NO		
¿Ha sentido ansiedad extrema producto del COVID-19?				
SÍ	X	NO		
¿Tiene usted algún diagnóstico de tipo psiquiátrico o psicológico?				
SÍ		NO	X	
¿Ha abusado de bebidas alcohólicas o de otras drogas en este período?				
SÍ	X	NO		
¿Tiene usted cónyuge o pareja?				
SÍ	X	NO		
¿El Médico del EBAIS indagó sobre su estado mental y emocional?				
SÍ		NO	X	
¿El distanciamiento social le ha afectado emocionalmente?				
SÍ		NO	X	
¿Ha experimentado problemas económicos o laborales por causa de la pandemia?				
SÍ	X	NO		
¿Las noticias sobre el número de casos nuevos de personas infectadas por el COVID-19 le llevan a sentir desesperanza, ganas de morir o pensamientos suicidas?				
SÍ	X	NO		
¿Conoce algún tipo de medicina alternativa, o utiliza alguna? Indique cuál en caso de ser positiva.				
SÍ		NO	X	

Figura 16. Entrevista realizada
Fuente: Elaboración propia, 2020.

ENCUESTA #10				
¿Género?				
Masculino	X	Femenino		
¿Edad?				
Menor a 20		De 20 a 45		Mayor de 45 X
¿Ha experimentado cuadros depresivos durante la pandemia?				
SÍ	X	NO		
¿Ha sentido ansiedad extrema producto del COVID-19?				
SÍ	X	NO		
¿Tiene usted algún diagnóstico de tipo psiquiátrico o psicológico?				
SÍ		NO	X	
¿Ha abusado de bebidas alcohólicas o de otras drogas en este período?				
SÍ	X	NO		
¿Tiene usted cónyuge o pareja?				
SÍ	X	NO		
¿El Médico del EBAIS indagó sobre su estado mental y emocional?				
SÍ		NO	X	
¿El distanciamiento social le ha afectado emocionalmente?				
SÍ	X	NO		
¿Ha experimentado problemas económicos o laborales por causa de la pandemia?				
SÍ	X	NO		
¿Las noticias sobre el número de casos nuevos de personas infectadas por el COVID-19 le llevan a sentir desesperanza, ganas de morir o pensamientos suicidas?				
SÍ		NO	X	
¿Conoce algún tipo de medicina alternativa, o utiliza alguna? Indique cuál en caso de ser positiva.				
SÍ		NO	X	

Figura 17. Entrevista realizada
Fuente: Elaboración propia, 2020.