DOI: <https://doi.org/10.46296/yc.v4i7edesp.0057>

EL COVID-19 Y SU INCIDENCIA EN LA SALUD MENTAL DE LOS MORADORES DE LA CIUDADELA EL FLORÓN # 5 DEL CANTÓN PORTOVIEJO

COVID-19 AND ITS IMPACT ON THE MENTAL HEALTH OF THE RESIDENTS OF THE CITADEL EL FLORÓN # 5 OF THE PORTOVIEJO CANTON

Pinargote-Macías Eleticia Isabel^{1*}; Moreira-Vera Fátima Sabrina²

¹ Docente investigador de la Universidad Técnica de Manabí. Portoviejo, Ecuador.

² Universidad Técnica de Manabí, Carrera de Psicología Clínica. Portoviejo, Ecuador.

*Correo: eleticia.pinargote@utm.edu.ec

Resumen

El Covid-19, considerado como una emergencia de salud pública a nivel planetario por los estragos que genera en la población, es sin duda hoy, un factor inmanente al deterioro de la salud mental. El presente artículo tiene como objetivo determinar la incidencia del Covid-19 en la salud mental de los moradores de la Ciudadela el Florón # 5 del cantón Portoviejo. La metodología corresponde a un diseño de campo de tipo descriptivo de corte transversal, apoyada en el método deductivo – inductivo. Los datos obtenidos a través del análisis de las categorías consideradas en el test SF-36 son de naturaleza cuantitativa. Para el estudio, se tomó una muestra representativa de 274 habitantes en edades comprendidas entre 20 y 49 años quienes fueron seleccionados mediante muestreo no probabilístico bola de nieve y respondieron el cuestionario a través de la plataforma google form. Entre los resultados más relevantes se destacan las limitaciones en la salud para el desarrollo de las actividades normales, presencia de molestias físicas y problemas emocionales. Estos datos fueron contrastados con otras investigaciones en este campo, los mismos que permitieron determinar que el Covid- 19 ha provocado en la población objeto de estudio, problemas de carácter físico y emocional, lo que ha perjudicado sus relaciones en el contexto familiar y social, así como también el estado de la salud mental.

Palabras clave: Covid-19, coronavirus, pandemia, salud mental, Portoviejo.

Abstract

Covid-19, considered a public health emergency at the planetary level due to the damage it generates in the population, is undoubtedly today an immanent factor in the deterioration of mental health. This article aims to determine the incidence of Covid-19 on the mental health of the residents of the Ciudadela el Florón # 5 of the Portoviejo canton. The methodology corresponds to a descriptive cross-sectional field design, supported by the deductive-inductive method. The data obtained through the analysis of the categories considered in the SF-36 test are quantitative in nature. For the study, a representative sample of 274 inhabitants between the ages of 20 and 49 years was taken who were selected by non-probabilistic snowball sampling and answered the questionnaire through the google form platform. Among the most relevant results are health limitations for the development of normal activities, presence of physical discomfort and emotional problems. These data were contrasted with other investigations in this field, which allowed determining that Covid-19 has caused physical and emotional problems in the population under study, which has damaged their relationships in the family and social context. as well as the state of mental health.

Keywords: Covid-19, coronavirus, pandemic, mental health, Portoviejo.

Información del manuscrito:

Fecha de recepción: 07 de septiembre de 2020.

Fecha de aceptación: 09 de noviembre de 2020.

Fecha de publicación: 16 de noviembre de 2020.

1. Introducción

Desde la aparición del Covid-19 diciembre de 2019 la vida de las personas a nivel del mundo dio un giro convirtiéndose en el tema de atención en toda la humanidad y en todos los estratos sociales; centró la mirada de investigadores científicos, así como también, alteró la estabilidad emocional de la población. En poco tiempo y debido a la rapidez que se propagó, la OMS la declaró una urgencia de salud pública de importancia global catalogada como la pandemia. (Sánchez –Duque, 2020)

La génesis del Covid-19 tiene como punto de partida el 01 de diciembre de 2019 en la ciudad de Wuhan, capital de la provincia de Hubei, en la República Popular China, al identificarse casos de un grupo de personas enfermas con un tipo de neumonía desconocida. La mayoría de las personas afectadas tenían contacto con trabajadores del Mercado Mayorista de Mariscos del Sur de China de Wuhan.

El primer caso fuera de china se registró en Tailandia el 13 de enero de 2020; tres días más tarde, se reportó a la primera persona

contagiada en Japón. En Corea se inició el contagio el 19 de enero; el 24 del mismo mes, aparece en Francia y se propaga en Alemania el 25 de enero; dos días más tarde se identificó el primer caso en Italia, siendo éste, el principal foco de contagio en Europa, cuando dos turistas chinos en Roma dieron positivo; en España, Reino Unido y Rusia se diagnosticaron casos el 31 de enero. El 25 de febrero se confirma en América latina el primer caso en Brasil, Sao Paulo; desde entonces, se ha presentado una propagación masiva en la región, teniendo a la fecha 10.858 casos reportados. (Sánchez A., Arce L. 2020)

Dos meses después de la confirmación de los primeros casos en China, Estados Unidos se ha convertido en el locus de la pandemia, con Brasil, Perú, Ecuador, Argentina, México y Chile entre los países más afectados.

Hasta el sábado 15 de agosto de 2020, se confirmaron más de 21,7 millones de casos del virus, en 218 países y territorios en el mundo (Estados Unidos, Brasil, India, Rusia y Sudáfrica son los cinco países que

representan un mayor número de contagios), con más de 776.000 muertes. *Actualidad I* (15 de agosto de 2020) *El Comercio*. A continuación, se presenta los datos que oscilan al momento de la investigación.

Cuadro 1

PAISES	FECHA DE REPORTE	NÚMERO DE CONTAGIOS	NÚMEROS DE DECESOS
Estados Unidos	21 de enero	52,192.046	180,237
India	30 de enero	4,445,937	75,023
Brasil	25 de febrero	4,193.750	128,623
Rusia	02 de marzo	1,046,106	18,257
Sudáfrica	05 de marzo	641.520	15.168

Fuente: *El comercio*, 2020.
Elaborado por las autoras.

En relación con el Ecuador uno de los factores determinantes de la propagación del Covid-19 fue la movilidad interprovincial e intercantonal; se considera que no se dio un control adecuado de movilidad con las personas en sus entradas y salidas, la frecuencia y las rutas que se hicieron. (Borja M 2020).

La primera paciente diagnosticada con coronavirus en el país llegó a Guayaquil, desde Madrid, el 14 de febrero de 2020 y luego se trasladó a Babahoyo, provincia de Los Ríos.

