

DIFERENCIAS DE DUELO Y SUS IMPLICACIONES EN PERSONAS QUE PERDIERON CONOCIDOS O FAMILIARES POR COVID 19

Data de aceite: 01/12/2023

Lina María Ortiz Vargas

Orcid ID 0000-0002-0218-7791

Esp. en psicología organizacional,
Mg. en Neuropsicología y Phd en ciencias
biomédicas

Yaireth Ramos Tobías

UNAC, grupo de investigación Estilo de
vida saludable Medellín, Colombia – 18
septiembre 2023

RESUMEN: **Objetivo:** Analizar cómo ha influido las muertes por Covid 19, en el proceso de duelo de la población. **Metodología:** La presente investigación tiene un tipo de investigación estudio de caso, como dice sampieri: "Estudios que al utilizar Los procesos de investigación cuantitativa, cualitativa o mixta Analizan profundamente Una unidad holística Para responder el planteamiento del problema, Probar hipótesis Y desarrollar alguna teoría" (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2008). Es por eso que la presente investigación es un estudio de caso, ya que se pretendía Analizar a profundidad las respuestas de los participantes, de manera que, para hacer un análisis cualitativo con un sentido más extenso de las respuestas

recibidas, se tomó una pequeña porción de participantes. **Resultados:** La pandemia de coronavirus ha tenido un impacto significativo con un aumento del 57.1% en los problemas de salud mental. Se ha observado ansiedad, la depresión y otros trastornos del estado de ánimo debido al estrés psicológico relacionado con la pandemia. El distanciamiento social y el confinamiento han llevado a la pérdida de interacciones sociales, lo que ha generado un aumento del 42.9% en la sensación de aislamiento y soledad. Un 14.3% de las personas han optado por procesar su duelo internamente en lugar de buscar ayuda. Esta crisis ha afectado a ciertos grupos de la población, como trabajadores de la salud, adultos mayores, jóvenes y personas con condiciones médicas preexistentes. Estos grupos pueden enfrentar desafíos adicionales en términos de salud mental y requerir un apoyo específico y adaptado a sus necesidades. **Conclusiones:** En base a los resultados obtenidos en la investigación en niños y adolescentes, se puede concluir que; durante la pandemia, aproximadamente la mitad de los adolescentes han experimentado un incremento en sus niveles de estrés y ansiedad. Sin embargo, es preocupante

constatar que muchos de ellos no tienen acceso a los servicios de salud mental y apoyo necesarios. Además, los confinamientos y las dificultades económicas derivadas de la situación han incrementado el riesgo de violencia doméstica, lo cual representa una amenaza para la seguridad de numerosos niños, niñas y adolescentes. “Se estima que alrededor de 140,000 niños han perdido a un padre, madre o abuelo a causa de COVID-19”. Carissa F. Etienne. Directora de la (OPS). Las muertes causadas por el COVID-19 han tenido un impacto significativo en las instituciones educativas, especialmente en el ámbito universitario. Se ha observado un aumento en el número de personas afectadas en el área de la salud mental, ya que todos, sin excepción, han estado involucrados en esta época extremadamente difícil. La pérdida de familiares, amigos o conocidos ha dejado un gran vacío en la vida de los jóvenes universitarios, lo que ha generado un aumento en los niveles de depresión, ansiedad y miedo. Estos efectos emocionales y psicológicos han afectado la salud mental de los estudiantes, lo que a su vez ha impactado su rendimiento académico y bienestar general. angustia de no poder brindar ayuda a sus propios familiares y presenciar su fallecimiento, sin poder ofrecer una sepultura adecuada. Durante la pandemia de COVID-19, la salud mental se vio ampliamente afectada, especialmente para aquellos que ya tenían problemas previos o vivían en situaciones estresantes. Además, las personas que experimentaron pérdidas durante este tiempo enfrentaron dificultades adicionales en su proceso de duelo debido a las restricciones en los rituales funerarios. A pesar de la creencia generalizada de que el duelo solo afecta a los familiares directos, los resultados de este proyecto revelaron que el duelo también afectaba a las personas cercanas a aquellos que fallecieron por COVID-19. Estas personas a menudo eran pasadas por alto en términos de reconocimiento y apoyo en su proceso de duelo. Se observó que no todas las personas que fallecieron por COVID-19 eran familiares directos, sino que también incluían amigos y conocidos, muchas de ellas experimentaban ansiedad, depresión y otras dificultades emocionales sin recibir el manejo adecuado para afrontar estas situaciones de manera asertiva. Las entrevistas y resultados indican que la Salud Mental fue fuertemente afectada durante la pandemia de COVID-19. Esto se debió a diferentes factores, como las pérdidas por COVID-19 y el confinamiento. Es esencial reconocer que los seres humanos son seres sociales y necesitan la interacción con otros. La falta de contacto humano durante el confinamiento llevó a un aumento significativo en los niveles de ansiedad, depresión y suicidio. Además, se observó que muchas personas que experimentaron pérdidas por COVID-19 optaron por procesar su duelo de forma interna en lugar de buscar ayuda. Esto puede haber resultado en sentimientos de culpa, ansiedad y estrés postraumático. En conclusión, la Salud Mental se vio gravemente afectada durante la pandemia, y es fundamental promover la conciencia sobre la importancia de la salud mental y garantizar el acceso a recursos y servicios de apoyo para aquellos que están lidiando con los efectos emocionales de la pandemia.

