

International Journal of Human Sciences Research

Acceptance date: 29/01/2025

IMPACTO DE LA DIFUSIÓN VIRTUAL EN CUIDADOS DE SALUD INTEGRAL EN PANDEMIA DE COVID 19

Raquel del Socorro Guillén Riebeling

Profesora e Investigadora de la Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Estudios Superiores Zaragoza, Sindicato de Trabajadores de la Universidad Nacional Autónoma de México. ULAPSI-México

All content in this magazine is licensed under a Creative Commons Attribution License. Attribution-Non-Commercial-Non-Derivatives 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0).



Resumen: A nivel mundial, la pandemia de COVID-19 llevó a enfrentar retos en diferentes sistemas desde los sistemas de salud, a nivel gubernamental e incluso en organismos internacionales, también fue un desafío a nivel individual debido al impacto psicosocial de sus consecuencias. Alrededor del mundo se desarrollaron diversas investigaciones no solo para evitar la propagación del virus, sino también para fomentar cambios en el comportamiento de la población que permitieran la adopción de las medidas sanitarias apropiadas, además de minimizar los impactos psicológicos por el confinamiento y los cambios de hábitos que implicó (Fernández, Otero, Vizcaíno, Rodríguez y Rodríguez, 2021). La participación del Sindicato de Trabajadores de la Universidad Nacional Autónoma de México (STUNAM) a través de su medio de difusión “Radio STUNAM” con sus plataformas Facebook, YouTube e Instagram, de junio de 2020 a enero 2022, 11 programas con temas de interés para académico, administrativos y comunidad universitaria. Los propósitos fueron el brindar apoyo y acompañamiento psicológico frente a la pandemia del SARS-CoV-2, Covid-19; dar a conocer los protocolos de seguridad; saber qué se puede hacer ante la emergencia sanitaria. El impacto que estos programas han tenido en la población está siendo evaluado, ya que de forma preliminar se tienen datos de un promedio de visualizaciones de mil, que es de gran importancia en esta era digital y de las redes sociales, a toda la población, además de los jóvenes quienes tienen acceso a un smartphone con conexión a internet, permitiendo nuevos modos de relación interpersonal incluso el emplear la tecnología en la promoción a la salud mental (Gutiérrez, et al., 2020).

Palabras-clave: Covid-19, Impacto psicológico, apoyo a distancia, salud, prevención contagios.

PRIMER ACERCAMIENTO

El año 2019 fue, sin duda, el año que sorprendió al mundo con un virus proveniente de la ciudad Wuhan, China; en ese país inició en noviembre de ese año (por eso las sigas COVID-19). A principios del 2020 llega a México el primer caso de contagio de esa enfermedad. Para marzo del mismo año se propagaron los contagios. La estrategia del Gobierno Federal fue el confinamiento de la población y medidas de higiene. Con la Estrategia “QuédateEnCasa” por cuatro meses conducida por una imagen de SU Sana Distancia. Al mes de junio se cambió por la “Nueva Normalidad” conservando las medidas de prevención y la restricción de aglomeraciones públicas. Emergencia sanitaria que satura los servicios de salud, carencia de oxígeno, falta de ventiladores y un gran número de defunciones diarias. De manera paralela la solicitud de servicios psicológicos a distancia se incrementó tanto nacional como en otras regiones de América. Activando las metodologías virtuales en terapia a distancia (Téllez-Silva, 2015) y adecuando la propuesta de atención en situaciones de emergencia (Guillén-Riebeling, 2021) con apoyo y consejo desde una perspectiva cognitivo conductual. Estrategias que permitieron asistir a casos individuales y brindar apoyo a la población de manera periódica para afrontar el aislamiento social, aprender y aplicar nuevos métodos de trabajo, educación y sin duda entereza por la pérdida de amigos, familiares y compañeros de trabajo, así como a los propios síntomas de contagio.

La Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), tuvo la necesidad de cerrar sus puertas a actividades presenciales utilizando los recursos a distancia para toda la comunidad universitaria, lo que permitió continuar trabajando y triplicando el trabajo virtual por la digitalización de recursos, clases a distancia y evaluaciones, así como las demás actividades sustantivas. Por su parte, el Sindicato de Trabajadores de la Universidad Nacional Autóno-

ma de México (STUNAM), encabezado por su Secretario General, el Ingeniero Agustín Rodríguez Fuentes, firmaron un convenio el día 19 de marzo del año 2020, mediante el cual se establece la suspensión de labores presenciales académicas y administrativas durante el tiempo que persista la contingencia sanitaria. Dadas estas circunstancias, la labor sindical tomó nuevas formas de llegar a sus agremiados, para dar información precisa, actual y de importancia para el cuidado de todos. En este contexto, el trabajo psicológico frente al COVID-19 tuvo el espacio para llevar a cabo el apoyo a través del medio de comunicación “Radio STUNAM”, sobre Psicología frente a la pandemia del COVID-19. a través de las redes sociales (Facebook y YouTube). En el año 2021, las actividades educativas y laborales se reintegraron paulatinamente a los espacios sociales, Continuaron de manera híbrida (presencial-virtual) hasta mediados del año 2022. A comienzos del año 2023, las actividades son presenciales salvo excepciones de contagios u otros problemas de salud (secuelas de COVID-19, trastornos mentales u otros padecimientos). A marzo de 2023, entra la población mundial al cuarto año de pandemia, continuando en estado de emergencia sanitaria mundial, con consecuencias en todos los ámbitos de la vida humana y la ecología.

ANTECEDENTES

En el contexto de la vida cotidiana, las actividades se van llevando a cabo conforme a lo planeado, en esa dinámica se contemplan rutinas para el consumo de alimentos, la convivencia con los integrantes de la familia y comportamientos individuales como aseo personal, vestimenta, sueño, educación o trabajo, entre otras. También se realizan actividades de manera espontánea o “no planeadas” por la llegada de un familiar, de un vendedor ambulante o recibir correspondencia. En este tipo de actividades, la vida cotidiana tiene certidumbre que permite sinergias armónicas.

las reacciones individuales ante desastres naturales (Cohen, 1985) por las variables involucradas:

- a) **Repentino, inesperado y de baja intensidad.** Pone en acción los mecanismos integrales de conservación, en pocos miembros de la población afectada.
- b) **Repentino, inesperado y de intensidad media.** Pone los mismos mecanismos integrales de conservación, en la mayoría de los miembros de la población afectada.
- c) **Repentino, inesperado y de alta intensidad.** Pone en acción los mecanismos integrales de conservación, en casi todos los miembros de la población afectada.
- d) **Agudo.** Tiene un comienzo repentino y un progreso rápido.
- e) **Crónico.** Es de larga duración y con un avance paulatino.

Las cinco afectaciones antes señaladas tienen su índice de comorbilidad, morbilidad y mortalidad de acuerdo con las variables involucradas (edad, sexo, socio-económicos, factores de riesgo asociado (entornos: físico, urbano, rural, social, institucional, individual y biológico-genéticos), comportamiento en estilo de vida, acceso a la alimentación y psicológicos.

ESTRATEGIAS PSICOLÓGICAS DE EMERGENCIA

Derivación de la psicología, Valero (2001) da una definición de la psicología de la emergencia que se orienta al estudio de las reacciones de los individuos y de los grupos humanos, antes, durante y después de una situación de emergencia o desastre, así como de la implementación de estrategias de intervención psicosocial orientadas a la mitigación y preparación de la población, estudiando cómo responden los seres humanos ante las alarmas y como optimizar la alerta, evitando y reduciendo las respuestas inadaptativas durante el

impacto del evento y facilitando la posterior rehabilitación y reconstrucción. Para Hobfoll et al. 2007 se promueve cinco aspectos:

- 1) seguridad,
- 2) calma,
- 3) autoeficacia,
- 4) eficacia comunitaria,
- 5) conectividad y
- 6) esperanza.

De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud, son “una respuesta humana de apoyo a otro ser humano que está sufriendo y que podría necesitar ayuda. Incluye apoyo básico pragmático, no intrusivo con foco en escuchar sin forzar a hablar, evaluación de necesidades y preocupaciones asegurando la satisfacción de necesidades básicas, promoción de apoyo social por otros significativos, y protección de daños mayores. (WHO, 2013). Las estrategias señaladas por la OMS (2018) fortalecen la prevención de trastornos mentales a través de asistencia individual y comunitaria en la promoción de la salud.

