



UNIVERSIDAD
NACIONAL
AUTÓNOMA DE
NICARAGUA,
MANAGUA

UNAN - MANAGUA

Facultad Regional Multidisciplinaria, FAREM-Estelí

**Impacto Psicosocial de la COVID-19 en el personal de atención
prehospitalaria de la Cruz Roja Nicaragüense filial Estelí, periodo agosto-
diciembre 2020.**

Trabajo de seminario de graduación para optar

al grado de:

LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA

Autores:

María Celina Chavarría Blandón

Francisco Armando Molinares Molina

Tutor:

MSc. Franklin Solís Zúñiga

Estelí – Nicaragua, febrero de 2021.



DEDICATORIA 1

Dedicatoria

Dios mi padre celestial por darme la sabiduría y la fortaleza para culminar mis estudios, ya que hubieron días difíciles, pero su gracia me sostuvo y me permitió llegar hasta este momento.

A mi madre, *María Danelia Blandón Soriano* quien ha jugado el papel de padre también, es mi mayor admiración, mi fortaleza a seguir, ya que es una mujer trabajadora y luchadora, que se ha esforzado siempre por construir lo mejor de mí.

A mi familia, *Axel Joel Torres Valdivia, Heydi Danelia Villareyna Blandón, Yader Josué Blandón Soriano*, porque siempre me apoyaron y me dieron ánimos, quienes siempre creyeron en mi potencial.

A *Antonio Silvio Perdomo*, por ser mi apoyo incondicional, sus enseñanzas me ayudan a enfrentar la vida, con muchos valores humanos y por cada una de las cosas que en mi vida ha hecho por mí.

A mi amiga, *María Jesús Centeno Tercero*, por preocuparse siempre por mí, por brindarme su apoyo incondicional, sus consejos y por motivarme a seguir adelante a pesar de todos los obstáculos que se me han presentado a lo largo de mi carrera.

A mis maestros, que estuvieron presentes en todo este tiempo, dándome apoyo y guiándome a lo largo de estos cinco años.

María Celina Chavarría Blandón.

DEDICATORIA 2

Dedicatoria

A Dios por darme fortaleza para culminar este trayecto, por darme sabiduría para obtener todos los conocimientos adquiridos en los salones de clases y darme la oportunidad de llegar victorioso a esta última etapa.

Es para mí un honor dedicar esta tesis a mis padres quienes con muchos esfuerzos apoyaron siempre cada una de las etapas de este maravilloso proceso formativo, proceso cargado de experiencias que fomentaron un carácter autocrítico y libre. Por formar en mí la persona que hoy soy, por fortalecer en mí valores como el amor y la dedicación a las cosas que nos hacen crecer como personas.

A todos mis compañeros y personas que formaron parte de este proceso, quienes fomentaron la persistencia y el deseo por ser cada día mejor, el deseo por aportar a la sociedad y especialmente a los más necesitados.

Francisco Armando Molinares Molina

AGRADECIMIENTOS 1

Agradecimiento

Gracias a Dios por su amor y bondad, nos permites llorar y sonreír ante todos nuestros logros que son resultado de tu ayuda. Este trabajo investigativo ha sido una gran bendición en todo sentido y te lo agradecemos, y no cesan nuestras ganas que es gracias a ti, que esta meta está cumplida.

Gracias a nuestras familias por estar presentes no solo en esta etapa de importante de nuestras vidas, sino en todo momento ofreciéndonos lo mejor y buscando lo mejor para nosotros.

Gracias a los docentes por guiarnos en todo este proceso, compartiéndonos sus conocimientos y ayudar a que cumpliéramos esta meta importante de nuestras vidas.

También a nuestros compañeros que nos apoyaron en este proceso.

Gracias a nuestro docente guía *Franklin Solís Zúñiga*, por compartirnos sus conocimientos y recomendaciones a lo largo de todo este proceso y ayudarnos a culminar este trabajo investigativo.

Gracias a la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, UNAN-Managua FAREM-Estelí, por brindarnos la oportunidad de estudiar y lograr culminar con éxito nuestra carrera.

A Cruz Roja Nicaragüense por abrimos las puertas para poder desarrollar esta investigación.

María Celina Chavarría Blandón.

AGRADECIMIENTOS 2

Agradecimiento

Agradezco primeramente a Dios Padre por haberme permitido llegar hasta aquí, por darme la fortaleza y sabiduría para culminar nuestra carrera.

A mis padres *Francisco Aguilar* y *Marlene Molina* por el esfuerzo, por el apoyo incondicional a pesar de tantas limitantes, por educarme en valores y siempre estar presentes en los momentos más difíciles.

Al culminar esta etapa de formación superior es necesaria la mención de personas que formaron parte de este gran proceso, maestros como MSc. Karen Vanegas, Dr. Ariel Fuentes, MSc. Damaris Rodríguez, MSc. Franklin Solís, MSc. Gioconda Ordoñez, MSc. María Auxiliadora Chiong quienes con dedicación y esmero transmitieron sus conocimientos a cada uno de los compañeros que hoy culminamos este proceso.

Mención especial a *Juliessa Vásquez Moncada* por el apoyo incondicional en todos estos años de carrera. A *Laura Ráudez*, *Rafael Ráudez*, *Edgar Castillo*, a mi maestro Gerson Vinicio Vásquez Ruiz quienes contribuyeron a formarme en el valor de la solidaridad, amor y compromiso por los más desprotegidos, por mostrarme el camino de una revolución social que vele por los intereses de los más necesitados sin esperar una recompensa más que la satisfacción de hacer menos pesada la carga de los desposeídos.

A Cruz Roja Nicaragüense por abrirnos las puertas para poder desarrollar esta investigación y por fortalecer en mí los valores humanistas que caracteriza este gran movimiento creado para disminuir el dolor de quienes sufren los embates de las guerras y desastres naturales.

A la Facultad Multidisciplinaria, FAREM-Estelí, por llevar la enseñanza superior a todos, sin distinción de credos políticos, religiosos, ni condición económica; por fomentar en cada uno de los educandos un espíritu de superación personal basada en valores de honestidad, perseverancia y disciplina fundamentales para el desarrollo de una sociedad más justa.

CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE DOCUMENTO DE TESIS



UNIVERSIDAD
NACIONAL
AUTÓNOMA DE
NICARAGUA,
MANAGUA
UNAN - MANAGUA

“2021: Año del bicentenario de la independencia de Centroamérica”

CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE DOCUMENTO DE TESIS

Por este medio **SE HACE CONSTAR** que los estudiantes: **María Celina Chavarría Blandón y Armando Francisco Molinares Molina**, en cumplimiento a los requerimientos científicos, técnicos y metodológicos estipulados en la normativa correspondiente a los estudios de grado de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, UNAN – Managua, y para optar al título de **Licenciatura en Psicología**, han elaborado tesis de **Seminario de Graduación** titulada: **Impacto psicosocial de la COVID-19 en el personal de atención prehospitalaria de la Cruz Roja Nicaragüense filial Estelí, periodo agosto-diciembre 2020**; la que cumple con los requisitos establecidos por esta Institución.

Por lo anterior, se autoriza a los estudiantes antes mencionados, para que realicen la presentación y defensa pública de tesis ante el tribunal examinador que se estime conveniente.

Se extiende la presente en la ciudad de Estelí, a los ocho días del mes de febrero del año dos mil veinte y uno.

Atentamente,

Franklin J. Solís Zúñiga
Docente - Tutor de Tesis
FAREM-Estelí

C.c. archivo

RESUMEN

Analizar el impacto Psicosocial en el personal de atención prehospitalaria de la Cruz Roja Nicaragüense filial Estelí, dicho tema ha estado en el anonimato y solo las personas cercanas a los padres de hijos conocen sus sentimientos. En el presente estudio se planteó como objetivo analizar el impacto psicosocial de la COVID-19 en el personal de atención prehospitalaria de la Cruz Roja Nicaragüense filial Estelí, periodo agosto-diciembre 2020.

La metodología de dicha investigación está basada en un estudio cualitativo de tipo fenomenológico descriptivo, ya que pretende conocer las vivencias y experiencias del grupo meta; las técnicas aplicadas fueron el listado libre, entrevista y grupo focal. Los resultados obtenidos fueron procesados a través del programa de Word, donde se transcribieron las respuestas obtenidas en cada uno de los instrumentos aplicados, posteriormente se realizó el respectivo análisis.

Entre los datos más relevantes se encontró que las experiencias por las cuales pasan los miembros de atención prehospitalaria en tiempos de la pandemia de la COVID-19 es muy difícil de sobre llevar, sufriendo de miedo constante al momento de brindar atención a personas con sintomatología de la COVID-19, el temor a la muerte es otro de los pensamientos recurrentes en este grupo, esto debido a las afectaciones de la enfermedad presenciada en los pacientes atendidos. De igual forma las repercusiones en las relaciones familiares es uno de los aspectos más relevantes que este grupo expresa al ser las familias afectadas indirectas del contexto en el cual ellos laboran.

Palabras clave: Impacto Psicosocial, COVID-19, Personal de Prehospitalaria.