PALABRAS CLAVE: Covid 19, depresión, trastornos mentales, ansiedad, duelo, estrés, salud mental.

INTRODUCCIÓN

La irrupción del COVID-19 en nuestras vidas ha traído consigo profundos cambios en nuestra rutina diaria y en la forma en que experimentamos el duelo. Hasta hace apenas

unos meses, disfrutamos de una vida cotidiana llena de esparcimiento y entretenimiento al aire libre. Sin embargo, la llegada de esta pandemia nos ha privado de muchas de esas actividades, obligándonos a adaptarse a nuevas formas de vivir y enfrentar la pérdida. La muerte, que antes parecía un tema distante y ajeno en nuestras conversaciones diarias, se ha convertido en un tema de relevancia y actualidad en nuestra sociedad. La pandemia ha puesto de moda la discusión en torno a la muerte y, al mismo tiempo, ha transformado nuestra percepción, sentimiento y vivencia de ella.

Uno de los cambios más significativos ha sido la alteración de los rituales de duelo tradicionales. La pandemia del COVID-19 ha transformado nuestra vida cotidiana y ha impactado profundamente la forma en que vivimos y experimentamos el duelo.

Representa un desafío adicional para las personas con antecedentes de trastorno depresivo mayor y trastornos de consumo de sustancias. Las posibles pérdidas, el aislamiento del cadáver y las barreras para llevar a cabo rituales funerarios aumentan el riesgo de recaída del TDM o un duelo complicado. Además, las adicciones pueden empeorar los resultados de salud en caso de contraer la COVID-19. En este contexto, es esencial brindar apoyo, atención y estrategias de cuidado personal para ayudar a estas personas a afrontar la situación de manera efectiva.

MATERIALES Y MÉTODOS:

Diseño: El presente proyecto de investigación adopta un enfoque de estudio de caso, siguiendo la definición de Sampieri que indica que este tipo de estudios utiliza procesos de investigación cuantitativa, cualitativa o mixta para analizar en profundidad una unidad holística. Su objetivo es responder al planteamiento del problema, probar hipótesis y desarrollar teorías pertinentes

(Hernández-Sampieri y Mendoza, 2008).

El estudio de caso se seleccionó como metodología adecuada para investigar y comprender a fondo el tema en cuestión. Permite examinar de manera detallada las experiencias, percepciones y comportamientos de los participantes involucrados en el contexto específico del proyecto. Además, brinda la oportunidad de explorar múltiples variables y factores que influyen en el fenómeno estudiado.

Tipo de participantes: Para la presente investigación, la población que se estudió en este proyecto fueron aquellas personas que han vivido algún tipo de pérdida por causa del covid-19, dado que son aquellos que cumplen con las características y comportamientos de un duelo que se está gestionando de una forma distinta; Toda persona que ha tenido algún tipo de pérdida por causa del covid-19 hace parte de esta población.