APOYO PSICOLÓGICO A DISTANCIA

Con el desarrollo de las nuevas tecnologías, las estrategias de atención psicológica a distancia comenzaron a adecuarse a los nuevos encuentros sociales trasladándose de “cara a cara” a “voz-escucha y réplica”, dejando los registros del lenguaje no verbal (postura o gestos) por el emitido por el equipo fono-articulador de la persona en terapia. Las alteraciones de la voz son:

Psicógena: Es la alteración producida por un trastorno psicológico.

Subtipos:

Espástica. Movimientos bruscos, sin control que se producen al intentar hablar.

Fonofobia. Miedo a hablar.

Histérica. Aparece repentinamente y suele coincidir con cambios bruscos en la vida de una persona.

Neurasténica. Se da en personas con rasgos hipocondríacos.

Obsesiva. El paciente se siente perseguido e incomprendido por todo el mundo.

Trac vocal. Pérdida absoluta de voz como respuesta al miedo.

Orgánica. Existe una lesión anatómica en los órganos de la fonación debido a inflamación, infección, artritis, asma, tumores...

Traumática. El traumatismo puede ser interno (intubación) o externo (accidente, agresión)

Audio-gena. Se produce una alteración de la voz como consecuencia de un déficit auditivo.

Afonía, alteración máxima de la disfonía que afecta a todas las características de la voz, es decir, su pérdida total. (<https://www.preparadores.eu/la-voz-humana/>)(2023)

La estructura de la atención psicológica virtual es: Saludo, presentación del terapeuta, establecimiento de la primera sesión y aceptación voluntaria del paciente. Se procede a la evaluación inicial e impresión diagnóstica de la problemática. Planteamiento de objetivos a alcanzar, número de sesiones y costos. Bajo el esquema de intervención en situación de emergencia se establecen los objetivos a corto y mediano plazo. La meta a mediano plazo con posibilidad de seguimiento y despedida. En el encuentro virtual individual los elementos que se destacan son: sexo, timbre, modulación, cultura y sintaxis.

Las características de la información emitida en la Videoconferencia es: Emisor-especialista de imagen presencia rostro y fondo, lenguaje verbal y no verbal. Receptor-escucha, solo lenguaje escrito a través de comentarios o preguntas escritas a través del medio (Chat). La estructura de la Videoconferencia es: Saludo, tema principal, desarrollo, sesión de preguntas y respuestas, conclusión y cierre.

PROPÓSITO

Ante la situación de emergencia, la Universidad no paró actividades, extendiendo la información a través de medios virtuales y a distancia, otras instituciones públicas y privadas, solicitaron el apoyo de los profesionales de la psicología con capacitación en atención psicológica, quienes acudieron al llamado de manera voluntaria y gratuita. El Sindicato de Trabajadores de la Universidad Nacional Autónoma de México (STUNAM) por iniciativa de su Secretario General Ing. Agustín Rodríguez Fuentes+ y las Secretarías de Prensa y Propaganda y Carrera Académica¹, abrieron un espacio de comunicación para los académicos y administrativos en condiciones de confinamiento que requerían apoyo psicológico ante la pandemia. Se propuso abrir un espacio de orientación psicológica y medidas de prevención a través de Videoconferencias intitulados: “Psicología frente a la pandemia de COVID-19” con temáticas de prevención, cuidados a la salud, orientación, educación y apoyo, brindadas por profesionales de la psicología con duración promedio de dos horas de duración.

RESULTADOS

Se realizaron 11 videoconferencias del 18 de junio de 2020 al 20 de enero de 2022. La programación fue de dos horas por emisión en las plataformas de Facebook, Instagram y Youtube, dirigidas por “Radio STUNAM”. Los resultados se describen en: 1. Contenidos, 2. Categorías de participación de audiencia y 3. Estadísticas descriptivas

CONTENIDOS

Primera Videoconferencia

18 de junio de 2020: 6 ponentes:

Temáticas: Familia, emociones, superación de adversidades y favorecer la salud mental.

1. La Psicóloga titular autora de este trabajo, fue la responsable de las Videoconferencias

Enlace: <https://www.facebook.com/watch/?v=4061911530517171>, con: : 4,500 reproducciones, 203 comentarios, 148 reacciones en like y 66 veces compartido el video.

