



APOYO PSICOLÓGICO, TELEFÓNICO Y EN LÍNEA

CARMEN FERNÁNDEZ CÁCERES
DIRECTORA GENERAL DE CENTROS
DE INTEGRACIÓN JUVENIL
@CIJ_ADICCIONES

La depresión afecta a una de cada cinco mujeres; en hombres se reporta en uno de cada 10

Emergencias como la pandemia por COVID-19 afectan el bienestar y la salud mental. Los efectos se traducen en un amplio espectro de reacciones emocionales como estrés, ansiedad o depresión; las medidas de confinamiento y distanciamiento social que avivan la tensión y estrés generado por preocupaciones de seguridad, dinero y salud, dan lugar a reacciones inadecuadas como conductas agresivas y violentas; o hay personas que recurren al uso y abuso de alcohol, tabaco y otras drogas.

Hoy, muchos servicios de apoyo psicosocial se ofrecen en línea, ya sea por teléfono, por mensajería instantánea como WhatsApp, o utilizan otras plataformas para otorgar acompañamiento psicológico con el fin de atender distintos estresores relacionados con el COVID-19, como el miedo a la exposición a fuentes de infección, tener familiares enfermos, haber perdido a seres queridos, el distanciamiento físico, las preocupaciones financieras y efectos psicosociales como depresión, ansiedad, insomnio, mayor uso de sustancias y violencia doméstica.

Centros de Integración Juvenil (CIJ), amplió sus servicios durante la contingencia; desde de abril hasta el momento, se ha proporcionado apoyo psicológico en línea a 11 mil personas. La búsqueda de atención a través de WhatsApp y de teléfonos de los CIJ registran 60 por ciento de estas solicitudes. La mayor parte de las personas tienen un promedio de 36 años y más de la mitad son mujeres. Entre las personas atendidas, la depresión afecta a una de cada 5 mu-

jes; en hombres se reporta en uno de cada 10. Es relevante que 7 por ciento de los hombres reporta uso o abuso de drogas, principalmente tabaco, alcohol, marihuana y metanfetaminas. Uno de cada 10 casos refiere problemas serios de pareja y violencia doméstica.

Asimismo, CIJ brinda atención a población general y personal de salud que se deriva a través del sitio web www.coronavirus.gob.mx/salud-mental. En esta página contestan un cuestionario que detecta problemas de salud mental, violencia o consumo de sustancias. Hasta el momento se han atendido 785 personas de la población general, en donde 40 por ciento de los casos se identifica violencia. Mientras que las llamadas de 150 trabajadores de la salud que están en la primera línea de atención del COVID-19 ha revelado que 70 por ciento presenta ansiedad generalizada o por enfermedad, estrés agudo, fatiga por compasión, somatización e ideación suicida. Además de la atención en línea, CIJ otorga tratamiento en sus 120 unidades a nivel nacional, con las medidas de seguridad sanitaria recomendadas.

Por otro lado, la capacitación es un elemento crucial en estos momentos. Por ello, se ofrecen gratuitamente cursos en línea para todo el personal de salud en temas relacionados con primeros auxilios psicológicos, violencia intrafamiliar y duelo por muerte ante COVID-19. A la fecha, se ha capacitado a más de 4 mil profesionales y se han registrado 17 mil solicitudes de inscripción.

Visita www.gob.mx/salud/cij para conocer los servicios que CIJ tiene para ti y si necesitas ayuda comunícate a la línea de atención psicológica al 55 52 12 12 12, por WhatsApp al 55 45 55 12 12 o a través de mensajería instantánea en Facebook (@CIJ.OFICIAL).

“Centros de Integración Juvenil, amplió sus servicios durante la contingencia; desde de abril, se ha proporcionado apoyo psicológico en línea a 11 mil personas”.