ANÁLISIS DE RESULTADOS

Para determinar las estadísticas que se presentan a continuación, se tomó como muestra a una población la cual presentó una pérdida de familiares y amigos por covid-19, en tiempos de pandemia entre el año 2019 y el 2023. En el cual se determina gráficamente las respuestas con mayor incidencia.

En el cual se determina gráficamente las respuestas con mayor incidencia.

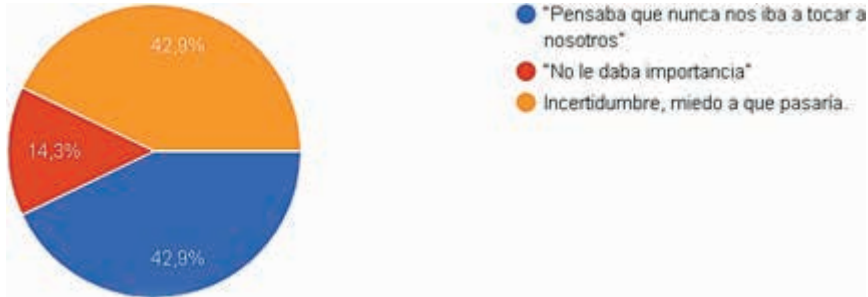


Ilustración 1

"En la gráfica anterior se muestra el resultado a la pregunta ¿Qué pensabas del Covid antes de que llegara a tu casa o a tus conocidos? Se puede evidenciar que el 42.9 % de los encuestados respondieron; "Pensaba que nunca nos iba a tocar a nosotros" seguido del 42.9% que afirmaron "No le daba importancia" y por ultimo un 14.3% sentían Incertidumbre y miedo a que pasaría"



Ilustración 2

"En la gráfica anterior se muestra el resultado a la pregunta ¿Cómo recibiste la noticia de que ese familiar o ser querido tenía Covid? ¿Qué pensamientos tuviste? podemos observar que el 42.9 % de los encuestados afirmaron; "Me di cuenta por los síntomas, me preocupé mucho", sin embargo, el 42,9% a su vez respondió; "Lo tomé normal, creyendo que no iba a pasar nada" y un 14,3% Me angustié mucho y esperaba que todo mejorara".

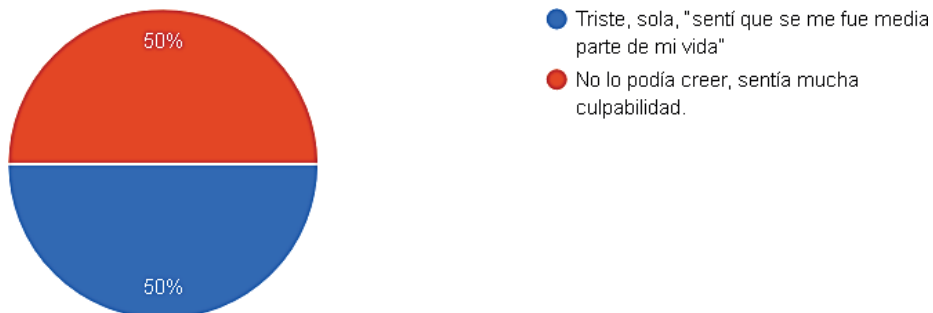


Ilustración 3

En la gráfica anterior se muestra el resultado a la pregunta ¿Después de que este familiar o ser querido falleció, como te sentías?

El 50% de los encuestados respondieron “sentí que se me fue media parte de mi vida” y el otro 50% afirman;” No lo podía creer, me sentía culpable”.