El estudio presentado por el COE se hizo con información recabada entre el 27 de febrero y el 19 de abril de 2020. Por los hallazgos, se planteó la hipótesis que el virus empezó a propagarse por todo el territorio nacional desde que llegó un turista de España a Guayaquil y de Guayaquil a Portoviejo, Cuenca, Galápagos, Machala, Babahoyo y Riobamba. De Babahoyo a Santo Domingo y de Santo Domingo a Quito. De Quito a Ibarra, a Latacunga y a Tena. De Tena a Lago Agrio. De Latacunga a Ambato, de Ambato a Puyo, de Puyo a Macas. El estudio también dice que de Colombia pudo entrar hacia Tulcán, y de Perú hacia Machala. (COE, 2020)

En el mes de septiembre los datos de contagios variaron notablemente como se detalla a continuación:

Cuadro 2

CASOS CON FIRMADOS	CASOS DES CARTADOS	MUE RTES
113.206	168.714	6.971
Provincias	Casos Confirmados	Muertes
Pichincha	26,122	1.161
Guayas	19,324	1.693
Manabí	9.049	905
Azuay	6.815	124
Loja	4.856	176
El Oro	4.877	381
Santo Domingo de los Tsáchilas	4.656	332

Esmeralda	3.609	201
Tungurahua	3.863	233
Los Ríos	3.367	326
Cotopaxi	3.312	208
Imbabura	3.242	101
Morona Santiago	2.529	19
Sucumbíos	2.397	88
Chimborazo	2.121	281
Carchi	2.124	67
Pastaza	1.997	48
Orellana	1.655	41
Bolívar	1.550	59
Cañar	1.604	62
Zamora Chinchipe	1.391	43
Santa Elena	1.380	358
Napo	1.188	62
Islas Galápagos	178	1

Fuente: Ministerio De Salud Pública (MSP) 2020.

Elaboración: Autoras.

El Covid-19 ha marcado daños irreversibles, dejando secuelas en algunos casos, difíciles de superar. Su presencia provoca en el individuo diferentes sintomatologías que afectan de varias maneras la calidad de vida; las personas contagiadas pueden tener síntomas leves similares a los de la gripe, entre los que se incluyen fiebre, tos, ahogo o dificultad en la respiración (disnea), dolor muscular (mialgia) y fatiga, aunque también se ha observado la pérdida repentina del olfato y el gusto (sin que la mucosidad fuese la causa), además hay presencia de manifestaciones digestivas como náuseas, vómitos y

diarreas.(OMS, 2020); es en esencia, un cuadro prácticamente indistinguible de otras afecciones virales respiratorias.

Este virus, en casos graves produce neumonía, síndrome de dificultad respiratoria aguda, sepsis y choque séptico que conduce a alrededor del 3 % de los infectados a la muerte, aunque la tasa de mortalidad se encuentra en 4,48 % porcentaje que ha ido ascendiendo aceleradamente. Este virus se presenta en todas las edades, sin embargo, los cuadros más graves se han registrado en pacientes mayores de 60 años y/o con comorbilidades asociadas. (Pérez A., Gómez T. 2020)

La presencia del Covid–19, de acuerdo con (Ezpeleta D., García D. 2020) tiene un periodo de incubación que media entre 3 y 7 días, aunque se han descrito intervalos de tiempo desde la infección hasta el inicio de los síntomas de dos semanas. La fase replicativa dura varios días y en ella se produce una respuesta inmune innata que es incapaz de contener la multiplicación del virus. En esta fase explicativa, pueden aparecer síntomas leves consecuencia del efecto citopático directo del virus y de la respuesta

inmune innata. Si el sistema inmune innato no consigue limitar la propagación del virus, entonces se sucede una fase de afectación pulmonar con sintomatología variada, consecuencia del efecto citopático directo en las células pulmonares. Posteriormente, se produce una fase en la que actúa la inmunidad adquirida o adaptativa donde la carga viral disminuye.

Como se mencionaba inicialmente, el Covid-19, por su impacto sin precedentes ha sido motivo de un sinnúmero de estudios científicos que han servido de andamiaje para la toma de decisiones inmediatas en el campo de la salud; en este ámbito los aportes de la ciencia son cruciales para el futuro de las sociedades. Desde la aparición del coronavirus la comunidad científica se encuentra en la búsqueda de un tratamiento eficaz, basándose en gran medida en el conocimiento previo sobre los otros 6 coronavirus humanos conocidos hasta la fecha, de entre los cuales, el SARS-CoV y el MERS-CoV fueron responsables de importantes epidemias en 2003 y 2012 respectivamente. (Lasheras I., Santabárbara J.2020).

Algunas de las estrategias para contrarrestar este fenómeno es la generación de una vacuna que dé efectos a medio y largo plazo. No obstante, se ha sometido a pruebas algunos fármacos que podrían estar salvando la vida de muchas personas, aunque aún es pronto para valorarlo. Hasta el momento hay más de 40 prototipos en estudio, pero no se espera que ninguna de ellas pueda estar disponible antes de un año o un año y medio, (Sánchez M. 2020) citado por López-Goñi, (2020) asegura que “no existe ningún medicamento específico para este virus; lo que se está haciendo es probar de manera experimental otros fármacos que sabemos que funcionan en virus parecidos” (p.6).

Actualmente, países del mundo se están dando respuestas con tratamientos que buscan minimizar o erradicar los efectos del Covid-19, como es el caso de China, Estados Unidos de Norte América y Alemania.

Otro de los ámbitos afectados por el Covid-19 son los costes económicos en donde se observa un decrecimiento en las grandes economías, tal es el caso de Estados Unidos y Europa declarados en

emergencia. Las principales empresas afectadas con la crisis sanitaria son las aerolíneas, hoteles y restaurantes, quienes anuncian que pueden quebrar. Muchos trabajadores alrededor del mundo pierden sus empleos. (Guaña C 2020)

El Ecuador no es la excepción, Lucio Paredes afirma que las exportaciones se han reducido en productos como el camarón, el banano; en el caso del petróleo bajarán y en defecto los costos de combustibles. Los efectos descritos ratifican lo que menciona la OMS (2020): El Covid-19, ha originado una emergencia sanitaria, económica, social y ambiental a escala mundial. En muy corto tiempo se ha convertido en pandemia con tres características definidas: rapidez-escala, gravedad y perturbación socioeconómica.

En el ámbito Educativo, la vida del estudiante ha tenido una gran transformación; actualmente, condicionada por el uso de dispositivos electrónicos como computadoras y celulares; además del uso del Internet a los cuales no toda la población tiene acceso, condicionantes que ha creado una

brecha no solo de índole educativa, sino social. (Sarmiento E. 2020). Así mismo, en el ámbito de la salud mental se han presentado afectaciones de orden Psicológico, como resultado de las medidas de protección y la información sobre la pandemia que se divulga en medios de comunicación y redes sociales, presenciar o experimentar enfermedades, aislamiento, miedo. (Del Castillo P., Pando E 2020), (Cedeño L. 2020), (Loades E. 2020)

En los adultos mayores la pandemia ha provocado afectaciones en su salud mental por el aumento de la carga de estrés y el temor al contagio. Los adultos mayores son exclusivamente vulnerables al Covid-19 debido a sus fuentes de información delimitadas, sistemas inmunes más frágiles; la mayor tasa de mortalidad de Covid-19 se encuentra en la población de mayor edad. (Infobae 2020)

En el ámbito familiar, se ha experimentado cambios y conflictos en las interrelaciones familiares, uno de estos surge al dejar la rutina laboral, no poder compartir espacios públicos y sociales al ser confinados en el hogar. Sin embargo; la excepcional situación puede ser una

oportunidad para reforzar los vínculos conyugales y familiares; la convivencia de 24 horas invita a mirar nuevas formas de relacionarse, repensar cómo expresar las emociones propias y ser empáticos al considerar los otros integrantes del entorno familiar. Son estas, entre otras las razones que el presente trabajo busca determinar en qué medida la pandemia Covid – 19 ha originado afectaciones en la salud mental de la población, de manera específica en los moradores del Florón # 5 de la ciudad de Portoviejo.

