

Carta al editor

Cuarentena por COVID-19 y la necesidad de mejorar el soporte psicológico en Latinoamérica

COVID-19: Quarantine and the Need to Improve Psychological Support in Latin America

Joel Figueroa-Quiñones

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Perú

Señor editor:

La enfermedad por coronavirus denominada 2019 nCoV o COVID-19 se ha convertido en un problema de salud pública, que ha generado preocupación y alarma en la población mundial. La COVID-19 muestra síntomas similares a un resfriado común tales como fiebre, tos y dificultad para respirar, entre otros; sin embargo, la complicación podría generar neumonía, síndrome respiratorio agudo severo (SARS-CoV), síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS-CoV) y causar la pérdida de la vida (World Health Organization, 2020a). Su rápida expansión ha reportado más de 3 500 000 millones de infectados y 250 000 mil fallecidos en más de 200 países en tan solo unos meses. Por ello, ha sido calificada como pandemia por la Organización Mundial de la Salud (OMS) (World Health Organization, 2020b).

Ante la amenaza de la COVID-19, los gobiernos han puesto en cuarentena a millones de personas como medida para evitar la propagación del contagio. Sin embargo, diversos estudios evidencian el impacto psicológico que la cuarentena genera en las personas (Vásquez et al., 2020). Se ha encontrado que la población suele afligirse y expresar síntomas de miedo y pánico ante situaciones que le provoquen amenaza y peligro como la pérdida de libertad. La percepción de vulnerabilidad en la que se encuentra el sujeto ante el peligro y el riesgo al cual se enfrenta y algunos factores como la duración de la cuarentena, la condición económica baja, la insatisfacción de suministros, la escasa información, la frustración y el aburrimiento pueden provocar reacciones emocionales de desesperación, angustia y desencadenar una respuesta anormal como un trastorno en la salud mental (Brooks et al., 2020).

Los organismos internacionales de salud han advertido sobre la importancia del cuidado de la salud mental ante las medidas adoptadas frente a situaciones críticas como una

Joel Figueroa-Quiñones. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Instituto de Investigación, Chimbote, Perú.

El autor declara no tener ningún conflicto de interés. El presente estudio fue financiado por la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

La correspondencia en relación con este artículo se dirige a Joel Figueroa-Quiñones. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Instituto de Investigación, Chimbote, Perú. Dirección electrónica: joelfq.13@gmail.com



pandemia mundial (Unidad de Salud Mental et al., 2016). Estudios realizados en Wuhan, la primera población afectada por la COVID-19, muestran que, ante las medidas de aislamiento social obligatorio o cuarentena impuestas, se implementaron intervenciones y medidas psicológicas como la habilitación de líneas directas de atención psicológica y consultas psicológicas a través de plataformas online que contribuyeron a mantener la estabilidad mental de la población (Zhou, 2020).

Por ello, identificamos a los países de América Latina que adoptaron la cuarentena como una medida de salud pública ante la COVID-19 y revisamos la disponibilidad de intervenciones digitales y en línea que se han realizado para reducir sus efectos negativos de la cuarentena. A través de los medios locales digitales y los colegios de psicólogos de cada país latinoamericano se incluyó información sobre el estado de cuarentena, su duración en días, la disponibilidad de atención psicológica y su acceso (ver tabla 1).

Tabla 1

Países latinoamericanos que han implementado cuarentena por COVID-19 y atención en línea por parte de sus respectivos colegios de psicólogos

Países ^a	Cuarentena		Duración		Atención en línea		Gratuita		Acceso al colegio de Psicólogos
	Sí	No	15 o menos días	Más de 15 días	Sí	No	Sí	No/no reporta	
Brasil	✓			✓		X	X		https://bit.ly/2xTzqU4
Chile	✓			✓	✓		X		https://bit.ly/2Vakn0e
Ecuador	✓			✓		X	X		https://bit.ly/2RbGdz0
México	✓			✓		X	X		https://bit.ly/2JDjR5v
República Dominicana	✓			✓		X	X		https://bit.ly/34db6IB
Panamá	✓			✓		X	X		https://bit.ly/34e7qqa
Perú	✓			✓	✓		✓		https://bit.ly/2JITgUq
Argentina	✓			✓	✓		✓		https://bit.ly/2JIX87T
Colombia	✓			✓	✓		✓		https://bit.ly/2wloazm
Costa Rica	✓			✓	✓		✓		https://bit.ly/3aLvcfr
Uruguay	✓		✓			X	X		https://bit.ly/3bSrm4r
Cuba	✓			✓		X	X		https://www.scp.psico.uh.cu/
Honduras	✓			✓	✓		✓		https://bit.ly/2RdGjpW

Continúa...