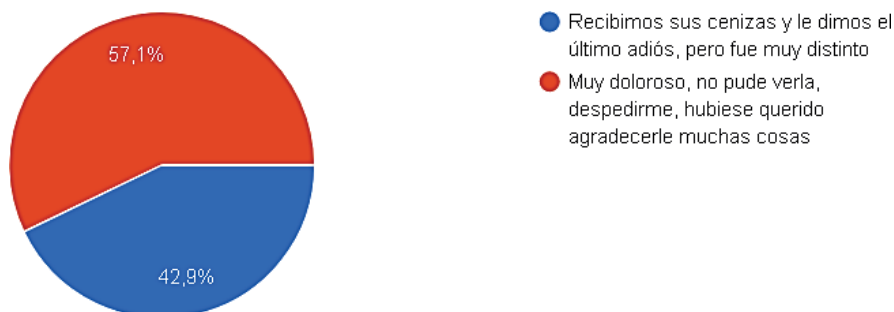


Ilustración 4

“En la gráfica anterior se muestra el resultado al realizar la siguiente pregunta; ¿Cómo te sentiste al no poder realizar un proceso fúnebre como siempre se ha realizado? (sin poderlo ver, sin poderlo enterrar, sin poderse despedir) a lo que los participantes respondieron con un 57,1% “Recibimos sus cenizas y le dimos el último adiós, pero fue muy distinto” y con un 42,9% respondieron que fue “muy doloroso, no pude verla, despedirme, hubiese querido agradecerle muchas cosas”.



Ilustración 5

“En la gráfica anterior se muestra el resultado a la pregunta ¿Sientes que has superado esta pérdida? ¿Qué estrategias utilizaste para superarlo si así fue, y sino cuéntame por qué piensas que no has podido superarlo? El 57,1% afirma que “Una pérdida no se supera, se sobrelleva” Trate de llevarlo sanamente y un 42,9% nos dice; “No, porque hay muchos recuerdos, el no poder despedirme y el apego que tenía”.

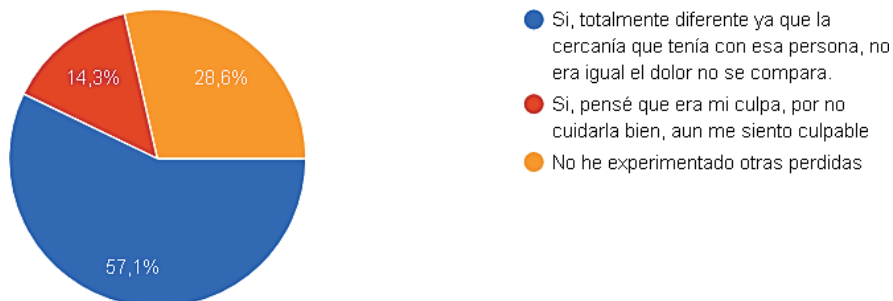


Ilustración 6

“En la gráfica anterior se muestra el resultado a la pregunta ¿Si has tenido la experiencia de tener otra pérdida de algún conocido que no haya sido por covid, ¿Has notado alguna diferencia en la forma como lo has vivido en comparación con esta pérdida? El 57,1 de los entrevistados respondió: “Si, totalmente diferente ya que la cercanía que tenía con esa persona, no era igual el dolor no se compara”. El 28,6% afirma “Si, pensé que era mi culpa, por no cuidarla bien, aun me siento culpable”. Y por último el 14,3% refiere “No he experimentado otras pérdidas”

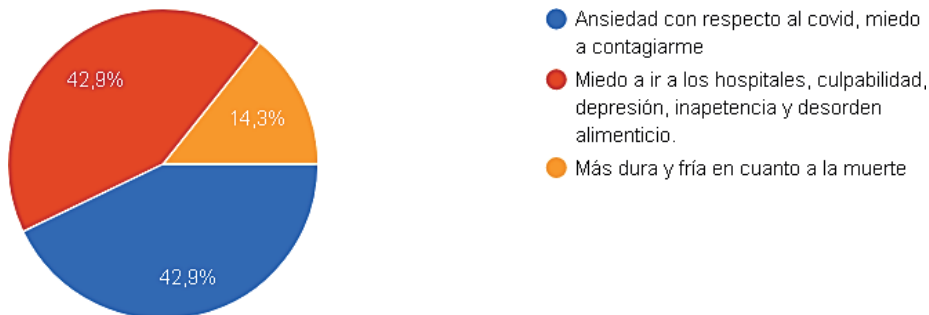


Ilustración 8

“En la gráfica anterior se muestra el resultado a la pregunta

¿Qué dificultades o secuelas, sientes que te dejó el experimentar está perdida en tu salud mental? El 42,9% respondió: “Ansiedad con respecto al covid, miedo a contagiarme” el 42,9% afirmaron “Miedo a ir a los hospitales, culpabilidad, depresión, inapetencia y desorden alimenticio” y un 14,3% dice: “Soy un poco más dura y fría en cuanto a la muerte”.

