

DISEÑO DE UNA APLICACIÓN WEB PARA LA ATENCIÓN EN LÍNEA PARA LA IDENTIFICACIÓN TEMPRANA DE TRASTORNOS MENTALES POR EFECTOS DEL COVID 19 (PSICOVID-19)

DESIGN OF A WEB APPLICATION FOR ONLINE CARE FOR EARLY IDENTIFICATION OF MENTAL DISORDERS DUE TO THE EFFECTS OF COVID 19 (PSICOVID-19)

Juan Carlos Mejía Serrano¹², Cesar Augusto Silva Giraldo¹³, Yohanna Milena Rueda
Mahecha¹⁴

Fecha de recepción: 05 abril de 2020

Fecha de aprobación: 30 julio de 2020

RESUMEN

El presente manuscrito muestra los avances relacionados con el diseño de una aplicación web, para la atención sincrónica, que permita la identificación temprana de trastornos mentales dados por los efectos del COVID – 19, no solo con un enfocado desde los lineamientos y directrices establecidos por los diferentes gobiernos u organizaciones, si no en búsqueda de apoyar las necesidades de acompañamiento a los individuos en diversas

¹² Psicólogo de la Universidad Autónoma de Bucaramanga, Especialista en Salud Ocupacional de la Universidad Manuela Beltrán y Magíster de la Universidad Camilo José Cela de España, correo electrónico: jmejiaserra@uniminuto.edu.co.

¹³ Administrador de Empresas, Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD. Especialista en Gestión de Proyectos, Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD. MBA - Master especializado en Comercio Internacional, Cerem Business School. Magíster en Paz, Desarrollo y Ciudadanía, UNIMINUTO. Doctorando en Ciencias Económicas y Administrativas, UCIMEXICO. Docente Posgrados, investigador del grupo: Grupo de Investigación en Desarrollo Humano, Tejido Social e Innovaciones Tecnológicas (GIDTI) y QUANTUM. Corporación Universitaria Minuto de Dios – UNIMINUTO, Bucaramanga, Colombia. Correo electrónico institucional: csilvagiral@uniminuto.edu.co. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8023-8531>

¹⁴ Fonoaudióloga, Corporación Universitaria Iberoamericana, Administradora en Salud Ocupacional de la Universidad de Bogotá Jorge Tadeo Lozano, Magíster en Educación de la Universidad Externado de Colombia, Corporación Universitaria Minuto de Dios, docente, correo electrónico: yruedamahec@uniminuto.edu.co. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0722-6593>

situación que se generan frente a un proceso de cuarentena desde el punto de vista psicosocial.

Palabras Clave: COVID-19, Salud Mental, Riesgos Laborales, Estrés Psicológico, Aplicación WEB.

ABSTRACT

The present manuscript shows the advances related to the design of a web application, for the synchronous attention, that allows the early identification of mental disorders given by the effects of the COVID - 19, not only with a focus from the guidelines and directives established by the different governments or organizations, but in search of supporting the needs of accompaniment to the individuals in diverse situation that are generated in front of a process of quarantine from the psychosocial point of view.

Keywords: COVID-19, Mental Health, Occupational Risks, Psychological Stress, Web Application.

INTRODUCCIÓN

Teniendo en cuenta la situación de pandemia declarada por la Organización Mundial de la Salud (OMS) por efectos del COVID – 19, el 11 de marzo de 2020, se puede evidenciar que la psiquis del ser humano en su eje bio-psico-social genera un desajuste en su personalidad teniendo como consecuencias la aparición de enfermedades mentales ya sea por el confinamiento “cuadros de ansiedad, estrés, depresión, insomnios, ideación e intento de suicidio” o por su condición laboral “trastornos de estrés postraumáticos, fobias, trastornos hipocondriacos” entre otros. Lo cuales no identificados a tiempo pueden marcar la diferencia en las personalidades y estilos de vida de las personas que lo padezca; en ese orden de ideas el interés de la creación de la página web denominada PsiCovid-19 es detectar las primeras manifestaciones psicológicas en harás de prevenir futuros trastornos y así poder brindar herramientas psicoterapéuticas eficientes y eficaces que ayuden a minimizar comportamientos psicológicos que para que una vez terminada la contingencia por el COVID -19, se inicie otra batalla como lo es las secuelas y aumento significativos de patologías post-psiquiátricas lo que agudizaría aún más la salud mental en el contexto colombiano.