➤ **La salud mental**

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2012) define a la salud mental como el estado de bienestar en el que la persona es capaz de hacer frente al estrés normal de la vida, de trabajar de forma productiva y de contribuir a su comunidad. En este sentido positivo, la salud mental es el fundamento del bienestar individual y del funcionamiento eficaz de la comunidad.

La (OMS, 2013), define la salud mental como: "...un estado de bienestar en el cual el individuo se da cuenta de sus propias aptitudes puede afrontar las presiones

normales de la vida, puede trabajar productiva y fructíferamente y es capaz de hacer una contribución a su comunidad". (Ramos A 2013)

La salud mental como un fenómeno social y psicológico (López R et al., 2001), la puntualiza que la salud mental es un constructo multidisciplinario compuesto por condiciones personales, determinantes sociales y políticas públicas, en situaciones de desastres, epidemias y otras emergencias humanitarias, se producen cambios bruscos en las dinámicas relacionales, lo cual tiene un impacto importante en la salud mental.

En la segunda mitad del siglo XX y principios del XXI, Colombia, Paraguay, Ecuador, Argentina, Uruguay, Brasil y Perú elaboraron una política pública de salud mental, situación que obedece a un contexto mundial, donde las organizaciones internacionales de salud (OPS y OMS) y los Estados Nacionales empiezan a reconsiderar la salud mental como un derecho. (Henao S et al., 2016). En el caso de Ecuador, la promoción de la salud mental en la educación regular se encuentra medianamente posicionada, con

programas instaurados entre un 21% y un 50%. Melani P, T., *Cristina M, C. (2014)*

La salud mental parte del principio de que todas las personas tienen necesidades y no sólo aquellas a las que han sido diagnosticadas en condiciones desfavorables de salud mental. (María B et al., 2015) La salud mental constituye una dimensión de las relaciones entre las personas y grupos más que un estado individual, aunque esa dimensión se enraíce de manera diferente en el organismo de cada uno de los individuos involucrados en esas relaciones, produciendo diversas manifestaciones («síntomas») y estados («síndromes»). (*Mendoza I 1984*)

Lo antes citado, permite determinar que la salud mental incluye el bienestar emocional, psicológico y social. Afecta la forma en que se piensa, siente y actúa cuando se enfrentan las adversidades de la vida. También ayuda a determinar cómo debe manejarse el estrés, la relación con los demás y tomar decisiones. La salud mental, es importante en todas las etapas de la vida, desde la niñez,

la adolescencia, la adultez y hasta la vejez.

Como se evidencia el concepto de salud mental implica el desarrollo de estilos de vida y de características personales, interpersonales, sociales y laborales que apuntan a una idea integrada de bienestar biopsicosocial.

Por las condiciones que trae consigo el confinamiento es un causal de posibles efectos psicológicos negativos, las características propias de la pandemia y los múltiples factores asociados cualifican a la reclusión como una adversidad de elevado estrés psicosocial, en principio de mayor impacto psicológico que los sucesos vitales normativos. (Sandín y Chorot, 2017)

Estudios previos, han subrayado la influencia nociva de las cuarentenas vinculadas a epidemias virales sobre la salud mental (Brooks et al., 2020) las preocupaciones, miedos y/o ansiedad de las personas confinadas podrían asociarse también a otros factores secundarios, como la salud de las personas queridas, el posible colapso de la sanidad, los problemas laborales y las pérdidas de ingresos, la expansión mundial del virus y sus consecuencias económicas,

sociales, psicológicas, educativas y familiares, etc. (Bonifacio S et al.,2020)

Aunque cada persona reacciona de manera diferente ante las situaciones de la vida cotidiana, es muy perturbante tener que enfrentarse a una epidemia infecciosa, como la que actualmente se vive, implica el distanciamiento social, condición en la que toda la población experimenta en mayor o menor medida tensiones, angustia, ansiedad, preocupación o miedo; es decir, afectaciones en el equilibrio de su salud mental. (Urzúa A., Vera P 2020)

En este contexto, la atención de salud mental a los pacientes y profesionales de la salud afectados por la epidemia de Covid-19 ha sido subestimada. (29-31) El primer impacto de la epidemia es la crisis misma. Los pacientes relacionados con infección por SARS-CoV-2, sean casos confirmados o sospechosos, pueden experimentar temor a presentar una infección con un nuevo virus potencialmente mortal, y aquellos que se hayan en cuarentena pueden experimentar aburrimiento, soledad e ira. (Ruiz A 2020)

Muchas personas manifiestan problemas de salud mental de vez en cuando; Pero un problema de salud mental se convierte en una enfermedad mental cuando los signos y los síntomas se hacen permanentes, causan estrés y afectan la capacidad de funcionar normalmente. (Mayo C 2020) Los signos y síntomas de la enfermedad mental pueden variar según el trastorno, las circunstancias y otros factores. Los síntomas de la enfermedad mental pueden afectar las emociones, los pensamientos y las conductas.

Según la (OMS 2006), las enfermedades mentales producen síntomas que son observables para la persona afectada o las personas de su entorno. Entre ellos pueden disponer:

- Síntomas físicos (dolores, trastornos del sueño).
- Síntomas afectivos (tristeza, miedo, ansiedad).
- Síntomas cognitivos (dificultad para pensar con claridad, creencias anormales, alteraciones de la memoria).
- Síntomas del comportamiento (conducta agresiva,

incapacidad para realizar las tareas corrientes de la vida diaria, abuso de sustancias).

- Alteraciones perceptivas (percepción visual o auditiva de cosas que otras personas no ven u oyen).

2. Metodología

La presente investigación obedece a un diseño de campo de tipo descriptivo, de corte transversal, se apoya en los métodos deductivo inductivo, bibliográfico y estadístico, que busca obtener información de los aspectos centrales, con el objeto de analizar el Covid-19 y su incidencia en la salud mental de los moradores de la Ciudadela el Florón # 5 del cantón Portoviejo. Por la naturaleza de los datos es de enfoque cuantitativo, a través del análisis de las categorías consideradas en el test SF-36 aplicado a los moradores del Florón No.5 que tiene una población de 14.852 habitantes.

Para el estudio se tomó una muestra representativa de 274 en edades comprendidas entre 20 a 49 años, proceso que se llevó a cabo a través de la encuesta preparada en Google forms enviada a los correos

personales de los participantes, los mismos que fueron seleccionados mediante muestreo no probabilístico bola de nieve ya que se aprovechó los contactos de algunos moradores y a través de ellos, se reclutó nuevos participantes hasta completar la cantidad establecida.

Adicionalmente, se realizó una exhaustiva revisión bibliográfica en revistas indexadas regionales y de alto impacto como Latindex, Scielo, otros a través de Google académico para la sustentación teórica, su construcción se partió de concepciones generales para llegar a juicios particulares en relación con al objetivo planteado.