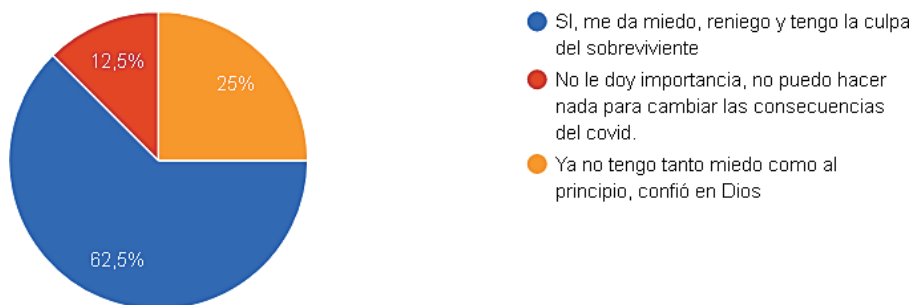


Ilustración 9

“En la gráfica anterior se muestra el resultado a la pregunta

¿Cuándo escuchas hablar sobre el covid en la actualidad, sientes que te afecta?

El 62,5% de los entrevistados respondió “SI, me da miedo, reniego y tengo la culpa del sobreviviente” el 25% refiere que: “No, ya no me importa, no puedo hacer nada para cambiar las consecuencias del covid” y el 12,5% afirma;

“Ya no tengo tanto miedo como al principio, confió en Dios “

DISCUSIÓN:

Para la presente investigación, se recolectaron datos a través de entrevistas, para obtener una comprensión más completa de sus experiencias. Se llevó a cabo un análisis cualitativo; para identificar los factores de riesgo asociados y los posibles recursos de apoyo que podrían ayudar a mitigar estos efectos negativos. Adicional se realizó una búsqueda

bibliográfica para analizar la pertinencia del tema con diversas investigaciones relacionadas, para comparar con los resultados hallados en el presente estudio, a continuación, se hace la relación y referencia de los mismos.

De acuerdo a los testimonios recopilados de las víctimas sobre sus pensamientos previos a la llegada del COVID-19 a sus hogares, se revela que un 46.9% de las personas creían que nunca se verían afectadas por él. Consideraban que era algo distante y que la sociedad exageraba en el uso de elementos de protección personal. Estos hallazgos coinciden con los expuestos en el artículo de Santiago Nonualco, donde se destaca la falta de conciencia sobre la peligrosidad y letalidad de este virus. Nunca se imaginaron que podrían ser directamente afectados por él. Uno de los testimonios destacados es el de Raquel, quien expresó: “Cuando empecé a escuchar acerca de este virus, nunca imaginé que algo así sucedería en mi familia”.

Recibir la noticia de la partida de un ser querido nunca es fácil, pero en tiempos de pandemia se ha vuelto aún más doloroso. Lamentablemente, esta situación no solo se vivió en nuestro país, como se expone en el artículo escrito por el periodista Santiago N. En él, se comparte un breve testimonio que ilustra el impacto devastador de la pandemia: “El 29 de mayo, al notar que su madre, Lucía, comenzó a presentar fiebre, Raquel Barrera contactó al servicio de emergencia. Sin embargo, la ambulancia demoró y, al llegar al día siguiente, su madre ya había fallecido. Raquel relata: ‘El mundo está infestado y se vive con temor. En mi familia hemos perdido a cinco personas en poco tiempo y ha sido devastador ver cómo los hemos perdido debido a la COVID-19’. Raquel, una salvadoreña, ha presenciado la muerte de sus dos padres y tres hermanos en menos de dos meses, todos contagiados por el virus”.

Los sentimientos experimentados por las personas después de la muerte de un ser querido a causa del COVID-19 son profundos y complejos.