ÍNDICE

I.	INTRODUCCIÓN.....	13
1.1	Antecedentes.....	15
1.2.	Planteamiento del Problema.....	17
1.2.1.	Descripción del problema	17
1.2.2.	Formulación del problema de investigación	17
1.3.	Justificación	19
II.	OBJETIVOS	20
2.1.	Objetivo general	20
2.2.	Objetivos específicos	20
II.	FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	21
3.1	Capítulo 1. Pandemia del COVID-19	21
3.1.1	Conceptualización de la COVID-19	21
3.1.2	Características de la COVID-19	22
3.1.3	Síntomas de la COVID-19.....	23
3.1.4	Proceso de propagación de la COVID-19.....	24
3.1.5	Riesgos, contagio y prevalencia de la COVID-19	25
3.1.6	Población vulnerable ante la pandemia de la COVID-19	26
3.1.7	Medidas de protección ante la pandemia de la COVID-19	28
3.2.	Capítulo 2. Impacto Psicosocial de la COVID-19 en la población general.....	29
3.2.1.	Percepción de riesgo en la población en general con respecto a la COVID-19 .	31
3.2.2.	Impacto psicosocial en el personal sanitario de la COVID-19	32
3.2.3.	Percepción del riesgo del personal de salud con respecto a la COVID-19	34
3.2.4.	Estrategias de afrontamiento con respecto a la COVID-19.....	35
3.3	Capítulo 4. Postulados teóricos que sustentan esta investigación.....	37

3.3.1 Teoría Psicoanalítica.....	37
3.3.2 Teoría que sustenta el impacto de la COVID-19 desde la Psicología Social	39
IV DISEÑO METODOLÓGICO	40
4.1. Tipo de estudio	40
4.2. Contexto y área de estudio	40
4.3. Población y muestra.....	42
4.3.1 Criterios que se tomaron en cuenta para la formación del grupo muestra	43
4.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	43
4.4.1. Listado libre.....	43
4.4.2. Entrevista	44
4.4.3. Entrevista de tipo semiestructurada	45
4.4.4. Grupo focal.....	45
4.4.5. Validación de instrumentos	45
4.5. Plan de análisis de los datos.....	46
4.6. Procedimiento metodológico del estudio.....	51
4.6.1 Fase de planificación o preparatoria.....	51
4.6.2 Fase de ejecución o trabajo de campo.....	51
4.6.3 Fase analítica	51
4.6.4 Informe final o fase informativa	52
4.6.4. Consideraciones éticas.....	52
V. ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....	53
5.1. Resultado del listado libre	53
5.1.1 Objetivo 1.	53
5.1.2 entrevista.....	55
Objetivo 2.	55

5.1.3 grupo focal.....	59
Objetivo 3.	59
5.1.5 Triangulación de resultados	71
VI. CONCLUSIONES.....	75
VII. RECOMENDACIONES	77
VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	79
IX. ANEXOS.....	85
Anexo 1. Listado Libre.....	85
Anexo 2. Entrevista	87
Anexo 3. Grupo Focal	89

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1.	48
Tabla 2.	55
Tabla 3.	60
Tabla 4.	71

I. INTRODUCCIÓN

La presente investigación cabe en la línea número uno. Salud Mental con el tema: Impacto Psicosocial, el cual aborda “El Impacto Psicosocial de la COVID-19 en el personal de atención prehospitalaria de la Cruz Roja Nicaragüense filial Estelí, periodo agosto- diciembre 2020. Este estudio tiene como objetivo general analizar el impacto Psicosocial en el personal de atención prehospitalaria de Cruz Roja Nicaragüense filial Estelí; para investigar en esta área, fue necesario investigar en las percepciones, vivencias y repercusiones del personal de atención prehospitalaria.

Retomando los planteamientos de Balluerka, y otros, (2020) los coronavirus son una familia de virus que normalmente afectan sólo a animales, aunque algunos tienen la capacidad de transmitirse a las personas. El SARS-CoV-2 es un nuevo tipo de coronavirus que se detectó en diciembre de 2019 en Wuhan, una ciudad de la provincia de Hubei en la República Popular China. Este virus produce la enfermedad infecciosa denominada COVID-19.

Valorando la necesidad de esta emergencia sanitaria y lo que está generando una situación de estrés sin precedentes que se extiende entre los profesionales sanitarios encargados de contener la epidemia, los pacientes y sus allegados y, en última instancia, toda la población. Durante los brotes de síndrome severo agudo respiratorio de la epidemia como las medidas de control conllevarán complicaciones psicológicas, especialmente graves entre el personal sanitario y la población con trastornos mentales previos. (Covid19, 2020)

Esta investigación es de tipo cualitativo, se contó con la participación de cuatro funcionarios encargados de las atenciones prehospitalarias. Para la recolección de datos se utilizaron instrumentos como listado libre, entrevista y grupo focal. Los datos se organizaron en, tablas y grafico para el análisis de datos para correlacionar la información y darles salida a los objetivos planteados. Este documento tiene como orden secuencial y una estructura conformada por los siguientes apartados: en el primer apartado cuenta con los antecedentes, planteamiento del problema y justificación, el segundo con los objetivos de la

investigación, el tercero el referente teórico con bases científicas que respaldan la investigación, en el cuarto apartado se encuentra el diseño metodológico donde se explica todo el proceso de la caracterización de los participantes, los instrumentos utilizados y el análisis extraído de estos de igual forma el análisis y discusión de resultados, en el último apartado están las conclusiones y recomendaciones para dar finalizado el proceso de la investigación.

1.1 Antecedentes

El sector Salud está al frente de la detección, atención y recuperación de las personas afectadas por la COVID-19, estar en un contacto tan cercano puede generar miedo a ser contagiados o sentirse rechazados por la población. En el caso del personal de salud se vuelve aún más ardua la labor de intervenir personas que portan la enfermedad. A continuación, se mencionan algunas investigaciones relacionadas con la presente problemática.

A nivel internacional como en México, se escribió un artículo donde se aborda los elementos para comprender la discriminación y agresiones en contra de personal sanitario durante la pandemia, exponiendo diversos compendios que contribuyen al análisis de este comportamiento, así mismo, se identifican hechos como la negación de servicios, amenazas y daño físico que se presentan en el personal (Díaz-Victoria, 2020).

En España abordaron una investigación que se publica por medio de un artículo especial de salud titulado “*Pandemia de la COVID-19 y Salud Mental: reflexiones iniciales desde la atención primaria de salud española*” el documento realiza una aproximación a las características Psicológicas y Psicosociales que está adquiriendo la COVID-19 y se discute la escases de investigaciones al respecto y la necesidad de la aceptación para enfrentar la situación a nivel social, cultural y sanitario, en consecuencia, se proponen una serie de reflexiones y recomendaciones para los cuidados Psicológicos de la población, los trabajadores sanitarios y la organización social, basándose en la existencia de investigaciones Psicológicas y Psicosociales sobre temas conectados con estos y en las nuevas perspectivas neurocientíficas sobre las emociones y su elaboración en situaciones de crisis. (Ramírez, 2020)

En un artículo realizado en Cuba, sobre la Psicología como ciencia en el afrontamiento a la COVID-19, muestra que hasta ahora, la atención de Salud Mental a los pacientes y profesionales de la salud afectados por la epidemia de COVID-19 ha sido subestimada, dejando ver que el primer impacto de la epidemia es la crisis misma, los pacientes

relacionados con infección por SARS-CoV-2, sean casos confirmados sospechosos, pueden experimentar temor a presentar una infección con un nuevo virus potencialmente mortal, y aquellos que se hallan en cuarentena pueden experimentar aburrimiento, soledad e ira, concluyendo que la Psicología como ciencia en tiempos de la COVID-19 resulta necesaria para favorecer la salud y el bienestar humano.(Diaz, 2020)

A nivel nacional **La Academia de Ciencias de Nicaragua** (ACN), publicó un libro que menciona generalidades del coronavirus y su impacto en el país, desarrollando que, desde los primeros informes de pacientes con neumonía atípica a finales de diciembre de 2019 en Wuhan, China. Como resultado, el sector Salud alrededor del mundo ha tenido que reorganizar las salas hospitalarias y las actividades clínicas para atender el creciente número de pacientes con COVID-19 que requieren hospitalización y apoyo de cuidados intensivos, el Observatorio Ciudadano COVID-19(Academia de Ciencias de Nicaragua, 2020)

A nivel local se encontró un artículo que habla de cómo la COVID-19 en un artículo creado y publicado en la ciudad, consultó con varias fuentes hospitalarias del hospital San Juan de Dios de Estelí, y confirmó que se ha mantenido entre cinco y siete la cantidad de pacientes con síntomas sospechosos de COVID-19, hasta la segunda semana de septiembre. Los médicos consultados para este reportaje, que continúan atendiendo pacientes con síntomas de coronavirus, expresaron que, en términos generales, se mantienen bajos los niveles de infección en comparación con los meses de mayo, junio y julio, cuando el virus provocó muerte y al menos 632 casos registrados, según el Observatorio Ciudadano.(Hernandez, 2020)

También a nivel nacional se encontró en el sitio web de(Cruz Roja Nicaraguense, 2020) y temas principales abordados en este taller fue la temática de la Salud Mental y el Apoyo Psicosocial (APS), como parte de la atención que brinda Cruz Roja Nicaragüense, especialmente enfocada al manejo de herramientas para el control del estrés, estados de ansiedad, miedo y pánico, que ha generados esta pandemia a nivel mundial, vinculando también a problemas de tipo social como el estigma y la discriminación, permitiendo poder

contar con equipos de primera respuesta con una formación integral para tener un mejor abordaje con la población.

1.2. Planteamiento del Problema

1.2.1. Descripción del problema

A nivel nacional la COVID-19 ha desatado emergencia sanitaria está forjando un ambiente de estrés que se presenta entre los profesionales sanitarios encargados de brindar atención a los pacientes, sus allegados y toda la población. La epidemia como tal y las medidas de control pueden conllevar a futuro complicaciones Psicológicas, especialmente entre el personal sanitario y la población, siendo estos los participantes activos antes casos positivos de COVID-19 de la misma manera señalados, muchas veces rechazados por la población como posibles transmisores del virus.