Para medir la incidencia del covid-19 en la salud mental se aplicó uno de los instrumentos más ampliamente utilizados "Short Form Health Survey", compuesto por 36 ítems (SF-36). Fue desarrollado en Estados Unidos y publicado en 1992, es una escala genérica que ha sido útil para evaluar la CVRS tanto en población general como en subgrupos específicos con edad superiores a los 14 años.

Las respuestas a cada ítem se presentan en una escala tipo Likert, con diferentes niveles de respuesta

dependiendo de la subescala, las puntuaciones de cada ítem se suman para obtener una puntuación por subescalas; estas últimas son valoradas en una escala que va desde 0 que corresponde al peor resultado, hasta 100 que es el mejor.

Las subescalas son las siguientes (11):

- Función Física (FF): limitaciones para realizar actividades físicas, 10 ítems.
- Rol Físico (RF): problemas con el trabajo u otra actividad por la salud física, 4 ítems.
- Dolor Corporal (DC): intensidad de dolor y efecto en su trabajo, 2 ítems.
- Salud General (SG): valoración personal de salud actual y futura, 5 ítems.
- Vitalidad (VT): sensación de energía, 4 ítems.
- Función Social (FS): interferencia de la vida social por problemas físicos o emocionales, 2 ítems.
- Rol Emocional (RE): problemas con el trabajo u otra actividad por alteraciones emocionales, 3 ítems.

- Salud Mental (SM): alteración de salud mental general, 5 ítems.

3. Resultados

A continuación, se presentan el análisis descriptivo de los resultados arrojados del test SF-36 que mide la Salud Mental aplicado a los moradores del Florón # 5 del cantón Portoviejo.

Tabla 1. Condiciones de salud.

Grupo	Excelente	Muy buena	Buena	Regular	Mala
En general, usted diría que su salud es:	74%	25%	1%	0%	0%

Fuente: Test a Moradores del Florón # 5
Elaboración propia a partir de los resultados obtenidos.

Con relación a las condiciones de salud de la población en estudio, se aprecia que el 74% evaluó su condición de salud como excelente, donde se concentra la mayor cantidad de personas, según este indicador los moradores del Florón #5 gozan de excelente salud. En segundo lugar, se ubica con un 25% el grupo de personas que manifestaron que su condición de salud es muy buena. Finalmente se obtiene un 1% que definió su condición de salud como buena. Contar con una excelente salud es

tener bienestar emocional, psicológico, físico y social. La salud mental es de vital importancia en todas las etapas de la vida, desde la niñez y la adolescencia hasta la edad adulta y la vejez.

Tabla 2. Comparación de la salud en relación con un año.

Grupo	Mucho mejor ahora que hace un año	Algo mejor ahora que hace un año	Más o menos igual que hace un año	Algo peor ahora que hace un año	Mucho peor ahora que hace un año
¿Cómo diría usted que es su salud actual, comparada con la de hace un año?	25%	13%	22%	31%	9%

Fuente: Test a Moradores del Florón #5.
Elaboración propia a partir de los resultados obtenidos.

El grupo de moradores del Florón según indica el estudio la salud actual en comparación con la de hace un año atrás concluye el 31% alegó está algo peor ahora que hace un año, por lo que se podría deducir que existen muchos moradores los cuales su salud ha empeorado.

La salud física y mental son componentes esenciales e integrales de la salud, sin embargo, están determinadas por múltiples factores ya sean sociales, psicológicos o biológicos, una mala salud se asocia asimismo a los cambios sociales rápidos como lo que se vive con la pandemia del

Covid-19 es un factor importante que constituye un riesgo para la salud, y que permite que esta no sea igual que pasados días.

Tabla 3. Limitaciones de la Salud para realizar actividades en un día normal.

Grupo	Sí, me limita mucho	Sí, me limita un poco	No, no me limita nada
A.-Esfuerzos intensos, tales como correr, levantar objetos pesados, o participar en deportes agotadores.	75%	24%	0%
B.-Esfuerzos moderados, como mover una mesa, jugar a los bolos o caminar más de 1 hora.	96%	3%	1%
C.-Coger o llevar la bolsa de la compra.	86%	13%	1%
D.-Subir varios pisos por las escaleras.	80%	15%	5%
E.-Subir un solo piso la escalera.	77%	17%	6%
F.-Agacharse o arrodillarse.	93%	2%	5%
G.-Caminar un kilómetro o más.	92%	8%	0%
H.-Caminar varios centenares de metros.	91%	5%	4%
I.-Caminar unos 100 metros.	85%	8%	7%
J.-Bañarse o vestirse por sí mismo.	9%	71%	20%

Fuente: Test a Moradores del Florón #5
Elaboración propia a partir de los resultados obtenidos.

El análisis de los datos recabados con respecto a esta categoría se observa que todos están sobre el 75%, estos indicadores reflejan que la mayor parte de los moradores del Florón sometidos a la investigación presentan limitaciones para realizar actividades en su vida cotidiana tales como realizar esfuerzos intensos, correr, jugar a los bolos, llevar la bolsa de compras, caminar o subir varios pisos de las escaleras, entre otros. Representando porcentajes más bajos el número de personas que indican presentar dificultad para realizar dichas actividades. Se visualiza, por tanto, deterioro en la

salud física lo que puede estar afectando la salud mental, ya que se conoce que llevar una vida activa, favorece la salud, el bienestar y la calidad de vida a cualquier edad, permite vivir más tiempo de manera independiente y ayuda a prevenir las enfermedades crónicas y mentales. La OMS la considera como el factor que interviene en el estado de la salud de las personas (Vidarte J. R *et al.* 2011)

Tabla 4. Frecuencia de problemas de salud física presentados en las actividades cotidianas o trabajo.

Grupo	Siempre	Casi Siempre	Algunas Veces	Solo Alguna Vez	Nunca
A.-Tuvo que reducir el tiempo dedicado al trabajo o sus actividades cotidianas.	21%	45%	24%	6%	4%
B.-Hizo menos de lo que hubiera querido hacer	17%	25%	15%	19%	24%
C.-Tuvo que dejar de hacer algunas tareas en su trabajo o en actividades cotidianas.	2%	23%	45%	19%	11%
D.-Tuvo dificultad para hacer su trabajo o sus actividades cotidianas (por ejemplo, le costó más de lo normal)	0%	14%	52%	23%	11%

Fuente: Test a Moradores del Florón #5
Elaboración propia a partir de los resultados obtenidos.

Con respecto a este indicador, los datos reflejan que la mayor parte de los moradores sometidos al estudio el 45% casi siempre presenta problemas de salud física en las actividades cotidianas, el 25% casi siempre hizo menos de lo que hubiera querido hacer seguido de un

45% algunas veces tuvieron que dejar de hacer algunas tareas en su trabajo y un 52% algunas veces tuvieron dificultad para hacer sus actividades cotidianas; es decir, que les costó más de lo normal.

El no contar con una buena salud es un factor de riesgo para las condiciones físicas, la frecuencia de problemas físicos puede causar presión y cambios en el estilo de vida que son desagradables para las personas, estos cambios que en su mayoría no son deseados; empero, son los causales determinantes del estrés y por ende impide realizar tareas cotidianas de manera normal.