La soledad, la nostalgia y la culpabilidad se hacen presentes, especialmente debido al fuerte vínculo existente con padres, madres, abuelos e hijos. Se siente como si un pedazo de la vida hubiera sido arrebatado de manera abrupta. Según el artículo titulado “Un adiós sin despedida” publicado por la Universidad de la Sabana, la pérdida de un ser querido en estos tiempos tan singulares, donde las noticias llegan a través de un teléfono y las despedidas suceden de manera muy diferente a lo que se esperaba, provoca diversas impresiones emocionales. Los expertos de esta universidad señalan que esto desencadena procesos de negación, ira y tristeza prolongada. El duelo se convierte en un proceso complicado en el que la etapa de aceptación requiere tiempo y, en algunos casos, el apoyo de profesionales especializados.

Los resultados revelan en más de un 50% la significativa carga emocional que conlleva la restricción de los procesos fúnebres tradicionales durante la pandemia. La falta de contacto visual y la imposibilidad de llevar a cabo rituales de despedida como se acostumbra pueden intensificar el dolor y la sensación de pérdida, generando un duelo más

complicado y dificultando el proceso de aceptación y cierre emocional.

Lo cual se puede confirmar cuando se observan estudios como el realizado por Prigerson titulado *“Luto por muertes por covid-19: los estragos en los familiares en duelo son profundos”*. En el cual afirmó; “Las personas que sufren un duelo sufrirá n peores resultados debido a los encierros y el aislamiento social durante la pandemia. no estar allí en el momento de necesidad de un ser querido, no poder comunicarse con los miembros de la familia de manera natural, no poder despedirse, no participar en los rituales normales, todo esto hace que el duelo sea más difícil y prolonga el trastorno de duelo y el dolor”. (10)

Se mencionaron varios factores que dificultan su proceso de superación, como la presencia de muchos recuerdos, la imposibilidad de despedirse adecuadamente y el fuerte apego emocional que tenían hacia la persona fallecida. Estas razones reflejan la intensidad del vínculo y la falta de cierre emocional, lo que puede prolongar el proceso de duelo y dificultar la recuperación. Esta teoría la podemos confirmar en base al estudio realizado por Área humana, en su *“Guía psicológica del proceso del duelo en el contexto de la epidemia del coronavirus”* en el que se resalta lo siguiente: “El proceso del duelo por una pérdida por Coronavirus será distinto, cambiarán las emociones, las fases del duelo y la forma de afrontamiento emocional

” Todos pueden controlar un duelo excepto el que lo tiene” (William Shakespeare)

Es importante analizar si las personas afectadas por la pérdida de un ser querido durante la pandemia buscaron algún tipo de apoyo, ya sea profesional, familiar o espiritual. Sin embargo, los resultados obtenidos indican que muchas de estas personas tienden a preferir la soledad en lugar de buscar ayuda, lo cual demuestra que el uso de medios para mitigar el duelo no es tan común como se podría pensar. Un artículo de UNICEF, publicado en 2020, aborda este tema de manera interesante y plantea que el duelo experimentado por aquellos que han perdido a alguien debido al COVID-19 es diferente al duelo por otras pérdidas. El artículo señala que “las despedidas sociales han sido eliminadas en gran medida para cumplir con las exigencias sanitarias, lo cual es comprensible para evitar la propagación del virus”. Sin embargo, esta limitación ha dificultado la expresión del dolor y el sentimiento de pérdida, lo que a su vez dificulta el proceso de elaboración del duelo. Esto nos lleva a comprender por qué las personas que han sufrido una pérdida por COVID -19 tienden a aislarse en lugar de buscar ayuda.

La pérdida de un familiar o amigo por COVID-19 ha sido tan diferente a las muertes naturales o causadas por otras enfermedades. Los entrevistados señalan que el dolor experimentado es totalmente distinto debido a la naturaleza inesperada y traumática de la pérdida. Esto se ve respaldado por el artículo titulado “El COVID-19 no sólo cambió nuestra forma de vivir, sino también la forma de morir”, que menciona cómo las exigencias sanitarias actuales han limitado en gran medida las expresiones de despedida y han dificultado la elaboración del duelo.

Anteriormente, los rituales y los símbolos desempeñaban un papel crucial en el

proceso de duelo, permitiéndonos reflexionar, sentir y pensar en la persona fallecida. Sin embargo, en la actualidad, con las noticias llegando a través del teléfono y las despedidas limitadas, nos vemos atrapados en procesos prolongados de negación, ira y tristeza.