Por otra parte, se valoran los cambios Psicosociales que vive el personal que brinda atención prehospitalaria principalmente en el contexto, la estigmatización y exclusión de los pacientes, familiares y trabajadores sanitarios, la separación de los seres queridos, la pérdida de libertad de movimiento e incertidumbre sobre su salud y de sus allegados.

El personal encargado de esta área debe seguir con medidas de bioseguridad estrictas: procedimientos de autoprotección complejos, restricción física y sensación de agobio por el equipo de protección, exposición prolongada a riesgo elevado por trabajar en centros sanitarios, especialmente en unidades de aislamiento la COVID-19, una nueva forma de atención cargadas de mucha tensión emocional.

Por lo tanto, se realizó la investigación enfocada en el impacto Psicosocial en el personal de atención prehospitalaria de la Cruz Roja filial Estelí, en el periodo agosto-diciembre 2020.

1.2.2. Formulación del problema de investigación

Por la temática a abordar en el presente estudio se han planteado las siguientes preguntas de investigación como referencia para dar salida a los objetivos.

¿Cuál es el impacto Psicosocial de la COVID-19 en el personal de atención prehospitalaria de Cruz Roja Nicaragüense filial de Estelí, periodo agosto-diciembre 2020?

Sistematización del Problema

¿Cuál es la percepción del riesgo que tiene el personal de atención prehospitalario de la Cruz Roja Nicaragüense filial de Estelí, con respecto a los daños causados por la COVID- 19?

¿Cuáles son las vivencias a nivel personal, familiar y social en el personal de atención prehospitalaria de la Cruz Roja Nicaragüense filial Estelí en el contexto de la COVID-19?

¿Qué repercusiones en la Salud Mental reconocen el personal de atención prehospitalariode la Cruz Roja Nicaragüense filial Estelí en el contexto de la COVID-19?

¿Qué estrategias de intervención Psicológica resultarían efectivas para lograr la adaptación a la nueva normalidad tomando en cuenta el contexto de la COVID-19?

1.3. Justificación

Es de sumo interés la importancia que tiene la Salud Mental en el personal de atención prehospitalaria y enfocarse en el impacto Psicosocial que ha causado la COVID-19 en dichos trabajadores de la Cruz Roja Nicaragüense filial Estelí, para conocer las vivencias que han tenido al momento de atender personas positivas para la COVID-19.

Por esta razón se pretende conocer un poco más sobre la situación Psicológica, emocional y social de las personas que están involucradas en la atención de las personas contagiadas, de igual forma indagar sobre las repercusiones en los diferentes ámbitos que se pueden vivir para así sugerir estrategias que permitan facilitar para el manejo de determinadas memorias emocionales y secuelas Psicológicas generadas a raíz de la pandemia del personal.

Se considera que es importante analizar el impacto Psicosocial que la pandemia ha tenido en el personal, ya que, siendo ellos/as quienes trabajan en primera línea de respuesta, el impacto podría resultar en algunos casos un cambio difícil de sobrellevar; es por esta razón que nace la idea de investigar y actuar, plantear acciones en pro del reconocimiento emocional de impactos presentes y futuros, que permita sobrellevar el manejo de estas situaciones.

La investigación parte de la necesidad de realizar una propuesta de intervención Psicológica que ayuden al personal a adaptarse a la “nueva normalidad” y los cambios que esta conlleva. De esta forma, lograr mejorías en las repercusiones identificadas en base a sus propias experiencias y además conseguir dar a conocer herramientas de auto cuidado y manejo de emociones en tiempo de crisis promoviendo de esta manera la práctica de primeros auxilios Psicológicos.

II. OBJETIVOS

2.1. Objetivo general

- ✓ Analizar el impacto Psicosocial de la COVID-19 en el personal de atención prehospitalaria de la Cruz Roja Nicaragüense filial Estelí, periodo agosto-diciembre 2020.

2.2. Objetivos específicos

- ✓ Explorar la percepción en el personal de atención prehospitalaria de la Cruz Roja Nicaragüense filial Estelí con respecto a los daños causados por la COVID-19.
- ✓ Describir las vivencias a nivel personal, familiar y social en el personal de atención prehospitalario de la Cruz Roja Nicaragüense filial Estelí en el contexto de la COVID-19.
- ✓ Conocer las repercusiones causadas en la Salud Mental en el personal de atención prehospitalaria de la Cruz Roja Nicaragüense filial Estelí en el contexto de la COVID-19.
- ✓ Proponer estrategias Psicológicas que resultarían efectivas para lograr la adaptación a la nueva normalidad, tomando en cuenta el contexto de la COVID-19.

II. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

3.1 Capítulo 1. Pandemia del COVID-19

La COVID-19 y su incontrolable avance a nivel mundial desafían a comprender mejor sus mecanismos de propagación y contagio a fin de que se pueda controlar y detener.

Según la organización mundial de la salud (OMS) define como: “Los coronavirus son una extensa familia de virus que pueden causar enfermedades tanto en animales como en humanos.

En los humanos, se sabe que varios coronavirus causan infecciones respiratorias que pueden ir desde el resfriado común hasta enfermedades más graves como el síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS) y el síndrome respiratorio agudo severo (SRAS). El coronavirus que se ha descubierto más recientemente causa la enfermedad por coronavirus COVID-19”(Organizacion Mundial de la Salud, 2020)

En diciembre de 2019 se reportaron a la oficina de la (OMS) los primeros casos de neumonía de etiología desconocida en Wuhan, Provincia Hubei, China. Se identificó un nuevo virus de la familia coronavirus (COV), denominado por el Comité Internacional de Taxonomía de Virus como síndrome respiratorio agudo-coronavirus (SARS-CoV-2). Consecuentemente, la enfermedad fue nombrada por la OMS como enfermedad coronavirus 2019 (COVID-19, por su sigla en inglés)(García, 2020).

3.1.1 Conceptualización de la COVID-19

Según datos investigativos expuestos por la Organización Mundial de la Salud (OMS), la COVID-19 es la enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto más recientemente. Tanto este nuevo virus como la enfermedad que provoca eran desconocidos antes de que estallara el brote en Wuhan (China) en diciembre de 2019. Actualmente la COVID-19 es una pandemia que afecta a muchos países de todo el mundo.(Organizacion Mundial de la Salud, 2020)

3.1.2 Características de la COVID-19

El nuevo SARS-CoV-2 (etiología del COVID-19) provocó una epidemia en China que alcanzó su punto máximo a fines de enero y principio de febrero y comenzó a disminuir durante marzo, con más de 80000 casos confirmados y 3304 fallecidos a la fecha (28/03/2020). Cuando el número de casos de COVID-19 fuera de China aumentó 13 veces y el número de países involucrados se triplicó con más de 118000 casos en 114 países y más de 4000 muertes, el 11 de marzo de 2020, la OMS declaró al COVID-19 una pandemia.

Deming escribe que el virus COVID-19 ha sido identificado y secuenciado genéticamente. Está relacionado con otros coronavirus que circulan entre los murciélagos (incluyendo el SARS coronavirus) (Deming, 2020) Por consiguiente, escribe que durante varias semanas este virus pasó desapercibido, en una ciudad de 11 millones de habitantes y al inicio de la temporada estacional de gripe, hasta que se dio la alerta por el aumento de casos graves (neumonía), y se logró aislar e identificar el coronavirus COVID-19 en varios pacientes.

Está demostrado que el COVID-19 se transmite de forma eficiente de persona a persona, habiéndose identificado agrupaciones de casos intrafamiliares y de transmisión a personal sanitario (Deming, 2020).

Retomando en cuenta lo que plantea (diariofarma, 2020) que la forma de presentación del COVID-19 puede variar desde síntomas respiratorios leves a moderados, en la mayoría de los casos, hasta infecciones severas que pueden llevar a la muerte, en una menor proporción que involucra a personas mayores de 70 años y personas con comorbilidades (enfermedad cardiovascular, diabetes mellitus, hipertensión arterial, enfermedad pulmonar crónica, cáncer, enfermedad renal crónica).

Los síntomas se presentan luego de un período de incubación que puede ir de 2 a 14 días, lo más frecuente es la aparición de síntomas al quinto día de la exposición. Se sabe que muchas personas infectadas permanecen asintomáticas, pero se desconoce cuál es la frecuencia de esta presentación.

3.1.3 Síntomas de la COVID-19

Argumenta (PortalFarma, 2020) que además de las vías respiratorias superiores, el corona virus SARS/CoV-2 puede infectar el tracto respiratorio inferior. Los signos y síntomas más frecuentes de la COVID-19 incluyen:

- Tos seca o productiva (25-68%)
- Disnea- dificultades para respirar o sensación de falta de aire (19-31%)
- Astenia (6-38%)
- Cefalea (14%)
- Mialgias o artralgias (5-15%)
- Escalofríos (11-27%)

Otras manifestaciones como minoritarias: náuseas y vómitos (5-5%) diarrea (4-14%) o congestión nasal conjuntival (5%).

En los casos severos la infección puede causar bronquitis o neumonía (bien neumonía viral directa o neumonía bacterias secundaria), hipoxia, síndrome respiratorio agudo severo, fallo o insuficiencia renal e incluso la muerte.