Frente a las investigaciones que se han realizado frente a la problemática propuesta en su mayoría están enfocadas a dar lineamientos y directrices de qué se puede hacer en casa y de cómo ayudar a minimizar los procesos de estrés o desencadenar problemas de salud mental en la población, por medio de recomendaciones o manuales. Un ejemplo claro de esto es el manual que se generó desde el Ministerio de Salud y Protección Social denominado “Promoción de la salud mental en personas adultas mayores en aislamiento preventivo frente al coronavirus (COVID-19)”, de igual forma se encuentra “Protección de la salud mental durante el brote del COVID19 “y el creado por World Health Organization (WHO) denominado Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak.

Ninguno de los artículos generados está enfocado a la evaluación de riesgo psicosocial o desencadenamiento de problemas de salud mental debido al estado de cuarentena y al riesgo de infección por el Covid 19.

DESARROLLO

Para el desarrollo de este proyecto es importante partir de la definición de salud la cual es muy amplia e incluye diversas conceptualizaciones subjetivas como lo son “sentirse bien” y que por cierto es mucho más amplio que simplemente “no sufrir de enfermedad alguna”. Sin embargo, a veces se olvida que la salud mental es parte integral del “sentirse bien”, consecuentemente, cuando se reclaman los derechos a la salud, con sus componentes de atención oportuna y adecuada de la salud física y mental y de los determinantes que le subyacen, olvidamos el derecho a la salud mental.

La salud mental, se encuentra definida por la OMS como el estado de bienestar que ayuda a cada ser humano a usar su potencial, enfrentar dificultades cotidianas de la vida, ser productivos y contribuir a la comunidad. Si se analiza este concepto se puede determinar que la ausencia de salud mental imposibilita que los humanos lleguen a ser lo que desean ser, no les permitirá vencer obstáculos cotidianos, ni avanzar en sus proyectos de vida, lo cual también repercute en la falta de productividad. (Rondón, 2006)

La enfermedad coronavirus 2019, causada por el virus COVID-19, se detectó por primera vez en Wuhan, China, en diciembre de 2019. El 30 de enero de 2020, el Director General de la Organización Mundial de la Salud (OMS) declaró que el brote actual constituía una emergencia de salud pública de preocupación internacional. Ante la presencia de la enfermedad COVID-19 en Colombia, después del 6 de marzo de 2020, el país inicia la fase de contención en la cual es importante dar instrucciones en el marco de intervención, respuesta y atención del COVID19, en especial para el uso racional de elementos de protección personal (EPP) en entornos de salud y comunitarios, basadas en las recomendaciones de la OMS e inicia un proceso de apoyo general en la creación de manuales e indicaciones para la promoción y prevención de la salud mental (World Health Organization - WHO, 2020)

La pandemia del coronavirus COVID-19, decretada como emergencia sanitaria por la OMS, es la crisis de salud global que define este tiempo y es el mayor desafío que enfrenta la humanidad desde la II Guerra Mundial. Es una situación, que ha sido objeto de estudio en diferentes investigaciones y que ha permitido establecer que ante situaciones estresantes las personas pueden realizar de manera consciente o inconsciente acciones concretas y específicas, que les permitan lidiar con la sintomatología física, mental y emocional, natural ante la situación de cuarentena, conocidas como estrategias de afrontamiento. Por ejemplo, en un caso de duelo se prevé que, ante la muerte de un ser querido a causa del COVID 19, las personas focalicen su atención y desplieguen estrategias de afrontamiento deficientes que no les permita avanzar a través de las fases de un duelo normal. (Larrotta, Méndez, Mora, Córdoba & Duque, 2020)