Otro aspecto importante a analizar son las secuelas que dejó en la salud mental la experiencia de perder repentinamente a un ser querido durante la pandemia. Algunas de estas secuelas incluyen la ansiedad, la depresión y la culpa del sobreviviente, el sentimiento de que podrían haberlo salvado, pero no fueron capaces. Un artículo publicado por la OPS en 2022 respalda nuestros hallazgos con la siguiente afirmación: “En el primer año de la pandemia por COVID-19, la prevalencia mundial de la ansiedad y la depresión aumentó en un 25%”.

La forma de transmisión del virus dificultó la intervención cara a cara en servicios de atención psicológica, lo que dificultó un adecuado acompañamiento. La *revista Uriacha* menciona que “el aumento de enfermedades psicológicas y el suicidio durante la época de COVID-19 fue muy alto, y muchas personas y familias tuvieron que enfrentar esto durante el confinamiento, lo que dificultaba el proceso de duelo”.

Escuchar hablar sobre el covid en la actualidad, para las víctimas refleja una sensación de impotencia ante la situación, miedo a contagiarse y una sensación de culpa como sobrevivientes; por otra parte, se puede mostrar indiferencia o confiar en creencias religiosas para enfrentar la situación. El artículo “Emociones, preocupaciones y reflexiones frente a la pandemia del COVID-19” escrito por María Cecilia Johnson, respalda estas ideas al afirmar que el miedo es una respuesta natural y adaptativa frente a un peligro real como el COVID-19. Esta respuesta emocional puede generar sentimientos de impotencia, miedo y culpa en las víctimas de la enfermedad.

REFERENCIAS

1. Coronavirus [Internet]. Who.int. Disponible en: <https://www.who.int/es/health-topics/coronavirus>

2. Depresión [Internet]. Medlineplus.gov. Disponible en: <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/003213.htm>

3. Trastornos mentales [Internet]. Who.int.

Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>

4. Galatea C. ¿Qué es el duelo? [Internet]. Clínica Galatea. 2019 Disponible en: <https://www.clinica-galatea.com/es/bloc/duelo>

5. Sld.cu. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30432020000300578

6. <https://acortar.link/c1nRy9>

7. Palomino-Oré C, Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado - Hideyo Noguchi, Departamento de Investigación. Lima, Perú, Huarcaya-Victoria J, Universidad de San Martín de Porres, Lima, Perú. Trastornos por estrés debido a la cuarentena durante la pandemia por la COVID-19. 2020; 20(4): e1218. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1727-558X2020000400010&script=sci_arttext&tIng=en
8. Riiad.org. Disponible en: <http://www.riiad.org/index.php/riiad/article/view/riiad.2022>
9. Matar-Khalil S. Neurocovid-19: efectos del COVID-19 en el cerebro. Rev Panam Salud Publica [Internet]. 2022, 46:1–5. Disponible en: <https://iris.paho.org/handle/10665.2/56148>
10. Cudris-Torres L, Barrios-Núñez Á, Bonilla-Cruz NJ. Coronavirus: epidemia emocional y social. 2020; Disponible en: <http://dx.doi.org/10.5281/ZENODO.4069507>
11. Ortiz Villalobos A. Duelo en infancia y adolescencia y en tiempos de COVID - 19. Rev. psiquiatr infanto-juv [Internet]. 2021;38(1):3–10. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.31766/revpsij.v38n1a2>
12. Los colombianos han dejado de ir al médico por miedo a contagiarse de covid-19 [Internet]. Diario La República. [citado el 14 de noviembre de 2022]. Disponible en: <https://www.larepublica.co/salud-ejecutiva/los-colombianos-han-dejado-de-ir-al-medico-por-miedo-a-contagiarse-de-covid-19-3029029>
13. Weiss RG. covid-19 y suicidio – Asociación de Profesionales en Prevención y Postvención del Suicidio [Internet]. Asociación de Profesionales en Prevención y Postvención del Suicidio. [citado el 14 de noviembre de 2022]. Disponible en: <http://papageno.es/tag/covid-19-y-suicidio>
14. Tremeau V. La pandemia de COVID-19 dispara la depresión y la ansiedad [Internet]. Noticias ONU. 2022 [citado el 14 de noviembre de 2022]. Disponible en: <https://news.un.org/es/story/2022/03/1504932>
15. Cardoso MFPT, Martins MMFP da S, Trindade L de L, Ribeiro OMPL, Fonseca EF. The COVID-19 pandemic and nurses' attitudes toward death. Rev Lat Am Enfermagem [Internet]. 2021 [citado el 14 de noviembre de 2022];29:e3448. Disponible en: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/8wkzmmppmrxYtYnCXNRRP3wx/abstract/?lang=es>
16. Araujo Hernández M, García Navarro S, García-Navarro EB. Abordaje del duelo y de la muerte en familiares de pacientes con COVID-19: revisión narrativa. Enferm Clin [Internet]. 2021 [citado el 14 de noviembre de 2022];31 Suppl 1: S112–6. Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-enfermeria-clinica-35-avance-resumen-abordaje-del-duelo-muerte-familiares-S1130862120303089>
17. Vinuesa-Veloz AF, Aldaz-Pachacama NR, Mera-Segovia CM, Pino-Vaca DP, Tapia-Veloz EC, Vinuesa-Veloz MF. Síndrome de Burnout en médicos/as y enfermeros/as ecuatorianos durante la pandemia de COVID-19 [Internet]. 2020 [citado el 14 de noviembre de 2022]. Disponible en: <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/708>
18. Buitrago Ramírez F, Ciurana Misol R, Fernández Alonso MDC, Tizón JL. Pandemia de la COVID-19 y salud mental: reflexiones iniciales desde la atención primaria de salud española. Aten Primaria [Internet]. 2021;53(1):89– 101. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0212656720301876>
19. Cudris-Torres L. Coronavirus: epidemia emocional y social. Revistaavft.com. [citado el 14 de noviembre de 2022]. Disponible en: <http://www.revistaavft.com/images/revistas/2020/avft32020/12coronavirus.pdf>