- Neurológicos: mareos (6-17%), alteración a nivel de la conciencia (7-20%) y en menor proporción accidentes cerebro vascular, ataxia, epilepsia y neuralgia.
- Cardiológicos: La COVID-19 puede presentarse con síntomas relacionados con el fallo cardiaco o el daño miocardio agudo, incluso en ausencia de fiebre y síntomas respiratorios. Alta intensidad de síntomas cardio vasculares por daño agudo de células miocárdicas puede estar probablemente relacionada con la respuesta inflamatoria sistémica.
- Oftalmológicos: Puede cursar (10%) con ojos secos, visión borrosa o sensación de cuerpos extraños

- Otorrinolaringológicos: Además de dolor facial y obstrucción nasal se ha descrito una frecuente variable según el estudio (5-65%) de disfunción olfatoria (hipoosmia/anosmia) y del gusto (hipogeusia/disgeusia), siendo en muchos casos los primeros síntomas que aparecen
- Dermatológicos: Se han observado manifestaciones muy variadas, desde erupciones tipo rash (sobre todo, en el tronco), erupciones urticarianas vesiculosas similares a varicela o purpura; también pequeñas lesiones tipo sabañones en dedos de mano y pies en niños y adolescentes sin otros síntomas
- Hematológicas: Se han notificado fenómenos trombóticos tales como un infarto cerebral, isquemia cardíaca, muerte súbita, embolismo, trombosis venosa profunda y hemorragia.

Existe una gran parte de contagiados que son asintomáticos, o cual puede representar un porcentaje alto de personas contagiadas y propagadoras que no son consciente de ello, de acuerdo con los datos disponibles para los brotes surgidos en España entre finales de junio y principios de julio de 2020, aproximadamente el 85% eran asintomáticos y un 15% presentaron síntomas, precisaron estadísticas hospitalarias el 8,5% y solo 1% fueron ingresados en UCI.(Villalobos, 2020)

3.1.4 Proceso de propagación de la COVID-19

Según la Cruz Roja Nicaragüense, una persona puede contraer la COVID-19 por contacto con otra que esté infectada por el virus. La enfermedad se propaga principalmente de persona a persona a través de las gotículas que salen despedidas de la nariz o la boca de una persona infectada al toser, estornudar o hablar. Estas gotículas son relativamente pesadas, no llegan muy lejos y caen rápidamente al suelo. Una persona puede contraer la COVID-19 si inhala las gotículas procedentes de una persona infectada por el virus. Estas gotículas pueden caer sobre los objetos y superficies que rodean a la persona, como mesas, pomos y barandillas, de modo que otras personas pueden infectarse si tocan esos objetos o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca. (Cruz Roja Nicaraguense, 2020)

El tiempo que transcurre entre la exposición a la COVID-19 y el momento en que comienzan los síntomas suele ser de alrededor de cinco o seis días, pero puede variar entre 1 y 14 días. (Cruz Roja Nicaraguense, 2020)

En base a los hallazgos de estudios de contactos, actualmente se considera que la transmisión del virus desde una persona infectada comienza 1-2 días antes del inicio de síntomas (lo que dificulta en gran medida la vigilancia epidemiológica) y puede prolongarse hasta 10 días después, aunque el periodo infectivo varía en función de la gravedad y la persistencia del cuadro clínico, en relación también con la carga viral. No ha sido completamente esclarecido aún el papel que los casos asintomáticos tienen en la transmisión de la enfermedad, y se asume que la mayor parte de los contagios se deben a casos pre-sintomáticos y sintomáticos. (Pérez, Gómez, & Guach., 2020)

3.1.5 Riesgos, contagio y prevalencia de la COVID-19

Personas con edad avanzada y distintas patologías se encuentran en mayor riesgo de sufrir complicaciones graves si contraen la COVID-19, debido a la vulnerabilidad de sus organismos, este sector de la población debe robustecer las medidas de prevención para evitar el contagio del virus.

La letalidad bruta de los casos clínicos supera actualmente el 3%, aunque aumenta con la edad hasta aproximadamente el 15% o más en pacientes mayores de 80 años. La morbimortalidad asociada a la COVID-19 también es muy elevada. Las afecciones médicas que afectan a los sistemas cardiovascular, respiratorio e inmunitario confieren un mayor riesgo de enfermedad grave y de muerte. (Organización Mundial de la Salud, 2020)

Frenar la transmisión de la COVID-19 y proteger las comunidades requerirá de la participación de todos los miembros de las colectividades en riesgo y afectadas para evitar el contagio y la transmisión. Esto exige que todos tomen medidas de protección individual como lavarse las manos, evitar tocarse la cara, practicar una buena higiene respiratoria, distanciamiento a nivel individual y cooperar con las medidas de distanciamiento físico y

de restricción de movimiento cuando se solicite adoptarlas.(Organizacion Mundial de la salud, 2020)

Considerando los objetivos estratégicos mundiales establecidos en la actualización de la estrategia mundial de respuesta a la COVID 19, se mencionan los pasos a seguir para lidiar con la prevalencia del virus.(Paho.org, 2020)

Movilizar a todos los sectores y comunidades para garantizar que la sociedad asuma la responsabilidad y participe en la respuesta y en la prevención de casos mediante la higiene de manos, el protocolo de higiene respiratoria y el distanciamiento físico a nivel individual.

Controlar los casos esporádicos y grupos de casos y prevenir la transmisión comunitaria mediante la detección rápida y el aislamiento de todos los casos, la prestación de los cuidados adecuados y la trazabilidad, cuarentena y apoyo de todos los contactos.

Contener la transmisión comunitaria mediante la prevención del contagio y medidas de control adecuadas al contexto, medidas de distanciamiento físico a nivel de la población y restricciones adecuadas y proporcionadas en los viajes domésticos e internacionales no esenciales.

Reducir la mortalidad prestando una atención clínica adecuada a los enfermos de COVID-19, asegurando la continuidad de los servicios sanitarios y sociales esenciales y protegiendo a los trabajadores de primera línea y las poblaciones vulnerables.

Desarrollar vacunas y terapias seguras y eficaces que puedan ofrecerse a escala y que estén accesibles en función de la necesidad.

3.1.6 Población vulnerable ante la pandemia de la COVID-19

La Organización Mundial de la Salud expresa que entre los colectivos laborales considerados con mayor riesgo de contagio en la pandemia COVID-19 destacan los profesionales de la salud. Se recomienda instaurar procedimientos y medidas específicos para su protección que garanticen el funcionamiento del sistema básico de atención médica.

Comprender el riesgo de transmisión es particularmente importante para guiar las medidas de protección, comenzando por el entorno de atención primaria de salud. Proteger a los profesionales de la salud es, de hecho, un componente importante de las medidas de salud pública para abordar la crisis de salud a gran escala. Por lo tanto, deben implementarse las intervenciones para promover el bienestar mental en los profesionales de la salud expuestos a COVID-19.(Organizacion Mundial de la Salud, 2020)

Medical Assistant indica la lista de personas consideradas población de riesgo y en definitiva más vulnerables para contraer COVID-19:(Assistant, 2020)

- Personas de 70 años o más, independientemente de las condiciones médicas.
- Menores de 70 años con una afección de salud subyacente.
- Personas que presenten enfermedades respiratorias crónicas como asma, enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC), enfisema o bronquitis.
- Aquellos que tengan enfermedad cardíaca crónica como insuficiencia cardíaca, así como las que sufren enfermedad renal crónica, enfermedad hepática crónica (como hepatitis), y afecciones neurológicas crónicas como la enfermedad del Parkinson.
- Son también más vulnerables aquellas personas con:
- Enfermedad de la neurona motora, la esclerosis múltiple, una discapacidad de aprendizaje o parálisis cerebral.
- Pacientes que padecen diabetes.
- Aquellos que tienen problemas con el bazo. Por ejemplo: enfermedad de células falciformes o si le han extirpado el bazo.
- Personas que tengan un sistema inmunitario debilitado como resultado de afecciones como el VIH-SIDA, o por medicamentos como tabletas de esteroides o quimioterapia.
- Y finalmente, pero no menos importante, los que tienen sobrepeso grave.

Los pacientes con cáncer reciente o en tratamiento en el momento de la infección, representan una población vulnerable debido a la inmunodeficiencia adquirida asociada con la terapia oncológica.

La diabetes es una de las comorbilidades más frecuentes presentes en aquellos pacientes que desarrollaron neumonía grave o fallecieron a causa de la enfermedad. Se desconoce el motivo por el cual la diabetes supone un factor de riesgo para desarrollar enfermedad grave por COVID-19, pero parece que la sobreexpresión de ACE2 en pacientes diabéticos puede estar implicada en el proceso, de la misma manera que el grupo de antidiabéticos orales tiazolidinedionas también se han relacionado con una mayor expresión de la ACE2(Herrero, 2020)

3.1.7 Medidas de protección ante la pandemia de la COVID-19

La mejor estrategia colectiva para hacer frente a la COVID-19 consiste en controlar la fuente de infección y, sobre todo, alcanzar un diagnóstico temprano que permita notificar los casos, aislar a los pacientes, hacer un seguimiento de sus contactos directos confirmados (con aislamiento domiciliario de los mismos, en su caso), aportar el tratamiento sintomático y de soporte oportuno y publicar la información epidemiológica de manera que se evite, en la medida de lo posible, una mayor transmisión comunitaria(Organización Mundial de la Salud, 2020).