La reacción emocional ante la existencia de una crisis sanitaria como amenaza real o posible, puede llevar a unas repercusiones psiquiátricas y altas demandas en los servicios sanitarios de atención primaria o especializada. Pero, debido a que los seres humanos frecuentemente magnificamos el riesgo, el miedo nos empuja también a sobrereactuar ante amenazas remotas como las crisis sanitarias. Como factor estresante el temor generado por la existencia de posibles amenazas de salud pública actúa de un modo difuso, generando un incremento de patologías del espectro de la ansiedad, que en la mayoría de los casos pueden presentarse de modo inespecífico. Pero estas patologías no pueden atribuirse a la presencia de la crisis sanitaria, más bien ésta dotaría de contenido a la patología presentada.

Un ejemplo interesante, es el de la reacción psicológica producida tras los atentados del 11 de septiembre, los responsables sanitarios anunciaron reiteradamente en los medios de comunicación, que produciría en un número importante de afectados un cuadro de estrés postraumático. Otra repercusión psiquiátrica frecuente de las crisis sanitarias se da a través de la aparición del agente patógeno o los síntomas, en el contenido de las temáticas delirantes de pacientes con patología psicótica establecida. El síndrome tóxico fue quizá la crisis que mayores repercusiones en la clínica. La presencia de sintomatología ansiosa y depresiva reactiva al desastre fue muy importante, afectando a más de 6.000 enfermos, y dando lugar

al primer crecimiento importante de recursos psiquiátricos y de salud mental en Estado Unidos. (Cárcamo, Sánchez, & Lewis, 2002)

Esto se debe a que no se puede recordar la intensidad emocional que se pudiera presentar en crisis real. Además, saber que uno puede ofrecer resistencia ante la llamada al trabajo en el caso de la crisis no significa que no se acuda a la misma. En cualquier caso, las conclusiones son preocupantes, ya que sugieren que muchos de los trabajadores de salud pública no se sienten suficientemente informados acerca de la amenaza que supone una pandemia de gripe aviar, para responder a su llegada con confianza y seguridad. Los diferentes departamentos de salud deberían desarrollar planes de respuesta claros y coordinados y mantener el nivel de información más actualizado posible entre sus empleados.

Las emociones son respuestas psicofisiológicas de los seres humanos ante condiciones importantes vistas desde la adaptación, como lo son situaciones de peligro, amenaza, daño, pérdida, éxito, novedad, etc. Dichas reacciones son de carácter general, que no depende de la cultura, pueden producir cambios en la experiencia afectiva, en la activación fisiológica y en la conducta expresiva. Desde la psicología las emociones como la alegría, la ansiedad, la ira o el miedo, son emociones básicas que se presentan en todas las personas, tienen un componente biológico considerable, las cuales pueden ser agradables o desagradables que activan y forman parte de la comunicación y su vez, pueden actuar como poderosos motivos de la conducta. (Rodríguez, Linares, González, & Guadalupe, 2009)

Debido a que detener la pandemia de coronavirus, se torna en un proceso largo que va con estrategias como las que se están aplicando actualmente como el distanciamiento social y aislamiento forzado, lo cual está cobrando un precio en la salud mental de las personas, algunos especialistas advierten que esto podría provocar otra crisis. La pandemia de coronavirus ha generado una amenaza no a la salud física de millones de personas, sino que además está provocando problemas en el bienestar emocional y mental en todo el mundo. En términos generales la cuarentena y todas las noticias que se están presentando alrededor del COVID-19 está generando problemas en la salud mental de las personas, independiente de si tiene una enfermedad mental diagnosticada. (Filgueira, 2020)

De acuerdo a los resultados de una encuesta se pudo determinar que 52,730 personas de China, Hong Kong, Macao y Taiwán, acerca de cómo la población enfrentó el brote de COVID-19 durante el periodo de enero 31 al 10 de febrero y se encontró que casi el 35% de los encuestados experimentaron angustia psicológica. El COVID 19 ha cambiado todas las situaciones tanto de la vida cotidiana como aspectos de la salud, lo cual se pueden evidenciar por el incremento de videollamadas y compras que se hacen por el pánico generado de la situación. Las encuestas muestran que las personas sienten que su salud mental está empeorando y los gobiernos y las organizaciones benéficas están inventando nuevas formas de tratar de limitar el daño psicológico. (Filgueira, 2020)