20. Tallarda LA. ¿Cómo afecta el coronavirus a la salud mental? [Internet]. La Vanguardia. 2020 [citado el 19 de mayo de 2023]. Disponible en: <https://www.lavanguardia.com/vida/junior-report/20200602/481435303101/como-afecta-coronavirus-salud-mental.html>
21. Afrontamiento del duelo en la infancia y la adolescencia en el contexto de pandemia por SARS-CoV-2. Pautas para las familias [Internet]. Faros HSJBCN. 2020 [citado el 19 de mayo de 2023]. Disponible en: <https://faros.hsjbcn.org/es/articulo/afrontamiento-duelo-infancia-adolescencia-contexto-pandemia-sars-cov-2-pautas-familias>
22. El COVID-19 no sólo cambió nuestra forma de vivir, sino también la forma de morir" [Internet]. Unicef.org. [citado el 19 de mayo de 2023]. Disponible en: <https://www.unicef.org/elsalvador/historias/el-covid-19-no-s%C3%B3lo-cambi%C3%B3-nuestra-forma-de-vivir-sino-tambi%C3%A9n-la-forma-de-morir>
23. Mar 2. La pandemia por COVID-19 provoca un aumento del 25% en la prevalencia de la ansiedad y la depresión en todo el mundo [Internet]. Paho.org. [citado el 19 de mayo de 2023]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/noticias/2-3-2022-pandemia-por-covid-19-provoca-aumento-25-prevalencia-ansiedad-depresion-todo>
24. Argüero-Fonseca A, Cervantes-Luna BS, Martínez-Soto J, de Santos-Ávila F, Aguirre-Ojeda DP, Espinosa-Parra IM, et al. Telepsicología en la pandemia Covid-19: Una revisión sistemática. URP [Internet]. 2021 [citado el 19 de mayo de 2023];18:1–10. Disponible en: http://www.revistauricha.umich.mx/ojs_uaricha/index.php/urp/article/view/357
25. France. Mujer salvadoreña sepulta a sus padres y tres hermanos, víctimas de covid-19 [Internet]. France 24. 2020 [citado el 19 de mayo de 2023]. Disponible en: <https://www.google.com/amp/s/amp.france24.com/es/20200727-mujer-salvadore%C3%B1a-sepulta-a-sus-padres-y-tres-hermanos-v%C3%ADctimas-de-covid-19>