A nivel individual, el cumplimiento de las normas adecuadas de higiene, el uso correcto de mascarillas, ventilación de interiores y la evitación de lugares donde haya acumulación de personas contribuirá a prevenir la infección por la COVID-19:

- Lavado de manos: lavarse de forma frecuente las manos, especialmente después del contacto directo con personas enfermas o en su entorno, en los momentos en que cambiamos de entorno, tras tocar superficies sucias o antes de comer. Para ello se puede utilizar agua y jabón (método de preferencia) o soluciones hidroalcohólicas; estas son especialmente en aquellos lugares en los que no exista fácil acceso a un grifo con agua y jabón. Es fundamental que el lavado se haga durante al menos 20 segundos y con la técnica apropiada que garantice la descontaminación de la piel en toda su extensión.

- Higiene respiratoria: al toser o estornudar, debe cubrirse la boca bien con un pañuelo desechable y deshacerse del inmediatamente después de su uso - o bien con la ropa (con el codo flexionado) para evitar la dispersión del virus. Además, hay que intentar evitar tocarse los ojos, nariz y boca con las manos.
- Separación física interpersonal: Se debe mantener un distanciamiento entre persona de al menos 1.5 metros (preferiblemente 2 metros), pues la distancia que se considera segura ante el posible desplazamiento de las gotículas de las secreciones respiratorias antes de sedimentar.
- Uso de mascarillas: (tapado correctamente nariz y boca) es una de las medidas profilácticas más eficaces. Conviene recordar que, para que una mascarilla sea eficaz en su cometido debe usarse siguiendo las pautas establecidas por los fabricantes, cubriendo adecuadamente la boca y nariz. Igualmente, debe ir acompañado del resto de medidas de prevención generales previamente citadas, pues el uso de mascarillas, que no cubre los ojos (una posible vía de entrada de la COVID-19)
- Descontaminación de superficie: Habiéndose descrito que la COVID-19 puede sobrevivir algunas horas sobre las superficies, cobra relevancia la limpieza y desinfección frecuente de superficies susceptibles de ser medios de transmisión del virus (por ejemplo, pantallas de teléfonos móviles, teclados de computadoras, barandillas, mesas, pomos de puertas, etc.), tanto en los domicilios como en los centros de trabajo.

3.2. Capítulo 2. Impacto Psicosocial de la COVID-19 en la población general

La pandemia por la COVID-19 sin duda ha dado mucho para reflexionar, no sólo por su impacto en los sistemas de salud a nivel global y la vida de miles de personas que lo han padecido, o que lamentablemente han fallecido, sino también en la economía global, cuyos pronósticos no son nada positivos.

El distanciamiento social y el llamado a quedarse en casa han cambiado la dinámica laboral, escolar, familiar y social de muchas personas, que de un día para otro han tenido que adaptarse a esquemas de home office o de educación a distancia, a integrar el trabajo con la propia convivencia familiar y a limitar todo tipo de actividades fuera de casa, entre muchos otros aspectos que se han visto alterados.

Esto sin duda, representa un reto importante, para el que no está preparada hoy que desde luego puede impactar en la salud emocional por la falta de contacto físico con otras personas (más allá de aquellos que viven en la misma casa), el estrés, la ansiedad, o el miedo que se pudiera generar por la incertidumbre de la situación en la que se vive, y que pudiera desencadenar lo que algunos han llamado “síndrome de cuarentena”, o el surgimiento de roces y conflictos con la pareja u otros integrantes de la familia por una mayor convivencia, por mencionar algunos efectos.

Sin embargo, por otro lado, también es un llamado a la reflexión personal, para enfocarnos en lo que realmente importa, cuidar nuestra salud y seguir todas las indicaciones de prevención y contención, valorar a nuestra familia y amigos, desarrollar nuevas habilidades y competencias laborales y/o de aprendizaje, apoyar a las personas que más lo necesitan (por ejemplo, adultos mayores, grupos vulnerables, pequeños negocios, productores locales o gente que vive al día y no puede dejar de trabajar), etcétera.

Ansiedad, depresión, problemas de sueño y estrés postraumático, son unos de tantos cuadros que surgen durante una pandemia. Los síntomas subyacentes impactan tanto en los pacientes como en el personal de la salud, convirtiéndose en un problema público. Un estudio que analizó estas variables durante el brote de Síndrome Respiratorio de Medio Oriente (MERS), concluyó sobre la necesidad de una intervención psicológica y psiquiátrica rápida, ya que los síntomas mencionados persistieron incluso después de transcurrido el tiempo de cuarentena.

Tanto la sobre información como la desinformación pueden provocar efectos negativos en períodos de cuarentena. Un primer impacto puede verse en la aparición de los siguientes síntomas:

- I. **Miedo y paranoia:** Exposición a estrés prolongado ante una inminente amenaza. Nuestro cuerpo se prepara física y mentalmente para una reacción extrema. Esto produce un desgaste en nuestro nivel de alerta y en el sistema inmunológico.
- II. **Retraimiento y desvinculación:** La cuarentena y el miedo a la infección, pueden provocar aislamiento afectivo y retraimiento social.
- III. **Ideas irracionales y pensamientos intrusivos:** Sobredimensionar el problema, el estado de alerta constante y el retraimiento, pueden repercutir en el control de los pensamientos y la veracidad de los mismos.
- IV. **Pérdida de la rutina:** Impacto directo en ritmo de sueño y alimentación.
- V. **Fallas cognitivas:** El estrés crónico afecta el funcionamiento cerebral y el desempeño de las funciones ejecutivas. Es así que una nula respuesta a dicho fenómeno, impacta directamente en nuestra capacidad de reaccionar correctamente, presentándose fallos a nivel de atención, memoria y planificación, entre otras.

Plantean los expertos de la Organización Mundial de la Salud, que en general la respuesta a estos desafíos es mostrar afecto y cuidado hacia los demás tomando en cuenta las recomendaciones de distanciamiento social, y proyectando cercanía a través de una llamada telefónica, una postal o una videoconferencia.(Organización Mundial de la Salud, 2020)

3.2.1. Percepción de riesgo en la población en general con respecto a la COVID-19

La percepción del riesgo relacionado con la salud es un juicio subjetivo que las personas hacen sobre los peligros que afectan su bienestar personal. Tales juicios dictan acciones de precaución e influyen en la probabilidad de cumplir con las recomendaciones relacionadas con la salud.

Un componente principal de la percepción de riesgo es el concepto de 'susceptibilidad', que se refiere a cómo los individuos califican su probabilidad de contraer una enfermedad

específica. La susceptibilidad percibida, también llamada vulnerabilidad percibida, incluye dos dimensiones:

- La susceptibilidad personal percibida, que es la probabilidad de que uno sea perjudicado por un peligro.
- La susceptibilidad percibida comparativa, que es la probabilidad percibida de que uno sea más susceptible a un peligro dado en comparación con otras personas de la misma edad y sexo.

Si bien las personas suelen ser conscientes de la importancia de adoptar conductas adecuadas para asegurar una buena salud para ellas mismas y para los demás, varias variables subjetivas, como el auto eficacia, la personalidad y las variables socio demográficas, influyen en la percepción y adopción efectiva de medidas preventivas.

La contribución de las variables subjetivas en la determinación de la percepción del riesgo es de extrema importancia a la hora de planificar campañas preventivas o en situaciones que requieran la adhesión a modelos de comportamiento específicos.

La auto eficacia se refiere a la confianza que las personas tienen en su capacidad personal para adoptar medidas conductuales preventivas. Está influenciada por la cultura y afecta la práctica clínica y el cambio conductual, contribuyendo a predecir las prácticas en los comportamientos de salud.

Rasgos de la personalidad se refieren a los elementos que subyacen a nuestras diferencias cognitivas, emocionales y de comportamiento individuales. Los rasgos de personalidad pueden ayudar a predecir las respuestas individuales a las enfermedades, los comportamientos de salud, los riesgos de mortalidad y la vulnerabilidad percibida a las enfermedades en comparación con o en asociación con varios factores socio demográfico. Variables, como la edad y el sexo.(Commodari, 2020)

3.2.2. Impacto psicosocial en el personal sanitario de la COVID-19

La pandemia de la Covid-19 no solo trajo aparejadas una crisis sanitaria y económica, sino que también ha trastocado las dinámicas sociales afectando con ello a millones de personas.

El costo humano de esta enfermedad ha sido alto y según advierte la Organización Panamericana de la Salud (OPS), “ningún otro grupo lo ha sentido más agudamente que los mismos hombres y mujeres que componen nuestra fuerza laboral de salud”.(Organización Panamericana de la Salud , 2020)

Explica la Organización Internacional de la Salud, que si bien los trabajadores de la salud, enfermeras, médicos y otros profesionales representan solo una pequeña fracción de la población mundial, ellos han sido especialmente vulnerables a la pandemia de la Covid-19, cuyos efectos han impactado directamente sobre su salud, economía, estabilidad emocional y relaciones sociales.(Organización Mundial de la salud, 2020)

Según datos de la OPS, los trabajadores de salud pueden experimentar otros factores de estrés adicionales como la “estigmatización por trabajar con pacientes con Covid-19 y poder contagiar a familiares o amigos; medidas estrictas de bioseguridad; mayor demanda en el entorno laboral; capacidad reducida para beneficiarse del apoyo social debido a los intensos horarios laborales; así como capacidades de personal o energía insuficientes para implementar la auto asistencia básica”.

Estos factores que afectan la salud mental han traído también como consecuencia efectos psicológicos negativos en los profesionales sanitarios como la confusión, el enojo, la ansiedad, el agotamiento, el desapego, el deterioro del desempeño y la resistencia a trabajar, pudiendo llegar incluso a trastorno de estrés postraumático y depresión.(Organización Panamericana de la Salud , 2020)

Citando a la Organización de Naciones Unidas, se plantea que la pandemia de la COVID- 19 tiene Efectos en la salud cerebral: (Organización de Naciones Unidas, 2020)

- La COVID-19 puede provocar manifestaciones neurológicas, como dolores de cabeza, pérdida del olfato y el gusto, inquietud, delirios, apoplejías y meningoencefalitis.