Segunda Videoconferencia

11 de julio de 2020, 3 ponentes

Temáticas: Recomendaciones prácticas, en especial para niños y adolescentes, que se pueden aplicar en casa, para que el confinamiento bajo estas condiciones de salud, sea un periodo de conocimiento y reconocimiento, además de un periodo de cuidado a la salud.

Enlace: <https://www.facebook.com/watch/?v=1635645286589927>, con: : 2,200 reproducciones, 69 comentarios, 97 reacciones en like y 24 veces compartido el video.

Tercera Videoconferencia

10 de agosto de 2020. Tres ponentes

Temáticas: Estrategias para Cuidar la salud mental, emocional y psicológica

Vigilancia a los cambios conductuales, cognitivos y de relaciones familiares en confinamiento.

Enlace: <https://www.facebook.com/watch/?v=219413716113283>, con: : 3,600 reproducciones, 65 comentarios, 125 reacciones de like y 35 veces compartido el video.

Cuarta Videoconferencia:

24 de noviembre del año 2020, 3 ponentes

Temáticas: Compartir experiencias y recomendaciones frente a lo que han vivido durante la pandemia.

Seguir los protocolos de protección a la salud, continuar con las medidas sanitarias pertinentes así como no tomar a juego la situación y pensar que saldremos de esto con un verdadero cambio de conciencia.

Incremento a adicciones, presencia de emociones negativas y violencia intrafamiliar.

Enlace:<https://www.facebook.com/watch/?v=1403188136738554>, con: : reproducciones 2,500, 75 comentarios, 152 reacciones en like y 22 veces compartido el video.

Quinta Videoconferencia

24 de noviembre del 2020, 4 ponentes

Temáticas: Social, médico, psicológico, fisiológico, filantrópico mental emocional, Cómo seguir manteniendo una mejor salud mental ante el confinamiento que estamos viviendo y las nuevas modalidades de trabajo

Enlace:<https://www.facebook.com/watch/?v=717321212212484>, con: : reproducciones 2,000, 47 comentarios, 79 reacciones en like y 26 veces compartido el video.

Sexta Videoconferencia

28 enero de 2021, 3 ponentes

Temáticas: Aciertos y Desafíos: Un balance del cuidado de la pandemia,

Enlace:<https://www.facebook.com/watch/?v=258273639009837>, con: : 2,100 reproducciones, 77 comentarios, 97 reacciones en like y 29 veces compartido el video.

Séptima Videoconferencia

23 de febrero, 3 ponentes

Temáticas: Aciertos y Desafíos: Un balance del cuidado de la pandemia,

Enlace: <https://fb.watch/78n91QVGXH/>, con: : 1,900 reproducciones, 62 comentarios, 90 reacciones en like y 29 veces compartido el video.

Octava Videoconferencia

17 de junio de 2021, 2 ponentes

Temática Desarrollo y potencial humano en la pandemia de COVID-19,

Enlace: <https://fb.watch/78ot2RTYnU/>, con: : 1,200 reproducciones, 38 comentarios, 70 reacciones en like y 45 veces compartido el video.

Novena Videoconferencia

24 de junio de 2021, 2 ponentes

Temáticas: Una fuerza para enfrentar los retos del trabajo y la vida cotidiana,

Enlace:<https://fb.watch/78ot2RTYnU/>, con: 1,200 reproducciones, 28 comentarios, 52 reacciones en like y 14 veces compartido el video.

Décima Videoconferencia

29 de julio de 2021, 2 ponentes

Temáticas: Comprensión de las emociones en pandemia y el regreso al trabajo,

Enlace: <https://fb.watch/78m7dmWOI2/>, con: 2,600 reproducciones, 104 comentarios, 107 reacciones en like y 29 veces compartido el video.

Undécima Videoconferencia

20 enero de 2022, 3 ponentes

Temáticas: Depresión, y estilo de vida

Enlace: <https://youtu.be/zbZXILy4Wxs>, con: 2,000 reproducciones, 35 comentarios, 71 reacciones en like y 29 veces compartido el video.

CATEGORÍAS DE PARTICIPACIÓN DE AUDIENCIA

La grafica 0 contiene los datos obtenidos en las 11 Videoconferencias (VC) en las categorías de reproducciones, comentarios, reacciones en like y veces compartido el video.