Tabla 5. Frecuencia de problemas emocionales presentados en las actividades cotidianas o trabajo.

Grupo	Siempre	Casi Siempre	Algunas Veces	Solo Alguna Vez	Nunca
A.- Tuvo que reducir el tiempo dedicado al trabajo o a sus actividades cotidianas por algún problema emocional.	61%	2%	29%	3%	5%
B.- Hizo menos de lo que hubiera querido hacer, por algún problema emocional.	47%	25%	18%	7%	3%
C.- Hizo su trabajo o actividades cotidianas menos cuidadosamente que de costumbre, por algún problema emocional.	2%	21%	68%	7%	2%

Fuente: Test a Moradores del Florón #5
Elaboración propia a partir de los resultados obtenidos.

En relación con la frecuencia de problemas emocionales presentados en las actividades cotidianas el 61% de los moradores involucrados

indicaron que siempre tuvieron que reducir el tiempo dedicado al trabajo o actividades cotidianas por algún problema emocional, mientras tanto el 47% alegaron que hicieron menos de lo que hubieran querido hacer, por algún problema emocional, siendo así que el 68% de moradores indicaron que algunas veces hicieron sus actividades cotidianas menos cuidadosamente que de costumbre.

Se evidencia la presencia de problemas emocionales, motivo principal de la apatía para poder generar algún tipo de actividades, éstos se asocian a una gama de condiciones que afectan sustancialmente la capacidad de las personas para manejar las demandas de la vida diaria; condición que puede provocar dificultades en los pensamientos, sentimientos, conducta funcional y relaciones sociales y personales. Las emociones negativas constituyen actualmente uno de los principales factores de riesgo para contraer enfermedades físicas y mentales. (Rodríguez P. R et al 2009)

Tabla 6. Problemas presentados en la salud física y emocional en las 4 últimas semanas que han afectado las actividades sociales habituales con la familia, amigos, vecinos u otras personas.

Grupo	Nada	Un Poco	Regular	Bastante	Mucho
Durante las 4 últimas semanas, ¿hasta qué punto su salud física o los problemas emocionales han dificultado sus actividades sociales habituales con la familia, los amigos, los vecinos u otras personas?	2%	7%	23%	68%	0%

Fuente: Test a Moradores del Florón #5
Elaboración propia a partir de los resultados obtenidos.

De los 274 sometidos a la investigación el 68% respondió que los problemas emocionales y de salud física le han dificultado bastante a las actividades sociales en las 4 últimas semanas, además también un 23% reconocieron que les afecta regular, y escasamente un 7% respondieron que les afecta un poco.

La salud física y los problemas emocionales no solamente ocurren en el interior de una persona, usualmente estos pueden provocar problemas sociales; la salud física, mental y las dificultades emocionales van de la mano, ya que los pensamientos tienen efecto con el cuerpo directamente, hasta el punto de causar reacciones a las situaciones que nos pasan. Hay que enfatizar que las personas deben tener mucho cuidado con los pensamientos ya que estos tienen un gran impacto en la salud física.

Tabla 7. Dolencias presentadas en alguna parte del cuerpo durante las 4 últimas semanas.

Grupo	No, ninguno	Si, muy poco	Si, un poco	Si, moderado	Si, mucho	Si, muchísimo
¿Tuvo dolor en alguna parte del cuerpo durante las 4 últimas semanas?	1%	27%	35%	15%	20%	2%

Fuente: Test a Moradores del Florón #5
 Elaboración propia a partir de los resultados obtenidos.

El 35% del grupo de moradores en estudio señalaron que, si han presentado un poco de dolor en alguna parte del cuerpo durante las últimas 4 semanas, en cambio el 27% marcaron que han presentado muy poco dolor, el 20% opina que si han presentado mucha dolencia en alguna parte de su cuerpo y el 15% marco que han presentado de forma moderada dolencia.

No hay duda alguna, de que las emociones se reflejan síntomas y sensaciones físicas reales; todas esas emociones, sentimientos o palabras que se dicen y reprimen las personas, en un momento dado acaban manifestándose en forma de dolencias corporales. Un dolor es un mensaje del cuerpo que está pidiendo tiempo para procesar emociones que fueron postergadas y que, si persisten en evitar, puede transformarse en una enfermedad.

Tabla 8. Dolores presentados en el cuerpo en las 4 últimas semanas que han afectado el trabajo habitual.

Grupo	Nada	Un poco	Regular	Bastante	Mucho
Durante las 4 últimas semanas, ¿hasta qué punto el dolor le ha dificultado su trabajo habitual (incluido el trabajo fuera de casa y las tareas domésticas)?	6%	28%	53%	11%	2%

Fuente: Test a Moradores del Florón #5
 Elaboración propia a partir de los resultados obtenidos.

La apreciación obtenida en este ítem fue que un 53% de la población a la que se le aplicó el test consideran que de manera regular el dolor les ha dificultado a realizar sus trabajos durante las últimas 4 semanas, seguido por un 28% que respondió que el dolor les ha dificultado un poco y un 11% respondió que les ha dificultado bastante.

Se sabe que el dolor repercute de forma muy negativa sobre las funciones de las personas y a su vez genera un descenso significativo en su calidad de vida, además puede provocar un malestar que va más allá de las sensaciones físicas; puede afectar a las emociones y paradójicamente esas emociones pueden alimentar e incrementar el dolor e Influye de tal manera que dificulta la realización en algunas de las actividades.

Tabla 9. Situación durante las 4 últimas semanas.

Grupo	Siempre	Casi Siempre	Algunas veces	Solo alguna Vez	Nunca
A.-Se sintió lleno de vitalidad?	7%	21%	30%	7%	35%
B.-Estuvo muy nervioso?	76%	18%	5%	1%	0%
C.-Se sintió tan bajo de moral que nada podía animarle?	73%	24%	2%	1%	0%
D.-Se sintió calmado y tranquilo?	5%	16%	18%	34%	27%
E.-Tuvo mucha energía?	8%	12%	10%	25%	45%
F.-Se sintió desanimado y deprimido?	2%	15%	7%	9%	67%
G.-Se sintió agotado?	52%	6%	29%	5%	8%
H.-Se sintió feliz?	2%	8%	10%	16%	64%
I.-Se sintió cansado?	14%	27%	42%	11%	6%

Fuente: Test a Moradores del Florón #5
Elaboración propia a partir de los resultados obtenidos.

Las diversas opciones de este ítem reflejan que la situación durante las últimas 4 semanas de la población en un 35% que nunca se sintió lleno de vitalidad, seguido por un 76% que aseguran que siempre estuvieron muy nerviosos, el 35% aseguraron que solo alguna vez se sintieron tan bajos de moral que nada podía animarles, en cambio un 45% consideran que nunca se sintieron calmados o tranquilos durante estas últimas 4 semanas, además el 67% de la población reconoció que nunca tuvieron mucha energía; no obstante, un 52% mostró haberse sentido agotado siempre, el 64% de moradores aseguraron nunca haberse sentido feliz y por último el 42% indicó que algunas veces se sintieron cansados.