- Las enfermedades neurológicas subyacentes aumentan el riesgo de hospitalización por COVID-19, especialmente en el caso de adultos mayores.
- Es probable que el estrés, el aislamiento social y la violencia en el ámbito familiar afecten a la salud cerebral y al desarrollo de los niños y los adolescentes.
- El aislamiento social, la escasa actividad física y la escasa estimulación intelectual aumentan el riesgo de deterioro cognitivo y demencia en adultos mayores.

En países como Canadá, explica la organización internacional, los trabajadores de salud representan más de una cuarta parte de todos los casos de Covid-19 notificados, mientras que en Estados Unidos (EE.UU.) y México, representan uno de cada siete casos. Estas últimas dos naciones representan casi el 85 por ciento de todas las muertes por la enfermedad en los profesionales sanitarios de la región.

Tales cifras muestran la preocupante tendencia, que aún hoy, luego de ocho meses de pandemia no termina. Por ello, la OPS recomienda mantener suficientes suministros de medios de protección, garantizar la capacitación eficaz en el control de infecciones para evitar que pongan en riesgo su propia salud.(Telesur.net, 2020)

3.2.3. Percepción del riesgo del personal de salud con respecto a la COVID-19

La percepción de riesgos de personal sanitario puede influir su comportamiento hacia los pacientes con enfermedades respiratorias. Dentro de las repercusiones más importantes de esta pandemia se encuentra el impacto a la Salud Mental del personal sanitario que atiende a pacientes con COVID-19, debido al riesgo de desarrollar desde Trastornos Psicológicos hasta enfermedades mentales.

Hasta el momento, los datos científicos basados en evidencia e intervenciones de salud mental dirigidas a los trabajadores del área de la salud con que contamos son escasos. de equipo de protección personal (EPP) que va acreciendo con el tiempo, la gran cobertura y difusión por parte de los medios de comunicación y redes sociales, la falta hasta el momento de un tratamiento específico y eficaz o de una vacuna.

La angustia de convertirse en un paciente más y ver cómo compañeros de trabajo son contagiados y ocupan camas en las unidades de cuidados intensivos (UCI), la necesidad de tomar decisiones difíciles como la utilización de recursos cada vez más escasos en pacientes igualmente necesitados, brindar la mejor atención médica posible a pacientes gravemente enfermos en un sistema de salud colapsado.

Mantener el equilibrio entre las propias necesidades mentales y físicas y las de los pacientes, la angustia de ser un foco de infección para familiares y seres queridos, así como la difícil tarea de equilibrar los deseos propios con el deber.

Los sentimientos de vulnerabilidad se ven exacerbados por las condiciones de trabajo y recomendaciones de manejo que cambian rápidamente, por el miedo al inminente desabasto en EPP, así como por la necesidad de tomar decisiones con implicaciones para sus seres queridos. Los médicos y el personal de la salud en general, por tratar con el dolor y padecimiento de otros seres humanos, son propensos a desarrollar estrés, angustia, depresión y fatiga por compasión. Si bien la prevalencia de estos en el personal de salud varía, de acuerdo a la bibliografía consultada se sabe que los índices son altos; mismos que al hacer frente a esta pandemia se incrementarían considerablemente. (Monclús, 2020)

3.2.4. Estrategias de afrontamiento con respecto a la COVID-19

Dentro de las estrategias que se pueden emplear para mitigar los efectos sobre la salud mental del trabajador de la salud tenemos como primer punto el detectar los comportamientos que pueden indicar alteraciones en la salud mental. Estos comportamientos son:

- ✓ Frecuencia cardíaca rápida, palpitaciones, tensión muscular, dolores de cabeza, temblores, dificultad gastrointestinal, náuseas, incapacidad para relajarse cuando no está de servicio, problemas para conciliar el sueño o quedarse dormido, pesadillas.
- ✓ Aumento o disminución en los niveles de energía y actividad, aumento en el consumo de alcohol, tabaco o drogas ilegales.

- ✓ Sentimientos negativos: Enojo, frustración, irritabilidad, tristeza profunda; dificultad para mantener el equilibrio emocional.
- ✓ Dificultad para pensar con claridad: Desorientación o confusión, dificultad para resolver problemas y tomar decisiones, dificultad para recordar instrucciones.
- ✓ Comportamientos problemáticos o riesgosos: Toma de riesgos innecesarios, no usar equipo de protección personal, negarse a seguir órdenes o abandonar la escena, poner en peligro a los miembros del equipo, aumentar el uso o mal uso de medicamentos recetados o alcohol.

Tomando en cuenta cada uno de los aspectos antes mencionados el personal sanitario debe contar con herramientas y espacios que le ayuden a disminuir los efectos del trabajo que realizan siendo aún mayores quienes brindan servicios a personas contagiado de la COVID-19. Por tanto, se recomienda que el personal sanitario goce de las siguientes estrategias:

- ✓ En la medida de lo posible se debe contar con un “kit de reductores del estrés” ya sea en el coche o en el lugar de trabajo, seleccionado individualmente.
- ✓ Mantenerse en el mejor estado de salud posible consumiendo alimentos saludables y bebiendo agua.
- ✓ Evitar cantidades excesivas de cafeína y alcohol, no usar tabaco ni drogas ilegales.
- ✓ Dormir y descansar lo suficiente y hacer ejercicio físico.
- ✓ Relajar el cuerpo a menudo haciendo actividades sencillas como: respirar profundamente, estirarse, meditar, lavarse la cara y las manos, o participar en pasatiempos placenteros.
- ✓ Hablar sobre sus sentimientos con sus seres queridos y amigos con frecuencia.
- ✓ Reconocer y prestar atención a los primeros signos de advertencia de ansiedad
- ✓ Disfrutar de una conversación no relacionada con el trabajo o la pandemia, para recordar las muchas cosas importantes y positivas en sus vidas.
- ✓ Tomarse el tiempo para renovar su espíritu a través de la meditación, la oración o ayudando a otros que lo necesitan.

Una micro práctica sencilla es la llamada respiración diafragmática, la cual ha demostrado ser prometedora para reducir el estrés y la auto percepción de la ansiedad. Esta consiste en inhalar profundamente expandiendo los pulmones hacia abajo en lugar de inhalar usando solo el abdomen o la caja torácica. La inhalación se realiza por la nariz, con una pausa antes de exhalar lenta y completamente por la boca, estableciendo idealmente una frecuencia respiratoria de 6-8 respiraciones por minuto.

La respiración diafragmática ha demostrado una mejora estadísticamente significativa en la reducción del estrés medida por biomarcadores fisiológicos (presión arterial y cortisol salival) y niveles de estrés auto informados a través del ampliamente utilizado DASS-21 (Escala de depresión, estrés y ansiedad).

Otra estrategia a considerar es el apoyo temprano. Preparar adecuadamente al personal para el trabajo y los desafíos asociados reduce el riesgo de problemas de salud mental, por lo que todos los trabajadores de la salud deben estar lo mejor preparados para los dilemas morales que enfrentarán durante la pandemia de COVID-19 (Muñoz, Cortez, Vallejo, & Diaz, 2020).

3.3 Capítulo 4. Postulados teóricos

3.3.1 Teoría Psicoanalítica

La teoría Psicoanalítica es el sustento de la investigación, ya que en ella Freud plantea cómo ayuda a aquellas personas para que encuentren alivio emocional.

Reflexionando sobre la pérdida de contacto con la realidad, Freud escribe:

Un aspecto de la realidad que tiene un papel determinante en las funciones del Yo es la relación con el cuerpo, donde "el Yo es ante todo un Yo corporal" Esta relación está a su vez sujeta a distorsiones causadas por ansiedades, en particular la ansiedad de muerte. Más allá de la más renombrada teoría de la pulsión de muerte considera la conciencia de la muerte como el eslabón débil de la estructura mental narcisista y, por lo tanto, como un medio de fomentar el progreso hacia el crecimiento mental (Lombardi, 2020).

El cuerpo, junto con la enfermedad y las ansiedades de la muerte, se convierte en un terreno elegible para la confrontación entre el inconsciente y la conciencia en el contexto trágico de una pandemia, colocando la relación cuerpo-mente en el centro de la atención psicoanalítica (Lombardi, 2020)

Para el personal de atención prehospitalaria la necesidad de desconectarse de las emociones en cada uno de los servicios brindados a las personas positivas de padecer la COVID19, es una de las herramientas practicadas frecuentemente que ayuda a disminuir en cierta medida el impacto emocional y Psicológico de los eventos a los que están expuestos, a la carga emocional transferida de los familiares de las personas contagiadas, de la sobre exposición de la información y del miedo constante de vivir en carne propia los estragos de la enfermedad.

El Psicoanálisis es ante todo un encuentro físico entre dos personas, en un lugar donde se viene a decirlo todo, donde no es necesario callar nada, donde todo se acompaña con la palabra, donde se lucha por la vida mental cueste lo que cueste. (Valiñas, 2020)

Todas estas emociones encontradas y reprimidas que aquejan a la humanidad hoy en día son en gran medida uno de los problemas más comunes entre las personas; es por ello que un proceso catártico y un reencuentro con el yo será inminente para afrontar todas estas afectaciones, el poder expulsar cada uno de este sentimiento, cada frustración, cada impotencia lograra un sentimiento de mejoría en aquellos que han sufrido en mayor o menor nivel estas afectaciones.