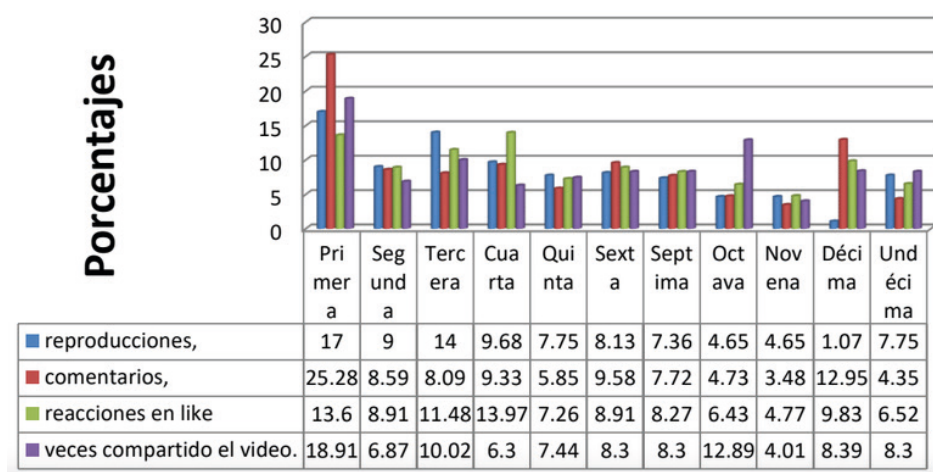
En la Grafica 1 se encuentra los números totales y sus promedios de los registros en reproducciones, comentarios, reacciones en like y veces compartidas y sus promedios, al 15 de febrero de 2022.

Correlaciones significativas de conceptos y VC (Cuadro 2) :

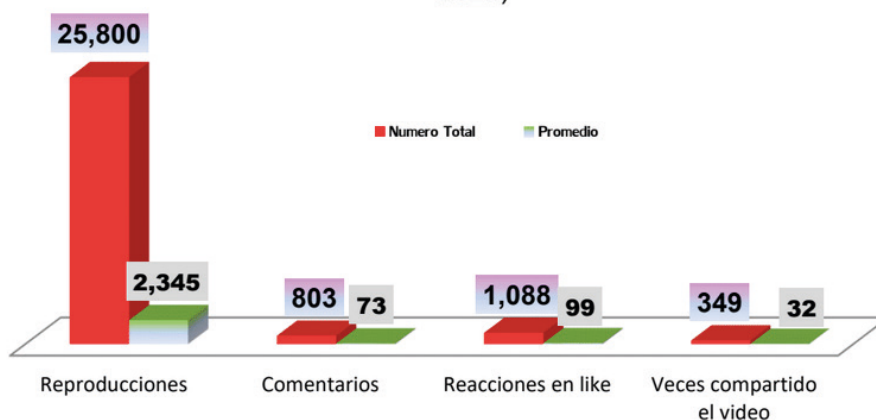
Al $p < 0.01$: Reproducciones con las VC: $-.804$; Compartido con comentarios: $.747$

Al $p < 0.05$: VC con reacciones: $-.674$; Reproducciones con reacciones: $.643$; Comentarios con reacciones: $.730$

Gráfica 0: Distribución de datos obtenidos en las 11 VC



Gráfica 1: Numeros totales y promedio de las 11 VideoConferencias (VC) Psicología frente al COVID 19 (2020-2022)