Como se ha mencionado anteriormente, las emociones son herramientas que permiten al individuo adaptarse mejor a la vida. Las emociones son las que dan paso a la relación con los demás. Al ser una forma de comunicación interpersonal, están inmersas en el mundo; pero, sobre todo, se relacionan con el individuo en sí mismo y le permite crecer como persona, a quererse un poco más, a estar llenos de vitalidad, sentirse con ánimo y energía; además, sentirse valioso en la sociedad a la que pertenece y que se pretende mejorar.

Tabla 10. Frecuencia de dificultad en problemas emocionales y salud física durante las últimas 4 semanas.

Grupo	Siempre	Casi Siempre	Algunas Veces	Solo alguna vez	Nunca
Durante las 4 últimas semanas, ¿con qué frecuencia la salud física o los problemas emocionales le han dificultado sus actividades sociales (como visitar a los amigos o familiares)?	10%	16%	66%	7%	1%

Fuente: Test a Moradores del Florón #5
Elaboración propia a partir de los resultados obtenidos.

El 66% de moradores en estudio consideran que algunas veces los problemas emocionales y la salud física les han dificultado a realizar sus actividades sociales, en cambio

el 16% asegura que casi siempre se les dificulta realizar actividades sociales, no obstante, el 10% de la población respondió que siempre se les ha dificultado realizar sus actividades sociales y finalmente un 7% confirmó que solo alguna vez tuvieron dificultad.

Las emociones son reacciones psicofisiológicas que todos los individuos experimentan a diario, aunque no siempre se es consciente de ello (Valiente M., 2017). Se debe recordar que el ser humano es integral, conformado por aspectos sociales, psicológicos, mentales y físicos. Tanto su mente como su cuerpo son sabios; saben en cada momento lo que necesitan y accede a esa necesidad sin que se le solicite. El equilibrio físico y mental son los mejores aliados ya que si no se tiene una buena salud mental, no se estará bien físicamente y se tendrá dificultades para el desempeño óptimo de las tareas cotidianas o sociales.

Fuente: Test a Moradores del Florón #5
Elaboración propia a partir de los resultados obtenidos.

Con relación al cierto o falso el 52% los encuestados afirman que no saben si se ponen enfermos más fácilmente que otras personas, además el 47% también aseguran que no saben si están tan sanos como cualquiera, aunque un 35% creen totalmente cierta la posibilidad de que su salud va a empeorar, finalmente el 41% de la población mostraron que es bastante falso que su salud es excelente.

Los valores develan incertidumbre al no saber lo que ocurrirá con la salud en los días posteriores; un gran porcentaje no saben si están tan sanos como los demás y un porcentaje representativo asevera que es falso que su salud es excelente. Se sabe que el estado de salud de las personas es uno de los principales determinantes de su calidad de vida, pero también es un constructo complejo en el que influyen diversos factores. Las emociones generan pensamientos que se consideran adaptativos y dependerán de la evaluación que la persona haga del estímulo; es decir, del significado que le dé a éste, y de la respuesta de afrontamiento que

Tabla 11. Criterio del estado de salud.

Grupo	Totalmente Cierta	Bastante Cierta	No lo se	Bastante falsa	Totalmente Falsa
A.-Creo que me pongo enfermo más fácilmente que otras personas.	11%	22%	52%	4%	11%
B.-Estoy tan sano como cualquiera	17%	31%	47%	2%	3%
C.-Creo que mi salud va a empeorar	35%	29%	25%	10%	1%
D.-Mi salud es excelente	6%	25%	23%	41%	5%

genere. Al ser las emociones diferentes en cada ser humano, las reacciones ante determinadas situaciones, sus emociones y pensamientos va a determinar las condiciones de su estado de salud.

4. Discusión

Las derivaciones, versión en castellano del cuestionario de salud SF-36 aplicado a una muestra representativa de los moradores de la ciudadela el Florón #5, dieron lugar al siguiente análisis:

Los datos obtenidos en la tabla 3 y 4 vinculada a los problemas de la salud física son significativos, el porcentaje de personas (45%) que se vieron en la necesidad de reducir el tiempo dedicado al trabajo y sus actividades cotidianas debido a los problemas de salud física, son síntomas asociados a las condiciones psicológicas que vive el individuo. La pandemia por el coronavirus ha sido reflejo de cómo una enfermedad física trasciende el área biológica para afectar el área mental. (Huarcaya, 2020)

En la tabla 5 fue evidente cómo los problemas emocionales presentados en la población objeto de estudio,

redujo el tiempo dedicado a las actividades cotidianas y al trabajo (61%). En un trabajo realizado por el prestigioso LV Prasad Eye Institute, se encuestó a 2.355 oftalmólogos y residentes el 52.8 % reconocía un serio impacto sobre su actividad; se evidenció que el 33% tenía depresión (23% de carácter moderada y el 4.3 % severa). Estos hallazgos llevan al autor a deducir que la pandemia y las medidas tomadas para combatirla han tenido un claro impacto psicológico: ansiedad, depresión, insomnio, negación, angustia y miedo.

Los efectos psicológicos se atribuyen a efectos directos e indirectos de la propia enfermedad y del confinamiento. (Pastor, 2020). Los factores descritos dan origen a una huella emocional que puede incluir diferentes reacciones emocionales (Sandín, B et al., 2018). Una pandemia de gran magnitud como lo es el COVID-19, implica una gran perturbación mental y psicosocial, la cual puede exceder la capacidad de manejo de la mente de las personas afectadas.

Así mismo, en el cuadro 6,7,8, 9, 10 y 11 los moradores mostraron molestias de índoles física y emocional en las últimas 4 semanas. Se observa, que las condiciones de la salud física o los problemas emocionales han generado dificultades en las actividades sociales, como es el caso de visitar a los amigos o familiares; actividades que han sido vetadas en el distanciamiento. Estos datos, coinciden con la investigación en revisión realizada en China "Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de Covid- 19" en donde la autora manifiesta que en tiempos de pandemia incrementa la posibilidad de problemas psicológicos y mentales, principalmente por el distanciamiento entre las personas. En ausencia de comunicación interpersonal, es más probable que los trastornos depresivos y ansiosos ocurran o empeoren. (Huarcaya, 2020)

Otro dato relevante con respecto a las afectaciones del Covid – 19 en la salud mental (Fiorillo & Gorwood, 2020). Holt-Lunstad, Smith, Baker, Harris y Stephen son (2015) citados

por Gordón (2020) aseveran que el aumento de la soledad y la reducción de las interacciones sociales también son factores de riesgo de trastornos psicológicos como la esquizofrenia y la depresión. El tema de la soledad y el aislamiento social, son factores de riesgos que conducen a una mayor mortalidad y representa un riesgo para la salud individual. Holt-Lunstad et al. (2015) considera que el aislamiento social debe ser presentado como un tema importante de salud pública (p.2). Al respecto, Edith Patarroyo, (2020) manifiesta: "Mientras más atención demos a la salud mental en momentos de crisis durante la pandemia del Covid-19, mejor serán nuestras interrelaciones." (p.4)

Este análisis demuestra que los individuos sometidos a la investigación presentan problemas de salud física y emocional, los mismos que están asociados a los sentimientos de angustia y depresión durante un largo periodo de tiempo en aislamiento; se denota que en su mayoría presentan dolores extensos como también limitaciones para realizar sus propias actividades. Las sintomatologías descritas dan pautas para determinar que la

presencia de la pandemia del Covid-19 ha llevado a las personas a experimentar decadencia en la salud mental.

