

Riesgos de salud mental durante la pandemia

Especialistas en derechos humanos han señalado que la violencia familiar podría llegar al 92% como resultado del confinamiento



Carmen Fernández Cáceres / Directora general de Centros de Integración Juvenil / El Heraldo de México

BY COLUMNA INVITADA © ABRIL 24, 2020 · 2:25

bit.ly/2Y1Kzgz



El **Covid-19** se ha extendido por todo el mundo y ha impactado a la población de distintas formas. Se trata de un acontecimiento estresante y es comprensible que cualquier persona pueda experimentar miedo, ansiedad o sentimientos abrumadores frente a la incertidumbre.

El **estrés psicológico** se puede manifestar por una mayor preocupación del estado de salud, cambios en el patrón de alimentación y sueño, dificultades para la concentración, agravamiento de problemas de salud, incluyendo condiciones mentales y un mayor uso de **alcohol, tabaco** u otras **drogas**.

El distanciamiento social conlleva alteraciones a la rutina diaria, la forma de trabajo o el desempleo, cambios del comportamiento social y la dinámica cotidiana de contacto con otras personas. En casos de desastres similares se ha observado **crisis de ansiedad**, trauma, estrés y altas prevalencias de depresión e incluso mayor número de suicidios, alteraciones del dormir y comer, incremento en el uso de sustancias psicotrópicas, **violencia doméstica** y **abuso infantil**.

En **Estados Unidos** se estima que hasta 30% de la población afectada por el huracán Katrina presentó trastorno por estrés postraumático (TEPT). En **Nueva York**, uno de cada diez adultos reunió criterios de trastorno depresivo mayor después de los atentados del 9/11 y casi 25% de los habitantes incrementó el consumo de alcohol después de los ataques. En tanto que en México, un estudio realizado con derechohabientes del **IMSS**, encontró que 11.9% y 9.2% de la población presentaron TEPT y depresión respectivamente, tras el sismo de 2017.

En el contexto de la pandemia por **COVID-19**, especialistas en derechos humanos han señalado que la violencia familiar podría llegar al 92% como resultado del confinamiento. La **Secretaría de Gobernación** ya ha informado sobre el aumento en las llamadas de la población femenina al número de emergencias. Por otra parte, los medios de comunicación alertan sobre conductas impulsadas por el desconcierto de la situación actual. Muestra de ello son las compras de pánico de **bebidas alcohólicas**, que no forman parte de las provisiones básicas pero que reflejan la ansiedad y los mecanismos de afrontamiento que experimenta la sociedad ante la contingencia.

Minuto a Mi

El Heraldo

► Sinaloa, uno de los 22 estados con reducción en homicidios
AMLO EN VIVO

/PAÍS © HACE 56 SEGUNDOS

► ¿Se vuelve a lucir! HBO series GRATIS y estas series

/TENDENCIAS © HACE 15 MINUTOS

► Precio del petróleo se recupera tras Rusia y Arabia Saudita negociación

/MER K-2 © HACE 18 MINUTOS

► Precios de GASOLINA bajan este viernes 24 de abril

/MER K-2 © HACE 48 MINUTOS

► Precio del DÓLAR hoy 24 de abril 2020; tipo de cambio

/MER K-2 © HACE 55 MINUTOS

La opinión



SACAPUNTAS

Sacapuntas



MARTHA ANAYA

Las cifras, la percepción del coronavirus



ALFREDO GONZÁLEZ

Estampas de la vida de Coronavirus



JULIO PATÁN

Mesa que más afecta



ROSI OROZCO

Mixi, la gente no se da cuenta

Además, se debe considerar que muchas personas enfrentan inseguridad laboral y que el virus ha mermado la **economía global**, lo que puede vulnerar la salud mental de la población. En situaciones de crisis económicas y desempleo aumentan las tasas de suicidios. Diversas entidades del país como Nuevo León, Ciudad de México y Yucatán reportan que se han incrementado los suicidios y la violencia familiar.

Tan solo durante el mes de marzo la **Fiscalía General de Justicia de la CDMX** reportó que se abrieron 608 carpetas de investigación por violencia familiar y la **Secretaría de Seguridad y Protección Ciudadana** informó que 367 mujeres habían sido asesinadas entre el 28 de febrero y el 13 de abril. En el 911 se reportan más de 40 mil llamadas por violencia contra las mujeres, más de 35 mil por violencia de pareja y más de 100 mil por violencia familiar. El presidente del Consejo Ciudadano de Seguridad Pública y Procuración de Justicia de la CDMX reportó que las llamadas de auxilio han aumentado en un 70% con respecto al año anterior.

Además los trabajadores de la **salud** también se ven afectados; el estrés al que se encuentran sometidos, la exigencia social y de familiares de enfermos, el miedo al contagio y el cansancio pueden llevar a altos niveles de **ansiedad** y **depresión**. Así que mientras superamos esta difícil etapa, si te sientes estresado, ansioso o triste, o no logras dormir lo suficiente, busca ayuda. Centros de Integración Juvenil te invita a consultar tu Unidad más cercana en www.gob.mx/salud/cij y pone a tu disposición el número de **orientación psicológica 55 52 12 12 12** y por WhatsApp **55 45 55 12 12**.

TE PUEDE INTERESAR



Detectan mil 700 llamadas diarias al 911 por casos de violencia: Pilar Deziga

/PAÍS

POR CARMEN FERNÁNDEZ CÁCERES

DIRECTORA GENERAL DE CENTROS DE INTEGRACIÓN JUVENIL

@CIJ_ADICCIONES

Escucha aquí nuestro exclusivo podcast de Coronavirus:

ESPECIAL
CORONA VIRUS

Semovi busca reducir el número de viajes no esenciales para evitar

Spreaker★

00:00 11:03