El Psicoanálisis parte de una visión distinta del dolor, de la cualidad comunicativa y significativa del síntoma, así como del espacio psíquico que se abre en el mismo lugar en el que este precisamente se sitúa (Checa, 2014).

La pertinencia del Psicoanálisis en la situación actual se explica por múltiples razones. En principio, permite al sujeto pensar sus emociones. Es con esta reflexión del individuo sobre

sí mismo que la actividad psicoanalítica lleva al sujeto a modificar su perspectiva sobre su experiencia afectiva; le permite lidiar con su angustia, con la incertidumbre y con el miedo y lo lleva a la comprensión de la realidad psíquica propia y la de los otros. De hecho, promueve el entendimiento de los conflictos que se repiten de distintas maneras a lo largo de la vida de un sujeto. Es así como busca sacar al individuo de una existencia inauténtica y ayudarlo a comprender cómo funciona su mente, que se encuentra en un estado de cambio constante; permite, en suma, identificar cuál es su realidad Psíquica y entender por qué reacciona de una u otra manera ante una situación específica. (Ruiz, 2020)

Los trabajos grupales Psicoanalíticos pueden servir en varios fines: hay grupos Psicoterapéuticos, grupos que fortalecen el desarrollo personal, así como grupos que promueven la autorreflexión y resolución de conflictos en distintas organizaciones.

Existe la tendencia voraz a consumir bienestar, a no tolerar el espacio para el sufrimiento y a blindarse ante el dolor, lo que lleva al sujeto a una permanente sensación de miedo ante el peligro a la irrupción de tal sufrimiento, que lo sumiría en una fragilidad extrema. Además, como reflejo de esto social en el individuo, la tendencia a sustituir en lugar de reconocer la falta, evitando los procesos de duelo y las emociones que lo acompañan, defendiéndose incesantemente de que aparezca cualquier indicio de sufrimiento. (Checa, 2014)

3.3.2 Teoría que sustenta el impacto de la COVID-19 desde la Psicología Social.

La Psicología Social estudia la interacción entre los fenómenos sociales y los procesos Psicológicos. Es decir, examina cómo los pensamientos, sentimientos y comportamientos se ven afectados por los eventos sociales, que van más allá de la Psicología individual y tienen su propia dinámica. Esta disciplina también estudia cómo los procesos Psicológicos pueden influir en los fenómenos sociales. (Maya, 2020)

No hay duda de que quizás pocos eventos sociales han tenido tal impacto en la Psicología humana como la pandemia COVID-19, especialmente por la cantidad de personas que está afectando, así como por las esferas de la vida en las que influye. Aparte de los problemas de salud que ocasiona, y de los miedos que esto suscita, las relaciones interpersonales han

cambiado drásticamente, las convivencias sociales, familiares, la pérdida de empleos, la forma de trabajar, de ejercitarnos y de estudiar(Perez M. S., 2020)

IV DISEÑO METODOLÓGICO

4.1. Tipo de estudio

Corresponde al tipo cualitativo de tipo fenomenológico ya que explora las vivencias y experiencias propias en el personal de atención prehospitalaria de Cruz Roja Nicaragüense, se obtuvo información de los acontecimientos tal y como sucedieron y/o los vivió el grupo meta, siendo esta con un paradigma interpretativo ya que se fundamenta en las experiencias de vida acontecidas durante en contexto de la COVID-19.

En este estudio se buscó analizar el impacto Psicosocial en el personal de atención prehospitalaria de Cruz Roja Nicaragüense filial Estelí y cabe en la línea de investigación número uno Salud Mental tema: Comportamiento Psicosocial.

Su alcance temporal es de corte transversal, realizándose durante los meses comprendidos de agosto a diciembre 2020, concretamente en Cruz Roja Nicaragüense filial Estelí, ubicada en el municipio de Estelí, con dirección: del parque infantil Wilfred Valenzuela 2 cuadrasla este y media cuadra al norte.

4.2. Contexto y área de estudio

La presente investigación se llevó a cabo en Cruz Roja filial Estelí, es una institución de carácter público, donde actualmente tienen 13 funcionarios, como una conserje, una cajera, un laboratorista, un optometrista, una directora, un contador, dos operadores de radio,

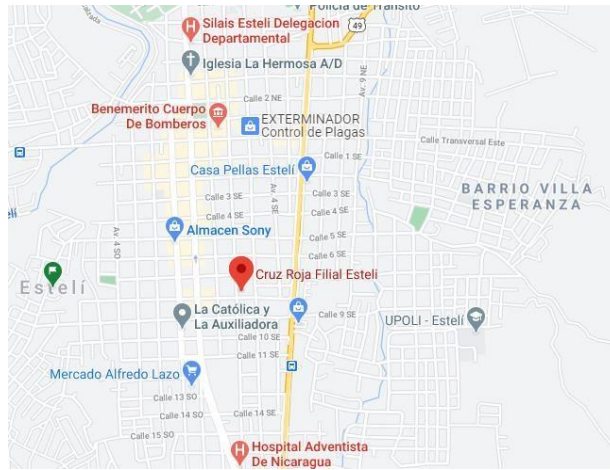
cuatro personas en atención prehospitalaria; también en la filial cuenta con personas de manera voluntaria como son: 50 socorristas, 20 jóvenes y cuatro damas. La filial Estelí entre sus múltiples funciones ofrece los servicios de:

- Servicio de laboratorio donde se realizan exámenes para certificados de salud, exámenes de tipo sangre para tramite de licencia
- Servicios Psicológicos para tramites de licencia
- Servicio de optometría para tramite de licencia
- Servicios de atención prehospitalaria compuestas de dos brigadas (2 técnico en emergencias médica y 2 conductores)
- Servicio de búsqueda y rescate vertical y urbano
- Escuela de capacitaciones en temas de primeros auxilios, seguridad acuática, rescate
- Servicio de parqueo privado

La misión de Cruz Roja “Contribuir a proteger y mejorar la calidad de vida, la salud, la dignidad humana y a la reducción de la vulnerabilidad de las personas, sin distinciones de raza, religión, nacionalidad, sexo, condición social o afiliación política. Se esfuerza, además, en la búsqueda y fomento de la paz y el estricto respeto a los derechos de las personas”.

Teniendo esta la visión de la Institución reconocida por su labor humanitaria a través de programas, proyectos y servicios de desarrollo social y respuesta integral con cobertura en todo el territorio nacional y caracterizada por sus recursos humanos calificados en un desempeño eficiente, inspirados en hacer más primeros auxilios, hacerlo mejor y llegar más lejos.

Google maps



Parque infantil 2 Cuadras al Este, 75 varas al norte, Estelí – Nicaragua.

4.3. Población y muestra

Este trabajo investigativo se realizó en Cruz Roja Nicaragüense filial Estelí, está conformada de un equipo de 11 personas quienes brindan todos los servicios que la institución presta entre los que mencionamos; atención prehospitalaria, trámites de licencia, servicio de laboratorio, búsqueda y rescate, escuela nacional de capacitación, entre otros.

Para la recopilación de información se trabajó con dos brigadas del personal de atención prehospitalario de Cruz Roja Nicaragüense, las cuales están conformadas por dos conductores (técnicos también en emergencia y dos técnicos en emergencias médicas) quienes estuvieron brindando atención a personas confirmadas o sospechosas de la COVID-19.

La muestra que se seleccionó para esta investigación fueron las dos brigadas antes mencionadas, tomando a cuatro personas del sexo masculino. Con técnica de muestreo no probabilístico, por conveniencia tal y como indica (Otzen, 2017) el cual permite seleccionar aquellos casos accesibles que acepten ser incluidos en el proceso investigativo. Esto, fundamentado en la conveniente accesibilidad y proximidad de los sujetos para el investigador y por conveniencia ya que este nos permitirá conocer opiniones y puntos de vista de manera más fácil.

4.3.1 Criterios que se tomaron en cuenta para la formación del grupo muestra.

Para formar parte de la investigación, el grupo de estudio debió cumplir con unas series de criterios o características comunes que dieron salida al tema de investigación y a los objetivos planteados.

Criterios de selección para la muestra:

- ✓ Disposición a brindar información real del trabajo realizado
- ✓ Pertener a las brigadas de atención prehospitalaria a personas contagiadas o sospechosas de COVID-19
- ✓ Brindar información verdadera de las experiencias vividas
- ✓ Estar capacitado para la atención de pacientes con sintomatología de la COVID-19
- ✓ Ética de la información brindada durante la recolección de datos.

4.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.

Esta investigación es de tipo cualitativo, para la cual se implementarán instrumentos como: listado libre, entrevista y grupo focal, donde se recopilará información de tipo personal y grupal, la cual se identifica por ser un medio que recolecta información, analiza y vincula datos cualitativos en un mismo estudio de investigaciones para responder al planteamiento del problema y sus distintas preguntas de investigación.

4.4.1. Listado libre:

Objetivo: Explorar la percepción en el personal de atención prehospitalaria de la Cruz Roja Nicaragüense filial Estelí con respecto a los daños causados por la COVID-19.

Empleando las palabras de (Betancourt, 2020) los listados libres se fundamentan en la antropología cognitiva y tienen como objetivo ayudar a describir y analizar la cultura y la conducta de los respondientes desde su propio punto de vista para definir dominios culturales (categorías significativas para una cultura en particular). Así sale a la luz lo que la gente o expertos piensan, conocen y la forma en que organizan la información respecto a

una palabra o concepto y lo que está alrededor de ella, por lo tanto, permiten definir un dominio cultural.