Conclusiones

La presencia del Covid-19 y el conjunto de medidas adaptadas afín de evitar su propagación, ha provocado efectos colaterales en la población general debido a las tensiones que genera el temor permanente a contagiarse lo que deteriora la salud mental.

La presencia de la pandemia ha ocasionado en el individuo un sinnúmero de reacciones de índole psicológicas como estrés, ansiedad, depresión afectándose de manera ineludible su salud mental y por ende el desempeño normal de sus actividades rutinarias.

El distanciamiento social aplicado por el Covid-19, ha llevado a la población a experimentar en su contexto familiar sintomatología de índole física, emocional y psicosocial lo que representa una amenaza para la salud mental y el deterioro de la calidad de vida.

Es necesario que se tomen medidas emergentes ante los efectos psicosociales que trae consigo la pandemia Covid-19 afín de precautelar el equilibrio y bienestar de la salud mental de la población.

Bibliografía

- Bloomberg. (2020). Mapping the Coronavirus Outbreak Across the World. Recuperado de Bloomberg: disponible en: <https://www.bloomberg.com/graphics/2020-coronavirus-cases-worldmap/?srnd=premiumhttp://www.oecd.org/newsroom/global-economy-faces-gravestthreat-since-the-crisis-as-coronavirus-spreads.htm>
- Bonifacio S, Rosa M. V, Julia G., E, Paloma Ch (2020) Impacto psicológico de la pandemia de COVID-19: Efectos negativos y positivos en población española asociados al periodo de confinamiento nacional. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 25. Disponible: <https://n9.cl/ux65>
- Borja M (2020). Así entro y se propago el Coronavirus en el ecuador. GK. Disponible en: <https://gk.city/2020/05/05/como-propago-coronavirus-ecuador/>
- 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. Lancet, 395, 912-920. Disponible en: <https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S0140673620304608?token=AACF9F47650D5B1CE94473CBB5BA841B7ED5536486D395A91CF39733A2E7F7805F909B2FD4FD6434587BBFB7DEC15804>
- Buelga E (2020) Pandemia Covid-19. Impacto en la familia. Diario digital Femenino. Disponible en: <https://diariofemenino.com.ar/pandemia-covid-19-impacto-en-la-familia/>
- Carvalho M., Días L., Medina C. (2020) Ciencia en tiempos de pandemia. Cad. Salud Pública. Disponible en: <https://www.scielo.org/articulo/csp/2020.v36n4/e00055520/es/>
- Cedeño L. (2020) Salud mental de los niños en esta Cuarentena. Hospital Vozandes quito. Disponible en: <https://hospitalvozandes.com/salud-mental-de-los-ninos-en-esta-cuarentena/>
- Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. (2020) Información básica sobre el SRAS: Disponible en: <https://www.cdc.gov/sars/about/fs-sars-sp.html>
- Comunidad Madrid. Actividad física y salud. Disponible en: <https://www.comunidad.madrid/servicios/salud/actividad-fisica-salud#:~:text=Mejor%20funcionamiento%20de%20su%20sistema,memoria%20y%20est%C3%A1n%20m%C3%A1s%20despiertas.>
- Cortes (2020) «Coronavirus como amenaza a la salud pública», cartas al editor. Disponible en: <https://scielo.conicyt.cl/pdf/rmc/v148n1/0717-6163-rmc-148-01-0124.pdf>
- Cristina M, C. (2014) LOS NIVELES DE HOMOFobia DE LOS FUTUROS DOCENTES: UNA CUESTIÓN DE DERECHOS, SALUD MENTAL Y EDUCACIÓN. Monográfico. Disponible en: <https://eprints.ucm.es/39011/1/rie66a08-5.pdf>
- Dance A., Magazine K. (2020) Coronavirus y sistema inmunológico: qué es la tormenta de citosinas que sufren algunos pacientes graves de covid-19. NEWS Mundo. Disponible en: <https://www.bbc.com/mundo/vert-fut-52603077#:~:text=Esta%20no%20es%20la%20primera,causar%20f%C3%A1cilmente%20una%20reacci%C3%B3n%20exagerada.>
- Datosmacro.com. (2020). Datosmacro.com. Recuperado

- de Precio del petróleo OPEP por barril: <https://datosmacro.expansion.com/materiasprimas/opec>
- Del Castillo P., Pando E. (2020) Salud mental infanto-juvenil y pandemia de Covid-19 en España: cuestiones y retos. Revista de psiquiatría infanto-juvenil. Disponible en: <http://aepnya.eu/index.php/revistaaepnya/article/view/355/293>
- El Universo. Disponible en: <https://www.eluniverso.com/noticias/2020/08/06/nota/7932519/perdidas-impacto-economia-pandemia-covid-19-ecuador-informe-banco>
- Elsevier. E, (2020) atención primaria: Elsevier. Disponible en https://investigacion.repo.fitec.edu.co/index.php/frontend/files/get/articulo_edith_patarroyo/Patarroyo-Una-mirada-desde-el-COVID%2019-y-su-incidencia-en-la-salud-mental-de-nuestra-comunidad-fiteista%20.pdf
- Ezpeleta D., García D. (2020) Manual Covid-19 para el Neurólogo general. SEN. Disponible en: <https://n9.cl/dywmw>
- Gavidia V., Talavera M. (2012) La construcción del concepto de salud. Dpto. Didáctica CC. Experimentales y Sociales. Disponible en: <https://www.uv.es/comsal/pdf/Re-Esc12-Concepto-Salud.pdf>
- Gordon, 2020: El COVID-19 y la salud mental: ¿cuáles son las consecuencias? Psicología Iberoamericana, vol. 28, núm. 1, México, México. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=133963198003>
- Guaña C (2020) El impacto del coronavirus en la economía: ¿se viene una recesión? Aula Magna. Disponible en: <https://aulamagna.usfq.edu.ec/?p=11294>
- Henao S, Quintero S, Echeverri J, Hernández J, Rivera E, López S. Políticas públicas vigentes de salud mental en Suramérica: un estado del arte. Rev. Fac. Nac. Salud Pública 2016. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/rfnsp/v34n2/v34n2a07.pdf>
- Hernández R, (2020) Covid-19 y América Latina y el Caribe: los efectos económicos diferenciales en la región, serie documento de trabajo. Disponible en: http://www.iaes.es/uploads/2/0/8/6/20860996/dt_06_20.pdf
- Huarcaya-Victoria J. Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de COVID-19. Rev Peru Med Exp Salud Publica. 2020;37(2):327-34. <https://doi.org/10.17843/rpmpes.2020.372.5419>

