PUNTO DE VISTA

La atención psicológica en un centro de aislamiento en tiempos de COVID-19

Psychological care in an isolation center in times of COVID-19

Mónica González Brito[1] Yolanda Cabrera Macías[1]

[1] Universidad de Ciencias Médicas de Cienfuegos, Cuba

Cómo citar este artículo:
González-Brito M, Cabrera-Macías Y. La atención psicológica en un centro de aislamiento en tiempos de COVID-19. **Medisur** [revista en Internet]. 2021 [citado 2025 Jul 26]; 19(6):[aprox. 3 p.]. Disponible en: http://medisur.sld.cu/index.php/medisur/article/view/5144

Resumen

La situación actual generada por la pandemia de la COVID-19 afecta a todos los seres humanos, fundamentalmente a aquellos vinculados a personas enfermas o infectadas por el virus. Los profesionales de la Psicología en el contexto nacional e internacional aportan sus saberes y brindan ayuda a los pacientes y al personal de la salud. En el trabajo se pretende exponer las experiencias de la atención psicológica en un centro de aislamiento de personas contactos de pacientes con COVID-19

Palabras clave: orientación psicológica, técnicas psicológicas, infecciones por coronavirus.

Abstract

The current situation generated by the COVID-19 pandemic affects all human beings, mainly those linked to people who are sick or infected by the virus. Psychology professionals in the national and international context contribute their knowledge and provide help to patients and health personnel. The article aims to expose the experiences of psychological care in an isolation center for contact persons of patients with COVID-19.

Key words: psychological orientation, psychological techniques, coronavirus infections

Aprobado: 2021-11-18 21:26:56

Correspondencia: Mónica González Brito. Universidad de Ciencias Médicas de Cienfuegos. Cienfuegos. psicologia6002@ucm.cfg.sld.cu

INTRODUCCIÓN

En los últimos tiempos el mundo es azotado por la pandemia de la COVID-19. Millones de personas enferman y miles pierden la vida, creándose gran incertidumbre e inseguridad por sus consecuencias físicas y/o psicológicas. Los trabajadores de la salud demuestran su estirpe de guerreros en cada una de las posiciones de esta batalla: hospitales, policlínicos, consultorios, la comunidad y en los centros de aislamientos creados ante la pandemia, en cuya estructura de organización y servicios intervienen médicos, enfermeras, epidemiólogos, personal de servicio y psicólogos, todos consagrados para atender con calidad y dedicación cada paciente. La Psicología como ciencia juega un papel activo en este proceso, manteniendo desde sus inicios un rol destacado en esta tarea.

Los profesores de la universidad de ciencias médicas de Cienfuegos brindaron atención en el centro de aislamiento creado en sus instalaciones, en el que se trabajó desde el mes de febrero de 2021 hasta el mes de agosto. Extraordinaria experiencia se ha vivenciado al atender a personas contactos de enfermos y otros que posteriormente se confirmaron como positivos a la enfermedad en el estudio virológico. En el presente trabajo se pretende exponer las experiencias de la atención psicológica en un centro de aislamiento de personas contactos de pacientes con COVID-19.

DESARROLLO

Los profesionales de la Psicología contribuyen de diversas formas al combate de la pandemia, mediante la publicación de guías, protocolos y metodologías para la atención psicológica en las distintas áreas de trabajo[1,2,3,4] así como la investigación del comportamiento de variables psicológicas en diferentes contextos, y rol de la Psicología en dicha circunstancia.[5,6,7, 8]

La intervención psicológica en las actuales circunstancias va dirigida fundamentalmente a brindar apoyo emocional, facilitar el flujo de la información, realizar actividades de educación para la salud relacionadas con la COVID-19, enseñar a los pacientes a expresar los sentimientos y experiencias internas en relación con la situación que están viviendo, manejo del duelo, contribuir a adecuar los afrontamientos y a enseñarles a asumir comportamientos saludables.

En el centro de aislamiento en este periodo se brindó atención psicológica a pacientes de uno y otro sexo, en todos los rangos de edades, desde lactantes hasta ancianos, elemento que complejizaron el trabajo, por la diversidad de características físicas y psicológicas de las personas que allí se atendieron.

Los síntomas psicológicos fundamentales observados fueron: ansiedad, tristeza, irritabilidad, impulsividad, preocupación por la familia, reacciones emocionales y conductuales ante el duelo, insatisfacción y crisis ante las malas noticias, asociadas en la mayoría, a la recepción de la información de ser diagnosticado como positivo o contacto de un paciente positivo en el centro.

Al analizar los síntomas según los grupos etarios; en los niños predominó ansiedad e intranquilidad, como consecuencia de las limitaciones de movimientos que impone el lugar, así como la adaptación a un nuevo ambiente, y en los adultos prevalece la ansiedad, la tristeza e insatisfacciones relacionadas con múltiples causas que generan irritabilidad y malestar psicológico, muchas veces por la incapacidad individual para adaptarse a los cambios impuestos en el estilo de vida, el dejar detrás bienes materiales y romper abruptamente con los hábitos cotidianos.

En la atención psicológica dirigida a los pacientes, en el primer encuentro se brindaron orientaciones acerca del comportamiento que deben mantener para proteger la salud, en relación al cumplimiento de las medidas de bioseguridad establecidas, posteriormente se realizaron actividades de promoción y prevención de salud.

Las técnicas de tratamiento abarcaron lo individual y lo grupal en función de las necesidades y la situación que se presentara. Individualmente se brindó orientación psicológica y apoyo emocional, se enseñaron técnicas de respiración profunda y relajación, se canalizaron inquietudes y preocupaciones que le afectaran.

Las dinámicas grupales se realizaron con miembros de una familia que se encontraban allí ingresados, con personas que comparten la misma habitación, con grupos de adolescentes y con grupos de embarazadas.