La epidemia del COVID-19 claramente requiere que se consideren respuestas inmediatas que permitan salvar tantas vidas como sean posibles y preservar hasta donde sea posible la salud mental de los colombianos para que a un futuro como secuelas de esta epidemia se generen epidemias emocionales y sociales que afectan la normal cotidianidad de la sociedad. Por lo anterior, nace la idea de crear una página web (PsiCovid-19) la cual tiene como objetivo detectar las primeras manifestaciones psicológicas en harás de prevenir futuros trastornos o problemas en salud mental y así poder brindar herramientas psicoterapéuticas eficientes y eficaces que ayuden a minimizar comportamientos psicológicos y apoyen los manuales y cartillas preventivas generadas desde las organizaciones de salud en el mundo.

DISCUSIONES Y CONCLUSIONES

De acuerdo a lo que establece Huarcaya-Victoria, J. (2020). La pandemia de la COVID-19 ha llegado a cambiar la manera en que se vive, generando en algunos casos incertidumbre, rutinas diarias alteradas, presiones económicas, y aislamiento social. Todo esto ha llevado a generar preocupación por llegar a enfermarse, estableciéndose interrogantes sobre cuánto tiempo durará la pandemia, y qué traerá en el presente y el futuro.

El exceso de información, los rumores y la información de diversa índole tanto cierta o errónea llegan a producir incertidumbre y pérdida del control, generando estados en los cuales no se tenga claro que hacer.

De acuerdo a lo anterior es claro que la pandemia de COVID-19 ha causado una epidemia de forma paralela como el estrés, el miedo, la tristeza y la soledad. Es posible que empeoren los trastornos de salud mental, incluyendo la ansiedad y la depresión.

Lo que llega a establecer que es posible que los problemas de salud mental como ansiedad o depresión no desaparezcan por sí solos, o en algunos casos pueden llevar a que los síntomas empeoren. Desde este punto de vista se hace necesario un acompañamiento constante, bajos las restricciones de contacto físico.

El diseño de una aplicación web para la atención en línea para la identificación temprana de trastornos mentales por efectos del COVID 19 (PSICOVID-19). Permitiría un contacto en tiempo real sincrónico buscando la prevención y acompañamientos de individuos en diversas situaciones establecidas desde el punto de vista psicosocial. Convirtiéndose en una aplicación comprometida en brindar la atención adecuada y necesaria a las personas con padecimientos mentales durante la pandemia de COVID-19.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Cárcamo, J., Sánchez-Lacay, A., & Lewis-Fernández, R. (2002). El impacto psicológico de los ataques terroristas del 11 de septiembre de 2001 en la ciudad de Nueva York: el trastorno por estrés postraumático y la recuperación de una ciudad traumatizada. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 40, 86-96.
- Filgueira, B., (2020). Cuarentena: cómo lidian con la incertidumbre, el estrés y la ansiedad aquellos con afecciones mentales preexistentes. Infobae. Tendencias.
- Huarcaya-Victoria, J. (2020). Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de COVID-19. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 37(2).
- Larrotta-Castillo, R., Méndez-Ferreira, A. F., Mora-Jaimes, C., Córdoba-Castañeda, M. C., & Duque-Moreno, J. (2020). Pérdida, duelo y salud mental en tiempos de pandemia. *Revista Salud UIS*, 52(2), 182-183.
- Rodríguez, J. A. P., Linares, V. R., González, A. E. M., & Guadalupe, L. A. O. (2009). Emociones negativas y su impacto en la salud mental y física. *Suma psicológica*, 16(2), 85-112.
- Rondón, M. B. (2006). Salud mental: un problema de salud pública en el Perú. *Revista peruana de medicina experimental y salud pública*, 23(4), 237-238.