- Infobae (2020) Como preservar la salud mental de los adultos mayores durante la cuarentena. Disponible en: <https://www.infobae.com/tendencias/2020/05/26/como-preservar-la-salud-mental-de-los-adultos-mayores-durante-la-cuarentena/>
- J.A. Sánchez-Duque (2020) atención primaria: editorial. Disponible en: <https://n9.cl/tol6x>
- Lasheras I., Santabárbara J. (2020) Uso de antipalúdicos en el tratamiento del COVID-19. Elsevier. Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-medicina-clinica-2-articulo-uso-antipaludicos-el-tratamiento-del-S002577532030244X?newsletter=true&coronavirus>
- Loades E. (2020) La soledad y la salud mental en niños y adolescentes. IntraMed. Disponible en: <https://www.intramed.net/content/enidover.asp?contenido=96297>
- María B.T., Mayra G. A., Dayana R.L. (2015) ESTRATEGIA PREVENTIVA EN SALUD MENTAL PARA DOCENTES CON ESTRÉS LABORAL. Mikarimin. Revista Científica Multidisciplinaria (pág., 27). Disponible en: <http://45.238.216.13/ojs/index.php/mikarimin/article/view/314/173>
- Mayagüez. Trastornos mentales o emocionales. Recinto universitario de Mayagüez. Disponible en: https://www.uprm.edu/p/sei/trastornos_mentales_o_emocionales
- Mayo C (2020) libro de salud familiar de Mayo clinic. 5 edición. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/mental-illness/symptoms-causes/syc-20374968>
- Martínez, E. Desafíos para la enfermería de salud mental después del COVID-19. Rev. cienc. ciudad. 2020; 17(3):122-129. <https://doi.org/10.22463/17949831.2413>
- Mebarak M., Castro A (2009) Salud mental: un abordaje desde la perspectiva actual de la psicología de la salud. Psicología desde el Caribe. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/213/21311917006.pdf>
- Mendoza I. (1984) guerra y salud mental, psicología y derechos humanos. Disponible: <https://n9.cl/ync75>
- Molina X (2011) Trastornos emocionales: tipos, síntomas, causas y tratamientos. Psicología y mente. Disponible en:

- <https://psicologiaymente.com/clinica/trastornos-emocionales>
- Montaner J. (2009) el dolor y sus consecuencias. Consumer. Disponible en: <https://www.consumer.es/salud/atencion-sanitaria/el-dolor-y-sus-consecuencias.html>
- MSP (2020) <https://www.salud.gob.ec/el-ministerio-de-salud-publica-del-ecuador-msp-informa-situacion-coronavirus/>
- Notario, R., Borda, N., Rucci, V. y Freije, J. (2020) «Coronavirus:», Revista Médica de Rosario, 86(1). Disponible en: <http://www.revistamedicaderosario.org/index.php/rm/article/view/68>
- OMS (2006) <https://www.who.int/features/qa/38/es/>
- Pastor. J. 2020 Los efectos Psicológicos de la Covid – 19. Revista archivo de la sociedad española de oftalmología. p. 417-418. <https://doi.org/10.1016/j.ofal.2020.06.010>
- Perales, C., García, A. & Reyes, G. (2012). Predictores psicosociales de la calidad de vida en pacientes con insuficiencia renal crónica en tratamiento de hemodiálisis. Nefrología 32(5):622-30. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0211-69952012000700009
- Pérez A., Gómez T. (2020) Características clínicas-epidemiológicas de la covid-19. Revista Habanera. Vol. 19. Disponible en: <http://www.revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/article/view/3254/2562>
- Pilar S. (2020). Coronavirus ¿Cómo va la carrera para encontrar una vacuna contra el coronavirus? Directos. Disponible en: <https://www.rtve.es/noticias/20200918/se-sabe-vacuna-contra-coronavirus/2013431.shtml>
- Puebla F (2005) Tipos de dolor y escala terapéutica de la O.M.S. Dolor iatrogénico. Dolor. Disponible en: <http://scielo.isciii.es/pdf/onco/v28n3/06.pdf>
- Quiñones M (2020) Efectos del coronavirus (Covid-19) en la sociedad y la economía. Claridad. Disponible en: <https://www.claridadpuertorico.com/efectos-del-coronavirus-covid-19-en-la-sociedad-y-la-economia/>
- Ramos A (2013) estop al estigma de la salud mental: editorial club universitario (pag.149) <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=J601DwAAQB&oi=fnd&pg=PA3&dq=libro>

- s+que+hables+sobre+la+salud+mental&ots=9oGBH2knai&sig=1ZCB3xytSTg81z2nO3NpEn40-uo#v=onepage&q=salud%20mental&f=false
- Rodríguez, M., Merino, M. & Castro, M. (2009). Valoración psicométrica de los componentes físicos (CSF) y mentales (CSM) del SF-36. Disponible en: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95532009000100009
- Rodríguez P., Ramos V., Martínez A., Oblitas A. (2009) Emociones negativas y su impacto en la salud mental y física. Suma Psicológica, vol. 16. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/1342/134213131007.pdf>
- Ruiz A (2020) La psicología como ciencia en el afrontamiento a la COVID-19: apuntes generales. Ciencias sociales y Humanísticas. Disponible en: <http://www.revistaccuba.sld.cu/index.php/revacc/article/view/839/856>
- Sánchez A., Arce L. (2020) Enfermedad por Coronavirus 2019 (COVID-19) en América Latina: Papel de la atención primaria en la preparación y respuesta. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/340722716_Enfermedad_por_Coronavirus_2019_COVID-19_en_America_Latina_Papel_de_la_atencion_primaria_en_la_preparacion_y_respuesta
- Sánchez M. (2020) Nuevo coronavirus: avances científicos y un reto inaplazable. Funiber. Disponible en: <https://cuidateplus.marca.com/bienestar/2020/04/07/nuevo-coronavirus-avances-cientificos-reto-inaplazable-172820.html>
- Sandín, B., Chorot, P., Valiente, R.M. (2018). Trastornos de ansiedad en niños y adolescentes. Trastornos psicológicos y neuropsicológicos en la infancia y la adolescencia (pp. 119-161). Bogotá: Manual Moderno. Disponible en: <https://n9.cl/ncjwh>
- Sarmiento E (2020) como afecto el Covid al sistema educativo. Juventud y ciencia solidaria. Disponible en: https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/18992/1/Rev_Juv_Cie_Sol_0519.pdf
- Santillán H., Palacios E (2020) Caracterización epidemiológica de Covid-19 en Ecuador, Revisao. Disponible en: <https://www.iajmh.com/iajmh/article/view/99/110>
- Seguí, A., Amador, P. & Ramos, A. (2010). Calidad de vida en pacientes con insuficiencia

renal crónica en tratamiento de hemodiálisis. Sociedad Española de Enfermería Nefrológica. 13(3) 1139-1375. Disponible en http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1139-13752010000300002

Urzúa A., Vera P (2020) La Psicología en la prevención y manejo del COVID-19. Aportes desde la evidencia inicial. Terapia psicológica, 38(1), 103-118. Disponible en: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-48082020000100103

Valiente M (2017) ¿Cómo influyen las emociones en nuestra salud? Medicina Familiar y Comunitaria. Disponible en: <https://www.semfyc.es/como-influyen-las-emociones-en-nuestra-salud/#:~:text=Las%20emociones%20son%20reacciones%20psicofisiol%C3%B3gicas,y%20en%20la%20conducta%20expresiva.>

Vidarte J. Vélez C. Sandoval C. Alfonso M. (2011) Actividad Física: Estrategia de Promoción de la Salud. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/hpsal/v16n1/v16n1a14.pdf>