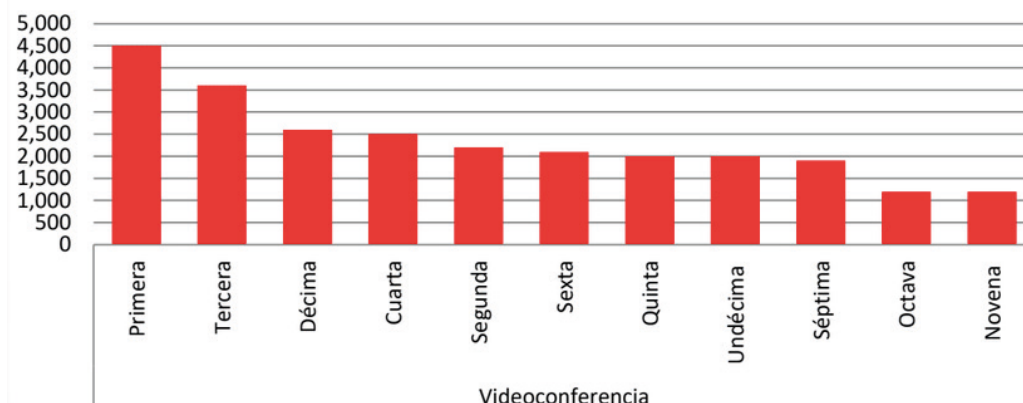
Cuadro 2: Correlaciones de Pearson de VC y Conceptos

		VC	Reproducciones	Comentarios	Reacciones	Compartido
VC	Pearson Correlación	1	-.804(**)	-.542	-.674(*)	-.390
	Sig. (2-colas)		.003	.085	.023	.236
	N	11	11	11	11	11
Reproducciones	Pearson Correlación	-.804(**)	1	.566	.643(*)	.565
	Sig. (2-colas)	.003		.070	.033	.070
	N	11	11	11	11	11
Comentarios	Pearson Correlación	-.542	.566	1	.730(*)	.747(**)
	Sig. (2-colas)	.085	.070		.011	.008
	N	11	11	11	11	11
Reacciones	Pearson Correlación	-.674(*)	.643(*)	.730(*)	1	.434
	Sig. (2-colas)	.023	.033	.011		.182
	N	11	11	11	11	11
Compartido	Pearson Correlación	-.390	.565	.747(**)	.434	1
	Sig. (2-colas)	.236	.070	.008	.182	
	N	11	11	11	11	11

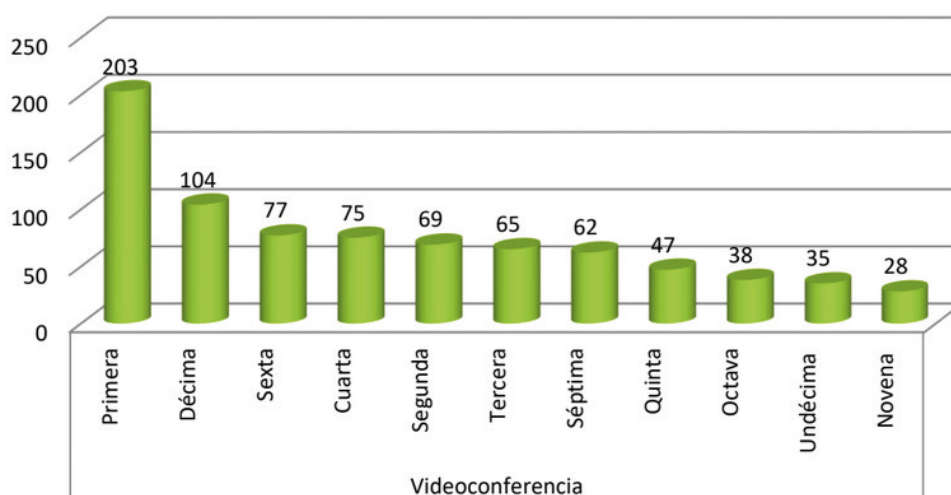
** Correlación significativa al 0.01 nivel (2-colas).

* Correlación significativa al 0.05 nivel (2-colas).