Otra de las acciones llevadas a cabo por los psicólogos del sector salud de esta provincia y no

menos importante, fue la creación de una aplicación (apk) para teléfonos móviles, donde se ofrecen recursos psicológicos de probado valor terapéutico tanto para pacientes como para trabajadores.[9] Denominada Psiconsalud, puede ser descargada en la intranet de Salud, permite incrementar los conocimientos y la comprensión acerca de las reacciones emocionales más frecuentes ante la COVID-19, contribuyendo así a mejorar la salud psicológica de pacientes y trabajadores, al ofrecer vías para afrontar la situación generada por la epidemia sin necesidad de la aplicación de técnicas psicológicas tradicionales cara-cara.

La APK Psiconsalud puede ser consultada y descargada por los pacientes ingresados en el centro fácilmente a través de una nube creada en Google Drive para dichos fines, mediante el siguiente enlace: https://sites.google.com/view/covidcfg.

En relación a la atención psicológica a los trabajadores se impartieron varios temas con el fin de contribuir a la cohesión del equipo de trabajo y lograr el bienestar psicológico, ayudándoles a manejar adecuadamente las situaciones a las que están expuestos constantemente en el centro de aislamiento. Se han debatido varios temas como la comunicación asertiva, el trabajo en equipo, escucha activa, relación jefe - subordinado, el estrés y su manejo en tiempos de pandemia.

De forma individual, se ayudó a los profesionales de la salud que allí laboraron y el personal de servicio, a canalizar sus preocupaciones e inquietudes, se les brindó apoyo y orientaciones necesarias para el manejo del estrés propio del contexto laboral y de situaciones familiares que emergieron en esta cotidianidad.

CONCLUSIONES

Los principales síntomas psicológicos observados en los pacientes en el centro de aislamiento están determinados fundamentalmente por los cambios en los hábitos de vida, estilos de vida impuestos, la limitación de movimientos de necesaria obligación en el lugar, producto de las características que posee esta enfermedad.

Las preocupaciones por la enfermedad y sus consecuencias fueron expresadas por los pacientes al recibir el diagnóstico o cuando tienen un familiar cercano enfermo.

Las técnicas de tratamiento que se emplearon con mayor frecuencia fueron: apoyo emocional, orientación psicológica, ejercicios respiratorios, técnicas de relajación y dinámicas de grupo.

Las actividades realizadas con los trabajadores para el mejoramiento del trabajo en equipo constituyen una fortaleza para mantener la armonía, el equilibrio psicológico y la estabilidad laboral del centro.

Conflicto de intereses

Las autoras declaran no tener conflicto de intereses.

Contribuciones de las autoras

Conceptualización: Mónica González Brito; Yolanda Cabrera Macías.

Redacción: Mónica González Brito; Yolanda Cabrera Macías.

Redacción, revisión y edición: Mónica González Brito; Yolanda Cabrera Macías.

Financiamiento

Universidad de Ciencias Médicas de Cienfuegos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. López-Angulo L, Valladares-González A. Consejería: alternativa para elevar la autorresponsabilidad y autoeficacia ante la COVID-19. Medisur [revista en Internet]. 2020 [cited 22 May 2020] ; 18 (3): [aprox. 6p]. Available from: http://medisur.sld.cu/index.php/medisur/article/view/4647.

2. Rodríguez-Rodríguez T, Fonseca-Fernández M, Valladares-González A, López-Angulo L. Protocolo de actuación psicológica ante la COVID-19 en centros asistenciales. Cienfuegos. Cuba. Medisur [revista en Internet]. 2020 [cited 22 May 2020] ; 18 (3): [aprox. 13p]. Available from: http://medisur.sld.cu/index.php/medisur/article/view/4671.

3. López-Angulo L, Valladares-González A, Canel-Núñez O. Propuesta metodológica para el abordaje psicológico de los prestadores de salud a las personas en centros de aislamiento por

COVID 19. Medisur [revista en Internet]. 2020 [cited 22 May 2020] ; 18 (3): [aprox. 16p]. Available from: http://medisur.sld.cu/index.php/medisur/article/view/4674.

4. Valladares-González A, López-Angulo L. Línea CONVIDA. Propuesta de guía práctica psicológica ante la situación emergente de la COVID 19. Cienfuegos, 2020. Medisur [revista en Internet]. 2020 [cited 13 Abr 2021] ; 18 (3): [aprox. 14p]. Available from: http://www.medisur.sld.cu/index.php/medisur/article/view/4692.

5. Urzua A, Vera P, Caqueo A, Polanco R. La psicología en la prevención y manejo de del Covid. Aportes desde la evidencia inicial. 2020. Terapia psicológica. 2020 ; 38 (1): 103-18.

6. Vera, P. Psicología y Covid- 19: un análisis desde los procesos psicológicos básicos. Cuadernos de neuropsicología. 2020 ; 14 (1): 23-8.

7. Inchausti F, García N, Prado J, Sánchez S. La Psicología clínica ante la pandemia Covid 19 en España. Clínica y Salud. 2020 ; 31 (2): 105-7.

8. Lorenzo A, Díaz K, Zaldívar D. La psicología como ciencia en el afrontamiento a la Covid 19: apuntes generales. Anales de la Academia de Ciencias de Cuba [revista en Internet]. 2020 [cited 20 May 2021] ; 10 (2): [aprox. 8p]. Available from: http://www.revistaccuba.cu//index.php/revacc/article/view/839/856.

9. PsiConSalud. APK para el apoyo psicológico y la orientación ante la COVID-19 [Internet]. Cienfuegos: CPICM; 2020. [cited 20 May 2021] Available from: http://www.cfg.sld.cu/noticia/2020/05/29/psiConSalud.