

Hospital Civil brinda acompañamiento a personas con afectaciones a la salud mental por COVID-19

Los episodios de ansiedad, estrés, enojo, insomnio y tristeza, las más frecuentes, señala especialista

Ante el incremento de afectaciones a la salud mental de la población en general, a causa de la pandemia por COVID-19, que hace más frecuentes los episodios de ansiedad, estrés, enojo y tristeza el Hospital Civil de Guadalajara, creó la Unidad de Apoyo Psicosocial ante la Contingencia por COVID-19.

Esto como parte de la atención a las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud, en el sentido de que entre un 60 y 80 por ciento de la población podría verse afectada en su salud mental por la pandemia y las consecuencias de esta.

La coordinadora de dicha unidad, maestra Marcela Palacios Minakata, dijo que trabajan con un grupo de psicólogos, quienes a través de la página Internet, Facebook y dos líneas telefónicas, comparten contenido psicoeducativo, con la finalidad de concientizar de que es una responsabilidad colectiva cuidar la salud mental de todos.

“Empezamos a compartir material, posteriormente empezamos a difundir nuestros números telefónicos para que la gente que tuviera alguna repercusión por la pandemia se pudiera comunicar con nosotros vía WhatsApp para darle acompañamiento”, señaló.

Hasta la fecha cuentan con 600 chats abiertos, donde más que una terapia psicológica, se brinda un acompañamiento. Algunas de las personas que han solicitado el servicio se han atendido en varias ocasiones y algunas otras han sido derivadas a otros servicios de atención en salud mental.

“Hay algunos que han requerido dos intervenciones, otros a quienes durante todos estos meses hemos estado acompañando, gente que tiene problemas de ansiedad, insomnio, que tiene mucho enojo y coraje hemos estado acompañándolos”, dijo.

Aunado a esto se mantienen al pendiente de la salud mental de sus compañeros, que a lo largo de estos meses se ha visto deteriorada y cada vez que hay alguna necesidad en particular los buscan y atienden sus necesidades.

Otro de los servicios que ofrecen desde junio, es visitar los pisos COVID, para atender a los pacientes, que dadas las condiciones de la pandemia no pueden estar acompañados y al entrar solas al hospital tienen un nivel de ansiedad muy elevado.

“Las trabajadoras sociales apoyan a los pacientes con video-llamadas, que es muy importante para que esté más tranquilo el paciente y su familia, pero la situación está muy complicada”, precisó.

Explicó que las necesidades de quienes solicitan el servicio también han cambiado, ya que al principio era el miedo, no saber dónde estábamos parados, la incertidumbre y conforme ha ido avanzando la pandemia las necesidades han sido distintas, ya que las pérdidas empezaron a aparecer, no solamente de personas queridas, también de parejas, proyectos, cuestiones laborales y escolares.

“Estamos viendo los duelos no resueltos porque la gente se va y no se puede despedir y eso está teniendo una repercusión. En las últimas semanas empezamos a ver también síntomas, reacciones de riesgo suicida, ya la gente habla de su temor por la muerte, pero también de su deseo de autolesionarse, es una situación muy compleja”, expresó.

Dijo que la preocupación es que no se cuenta con una infraestructura suficiente para la atención de la salud mental y por ello se reitera que como comunidad podemos hacer mucho, mediante la empatía, escuchar e identificar estos síntomas.

“Eso puede ayudar mucho a contener esto que se va a desbordar también en algún momento, ya que son muchos meses, hay mucha incertidumbre y pocos recursos para atenderlos. Aquí tenemos que entrarle como comunidad a cuidarnos entre todos, nuestra salud mental”, aseveró.

Explicó que es importante que, si alguna persona empieza a sentir algún síntoma, como a estar más irritable, violenta, triste, desmotivada, hay que hablarlo, hay que comunicarlo, ya que es normal sentirnos así ante estas circunstancias.

“Si estos sentimientos ya tienen varias semanas o meses, pudieran convertirse en una enfermedad mental como la depresión o la ansiedad que requieren de la intervención de un especialista. Por el momento todo lo que sintamos hay que hablarlo y expresarlo con gente de nuestra confianza, hay que tener esta empatía de ponernos en los zapatos de otros, considerando que a todos nos está pasando, son muchos meses y es mucha la incertidumbre, lo que no queremos es que se desborde y se convierta en un problema más fuerte”, señaló.

La página de internet para conocer más sobre los servicios y recomendaciones es:
<http://www.hcg.udg.mx/covid19.php?mnu=2> [1] **o se puede ingresar a la página de Facebook:**
Psicovid-19. La atención vía telefónica es de lunes a viernes de 8:00 a 20:00 horas en el 33 1847 2420 y 33 1569 1574.

Atentamente

"Piensa y Trabaja"

"Año del legado de Fray Antonio Alcalde en Guadalajara"

Guadalajara, Jalisco, 19 de enero de 2021

Texto: Laura Sepúlveda

Fotografía: Coordinación General de Comunicación Social UdeG

Etiquetas:

[Marcela Palacios Minakata](#) [2]

URL Fuente:

<https://comsoc.udg.mx/noticia/hospital-civil-brinda-acompanamiento-personas-con-afectaciones-la-salud-mental-por-covid-19>

Links

- [1] <http://www.hcg.udg.mx/covid19.php?mnu=2&fbclid=IwAR3VP58PnVAHIEHDskWmDkUAQTqZFMC03nAMjyB4BnjyTsLVYw9bJUbQNSk>
- [2] <https://comsoc.udg.mx/etiquetas/marcela-palacios-minakata>