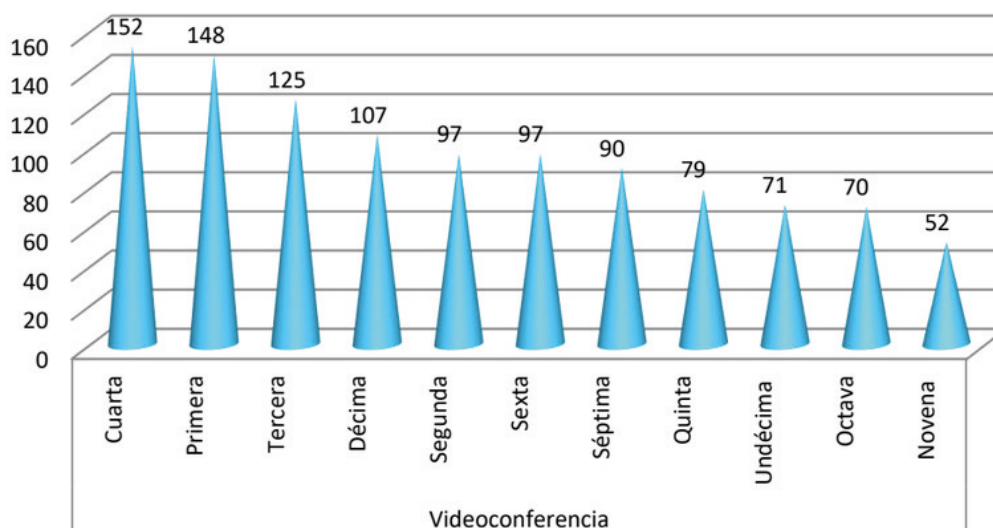
Gráfica 2: Reproducciones



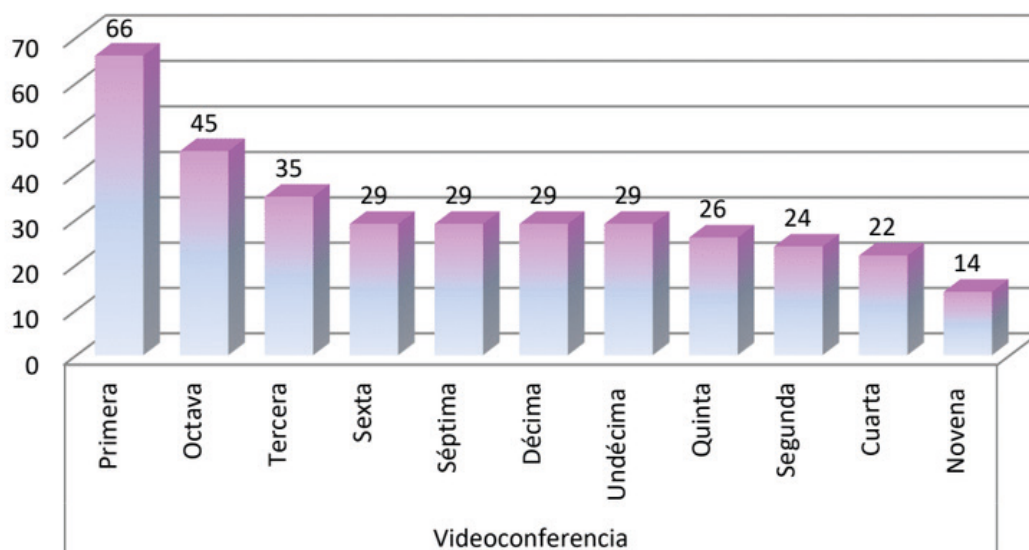
Gráfica 3: Comentarios



Gráfica 4: Reacciones en Like



Gráfica 5, Video compartido



Cuadro 2: Correlaciones de Pearson de VC y Conceptos

		VC	Reproducciones	Comentarios	Reacciones	Compartido
VC	Pearson Correlación	1	-.804(**)	-.542	-.674(*)	-.390
	Sig. (2-colas)		.003	.085	.023	.236
	N	11	11	11	11	11
Reproducciones	Pearson Correlación	-.804(**)	1	.566	.643(*)	.565
	Sig. (2-colas)	.003		.070	.033	.070
	N	11	11	11	11	11
Comentarios	Pearson Correlación	-.542	.566	1	.730(*)	.747(**)
	Sig. (2-colas)	.085	.070		.011	.008
	N	11	11	11	11	11
Reacciones	Pearson Correlación	-.674(*)	.643(*)	.730(*)	1	.434
	Sig. (2-colas)	.023	.033	.011		.182
	N	11	11	11	11	11
Compartido	Pearson Correlación	-.390	.565	.747(**)	.434	1
	Sig. (2-colas)	.236	.070	.008	.182	
	N	11	11	11	11	11

** Correlación significativa al 0.01 nivel (2-colas).

* Correlación significativa al 0.05 nivel (2-colas).

En la Gráfica 2, contiene los conceptos de mayor a menor audiencia en reproducciones. Con una distribución de 4,500 a 1,900.