CUARENTENA POR COVID-19 Y LA NECESIDAD DE MEJORAR EL SOPORTE PSICOLÓGICO EN LATINOAMERICA

Países ^a	Cuarentena		Duración		Atención en línea		Gratuita		Acceso al colegio de Psicólogos
	Sí	No	15 o menos días	Más de 15 días	Sí	No	Sí	No/no reporta	
Venezuela	✓			✓	✓		✓		https://bit.ly/2RebJwx
Bolivia	✓			✓		X		X	https://bit.ly/39RbsWQ
Trinidad y Tobago	✓			✓	✓		✓		https://bit.ly/2UIhgNY
Paraguay	✓			✓	✓		✓		https://bit.ly/2VaE346
Guatemala	✓			✓	✓		✓		https://bit.ly/2yCWgi1
Jamaica	✓		✓			X		X	https://bit.ly/3c5fP23
El Salvador	✓			✓		X		X	https://bit.ly/2JKFyQQ
Haiti ^b	✓			✓	-	-	-	-	-
Nicaragua ^b					-	-	-	-	-

^aLos países se encuentran ordenados de acuerdo a la cantidad de casos de covid-19 confirmados por la OMS al 4 de abril del 2020. Información disponible en https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200404-sitrep-75-covid-19.pdf?sfvrsn=99251b2b_4. ^bNo se encontró la entidad respectiva que regule a los profesionales de Psicología.

La mayoría de países en Latinoamérica han establecido cuarentena durante un periodo de más de 15 días. Pero, menos de la mitad de estos países han habilitado atención en línea gratuita por medios telefónicos y digitales. Los respectivos colegios de psicólogos y sus agremiados en Colombia, Perú, Argentina, Costa Rica, Honduras, Venezuela, Trinidad y Tobago, Paraguay y Guatemala han puesto a disposición la atención psicológica y las recomendaciones para el cuidado de la salud mental frente a la cuarentena como medida de protección ante la COVID-2019 (ver tabla 1). Pese a esta disposición de algunos países, aún se identifica la ausencia de coordinación de la mayoría de los colegios profesionales de psicólogos de los países de la región para brindar acciones dirigidas en atención hacia el cuidado de la salud mental y resulta necesario que estas instituciones implementen soportes preventivos y de intervención debido a los efectos psicológicos que podrían registrarse.

Por tanto, se requiere que los gobiernos y los sectores de salud coordinen con sus respectivos colegios profesionales de psicólogos y anticipen al efecto e impacto adverso que la cuarentena debido a la COVID-19 genera en la salud mental de la población. Además, el uso de recursos como plataformas digitales, dispositivos electrónicos, líneas directas e internet son herramientas que los colegios profesionales de psicólogos pueden implementar como soporte de ayuda inmediata para la atención de la salud mental. Finalmente, la elaboración de directrices y las guías de intervención psicológica oportunas ayudarían a detectar y mantener la salud mental de la población general.

Referencias

- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395(10227), 912–920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Unidad de Salud Mental, Abuso de Sustancias, Tecnología y Prestación de Servicios de Salud, & Organización Panamericana de la Salud (2016). *Protección de la salud mental en situaciones de epidemias*. https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=935&Itemid=1106&lang=es
- Vásquez, G., Urtecho-Osorto, Ó. R., Agüero-Flores, M., Díaz Martínez, M. J., Paguada, R. M., Varela, M. A., Landa-Blanco, M., & Echenique, Y. (2020). Salud mental, confinamiento y preocupación por el coronavirus: Un estudio cualitativo. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology*, 54(2), e1333. <https://doi.org/10.30849/ripijp.v54i2.1333>
- World Health Organization (2020a). *Coronavirus*. <https://www.who.int/westernpacific/health-topics/coronavirus>
- World Health Organization (2020b). *Novel coronavirus (COVID-19) situation*. <https://covid19.who.int/>
- Zhou, X. (2020). Psychological crisis interventions in Sichuan Province during the 2019 novel coronavirus outbreak. *Psychiatry Research*, 286, 112895. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112895>

CUARENTENA POR COVID-19 Y LA NECESIDAD DE MEJORAR EL SOPORTE PSICOLÓGICO EN LATINOAMERICA

Recibido: 6 de mayo de 2020
Revisión recibida: 28 de septiembre de 2020
Aceptado: 12 de octubre de 2020

Sobre el autor:

Joel Figueroa-Quñones es licenciado en Psicología e investigador RENACYT por CONCYTEC (Consejo Nacional de Ciencia, Tecnología e Innovación Tecnológica). Labora como investigador en el Instituto de Investigación de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Chimbote, Perú. Cuenta con artículos científicos publicados en revistas indexadas y experiencia de gestión en proyectos de investigación financiados. Línea de interés por la salud mental, la psicometría y la calidad de vida en poblaciones vulnerables.

Publicado en línea: 21 de diciembre de 2020