En la Gráfica 3 se encuentra los conceptos de mayor a menor audiencia en Comentarios, con una distribución de 203 a 28

En la Gráfica 4 se encuentra los conceptos de mayor a menor audiencia en reacciones en Like con una distribución de 152 a 52

En la Gráfica 5 se encuentra los conceptos de mayor a menor audiencia en video compartido con una distribución de 66 a 14

Correlaciones significativas de conceptos y VC (Cuadro 2) :

Al $p < 0.01$: Reproducciones con las VC: -.804 (correlación inversa); Compartido con comentarios: .747

Al $p < 0.05$: VC con reacciones: -.674 (correlación inversa); Reproducciones con reacciones: .643; Comentarios con reacciones: .730

De acuerdo con los resultados obtenidos, los conceptos empleados muestran una audiencia constante en las 11 videoconferencias. Resalta las correlaciones significativas de las

Reacciones con las reproducciones y las VC, Mayor correlación inversa de las VC con las reproducciones. La audiencia se mantiene elevada a diferencia de las reproducciones, participando más en la VC y con las reacciones. A lo largo de los casi tres años de pandemia, los resultados muestran la utilidad de la información para la audiencia a través de las VC que cubrieron con los propósitos planteados por la organización sindical. El abordaje psicológico implicó estrategias de prevención de contagios, atención a la salud mental, corporal y de interacción social (familia, amigos, trabajo), resiliencia y estilo de vida. Las interven-

ciones de la audiencia a través de preguntas y comentarios dieron paso a las intervenciones de los especialistas sobre las condiciones existentes, las herramientas personales, el sentido de vida, la búsqueda de asistencia profesional en caso de identificar problemas. Proporcionar información, empatía a las condiciones de vida afectadas por el COVID 19, a través de un encuentro “a distancia” permitió estar comunicados y con enlace seguro de profesionales de la psicología sobre las inquietudes y dificultades que presentaba la audiencia: emocionales, conductuales, de relación educativa, laboral y social entre otras.

REFERENCIAS

Fernández-Castillo, E., Otero-Ramos, I. M., Vizcaíno-Escobar, A. E., Rodríguez-González, D. R. y Rodríguez-Martínez, L. (2021). Apoyo psicológico a la población villaclareña en tiempos de la COVID-19. *Anales de la Academia de Ciencias de Cuba*, 11(2), 1-6. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2304-01062021000200011&lng=es&tlng=es.

Gutiérrez-Álvarez, A. K., Cruz-Almaguer, A. Y., Morales-Sánchez, A., Pérez-Almoza, G., Cribreiro-Sanz, L. M., Peña-Hernández, N. L., Hidalgo-Pérez, E., Rodríguez-Expósito, Y., Peña-Castillo, Y., Dignora-Zaldívar, E., Báez-Rodríguez, K., y Hidalgo-Martinola, D. R. (2020). Protocolo de atención psicológica a distancia para el personal de salud en trabajo directo con pacientes afectados por COVID-19. *Anales de La Academia de Ciencias de Cuba*, 10(2), 1-9. <http://www.revistaccuba.cu/index.php/revacc/article/view/865>

La voz humana: Características, clasificación y fisiología (15-02-2023). <https://www.preparadores.eu/la-voz-humana/>.

Vozalia (2022). Cualidades de la voz. <https://www.vozalia.com/entrenamiento-de-voz/cualidades-de-la-voz-tener-una-voz-con-cualidades-y-saber-los-tipos-de-voz-al-hablar/>

Guillén-Riebeling, R.S., Delgado-Jacobo, D.P., & Morales-Salinas, M. (2021). Aspectos psicológicos de la persona obesa en tiempos de COVID-19. Ponencia presentada en el Cuarto Congreso Internacional de Psicología, 16 al 19 de febrero de 2021. UNAM. FES Zaragoza. https://www.zaragoza.unam.mx/wp-content/Portal2015/Licenciaturas/psicologia/4CongresoPsicologia/Documentos/PROGRAMA_Cientifico-4CIP.pdf

Téllez Silva, B.C. (2015). Guía de práctica clínica psicológica para brindar atención psicoterapéutica vía internet a personas adultas con índice de masa corporal de obesidad. FES Zaragoza, UNAM, Inédita.