Este instrumento suministró datos del impacto que tiene el personal de atención prehospitalaria ante la COVID-19, de maneras cognitivas conductuales, a través de la asociación de palabras. Para su aplicación se solicitó a los participantes que indiquen que palabras se le vienen a la mente cuando escucha la palabra COVID-19. Una vez enlistada las palabras se les pide que indiquen porque asociaron a COVID-19 cada una de sus respuestas.¹

4.4.2. Entrevista:

Objetivo: Describir las vivencias a nivel personal, familiar y social en el personal de atención prehospitalario de la Cruz Roja Nicaragüense filial Estelí en el contexto de la COVID-19.

De acuerdo con(Solis, 2020)la entrevista es una técnica muy utilizada para la recolección de datos. Permite la obtención de información amplia, profunda y de carácter sustancial. Dentro de la investigación cualitativa es una técnica para la recolección de información y datos, a partir de una conversación que se orienta a propósitos concretos del estudio.

En la presente investigación se utilizó como un instrumento clave una entrevista semi estructurada con una serie de preguntas elaboradas con el objetivo de describir las vivencias a nivel personal, familiar y social del personal de atención prehospitalaria de Cruz Roja Nicaragüense filial Estelí a raíz de la COVID-19.

Se ha tomado la entrevista, en esta investigación con el objetivo de este instrumento es describir las vivencias a nivel personal, familiar y social en el personal de atención prehospitalaria de Cruz Roja Nicaragüense filial Estelí a raíz del COVID-19.

¹ (Véase Anexo 1, Listado libre)

4.4.3. Entrevista de tipo semiestructurada

Retomando la importancia que nos plantea (Morgan, 2020) el objetivo de la entrevista semiestructurada consiste en invitar al entrevistado a tratar aspectos que no han quedado claros para el entrevistador y llenar lagunas de información. Como objetivo recabar datos más precisos que den claridad a la información ya obtenida; también puede utilizarse de manera intermitente, tanto en las modalidades de entrevista cerrada como en algunos momentos de la entrevista abierta.²

4.4.4. Grupo focal

Objetivo: Conocer las repercusiones causadas en la Salud Mental en el personal de atención prehospitalaria de la Cruz Roja Nicaragüense filial Estelí en el contexto de la COVID-19.

Dicho con las palabras de (López, 2020) un grupo focal reúne un grupo de personas que han sido seleccionadas y convocadas por un investigador con el propósito de discutir y comentar, desde su punto de vista, un tema propuesto por el investigador. También es considerado como un tipo de entrevista grupal, ya que requiere entrevistar a un número de personas a la misma vez, sin embargo, el grupo focal se centra en el análisis de la interacción de los participantes dentro del grupo y sus reacciones al tema propuesto por el investigador.

3

4.4.5. Validación de instrumentos

Antes de proceder a la aplicación se realizó la validación de los instrumentos, los cuales fueron elaborados por el grupo investigador, se validaron los instrumentos basados en las técnicas de: listado libre, entrevista y un grupo focal, para acceder a información que

² (Véase Anexo 2, Entrevista)

³(Véase Anexo 3, Grupo Focal)

permita conocer las emociones y pensamientos de los participantes ante el contexto de la COVID-19.

Se revisaron estos instrumentos con la ayuda de expertas especializadas en el área de Psicología e investigación lo cual permitió al grupo de investigadores modificara algunos ítems para obtener de mejor calidad y mayor información por parte de los participantes. Las expertas fueron:

Master en Métodos de Investigación Social Cualitativa María Auxiliadora Chiong

Master en Salud Mental y Adicción Karen Lucia Vanegas⁴

4.5. Plan de análisis de los datos

Para el análisis de datos cualitativos del listado libre, la entrevista y grupo focal se realizó a través de la transcripción fiel de cada uno de los instrumentos y el análisis y discusión de resultados, la información de los datos obtenidos esta reflejada mediante una triangulación de resultados de los instrumentos antes mencionados.

Listado libre

El procesamiento y análisis de los datos obtenidos del listado libre se realizaron en función del objetivo planteado en la investigación, formulados a través de una matriz de transcripción fiel. Donde se les pidió que respondieran el formato facilitado a la muestra tomada de Cruz Roja filial Estelí. Se recolecto la información obtenidas de participantes. Las cuales se discutieron y analizaron por el equipo de investigación.

Tabla 1

Entrevista

El procesamiento y análisis de los datos obtenidos de la entrevista se realizaron en función del objetivo formulado, a través de una matriz de transcripción fiel. Preguntas de la

⁴(Véase **Error! No se encuentra el origen de la referencia.**, Carta de Validación de Instrumentos)

entrevista semiestructurada dirigida a la muestra tomada de Cruz Roja filial Estelí. Se recolecto la información obtenidas de participantes. Las cuales se discutieron y analizaron por el equipo de investigación.

Grupo focal

El procesamiento y análisis de los datos obtenidos del grupo focal se realizaron en función del objetivo formulado a través de una matriz de transcripción fiel.

Guía de preguntas dirigida a la muestra tomada de Cruz Roja filial Estelí. Las respuestas obtenidas por los participantes, fueron grabadas y transcritas. Se recolecto la información obtenidas de participantes. Las cuales se discutieron y analizaron por el equipo de investigación.

Tabla 1.
Sistema de Categorías

Temática: Impacto psicosocial del covid-19 en el personal de atención prehospitalaria de Cruz Roja Nicaragüense filial Estelí, periodo agosto-diciembre 2020.

Objetivo general: Analizar el impacto psicosocial de la COVID-19 en el personal de atención prehospitalaria de Cruz Roja Nicaragüense filial Estelí, periodo agosto-diciembre 2020.

Preguntas de investigación	Objetivos específicos	Categorías	Definición conceptual	Sub categorías	Técnicas Instrumentos	Fuente de información	Procedimiento de análisis
¿Cuál es la percepción del riesgo que tiene el personal de atención pre hospitalario de cruz roja nicaragüense filial Estelí con respecto a los daños causados por la COVID-19?	Explorar la percepción del riesgo del personal de atención pre hospitalaria de Cruz Roja Nicaragüense filial Estelí, con respecto a los daños causados por la COVID-19.	Percepción de riesgo del personal de atención pre hospitalario de Cruz Roja Nicaragüense	La percepción del riesgo es la habilidad de detectar, identificar y reaccionar ante una situación de riesgo mientras realizas tus labores.	Miedo Ansiedad Estrés Distanciamiento familiar	Listado libre	Personal de atención prehospitalaria	Análisis cuantitativo y cualitativo. Análisis de contenido

<p>¿Cuáles son las vivencias a nivel personal, familiar y social del personal de atención pre hospitalaria de Cruz Roja Nicaragüense filial Estelí en el contexto de la COVID-19?</p>	<p>Describir las vivencias a nivel personal, familiar y social del personal de atención pre hospitalaria de Cruz Roja Nicaragüense filial Estelí a raíz de la COVID-19</p>	<p>Vivencias a nivel personal, familiar y social del personal de atención pre hospitalaria de Cruz Roja Nicaragüense</p>	<p>Se denomina vivencia a una experiencia de vida que deja huellas en una persona de modo perdurable. Las vivencias pueden ser de lo más variadas y propias de los campos más diversos, pero se caracterizan por el aprendizaje que dejan a un nivel profundo</p>	<p>Aislamiento Discriminación Estrés post traumático</p>	<p>Guía de entrevista</p>	<p>Personal de atención pre hospitalario</p>	<p>Análisis cualitativos Trascripción fiel de la entrevista Análisis de contenido</p>
<p>¿Qué repercusiones en la salud mental reconocen el personal de atención pre hospitalario de Cruz Roja</p>	<p>Conocer las repercusiones causadas en la salud mental del personal de atención pre hospitalaria de Cruz Roja</p>	<p>Repercusiones causadas en la salud mental del personal de atención pre hospitalario de Cruz</p>	<p>Repercusión: El concepto suele emplearse con referencia a la trascendencia o propagación que consigue un suceso. Salud mental: un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no</p>	<p>Sueños recurrentes Insomnio Consumo de sustancias</p>	<p>Grupo focal</p>	<p>Personal de atención pre hospitalaria</p>	<p>Análisis cualitativos Trascripción fiel del grupo focal Análisis de contenido</p>

nicaragüense filial Estelí en el contexto la COVID-19?	nicaragüense filial Estelí en el contexto de la COVID-19.	Roja Nicaragüense	solamente la ausencia de afecciones o enfermedades. (OMS)				
¿Qué estrategias de intervención Psicológica resultarían efectivas para lograr la adaptación a la nueva normalidad tomando en cuenta el contexto de la COVID-19?	Proponer estrategias Psicológicas que resultarían efectivas para lograr la adaptación a la nueva normalidad tomando en cuenta el contexto de la COVID-19	estrategias psicológicas que resultarían efectivas para lograr la adaptación a la nueva normalidad tomando en cuenta el contexto de la COVID-19	En Psicología cognitiva el término estrategia hace referencia a un conjunto ordenado de acciones que lleva a la consecución de un fin determinado; es decir, se trata de actividades cognitivas o conductuales que son empleadas deliberadamente para mejorar el rendimiento en las tareas. En este sentido, las estrategias suelen ser conscientes y se relacionan con el «control intencional» de la propia cognición	Actividades lúdicas Programa de atención Psicosocial Espacios recreativos Apoyo familiar		Personal de atención pre hospitalaria	

4.6. Procedimiento metodológico del estudio

4.6.1 Fase de planificación o preparatoria

En esta fase se planeó el tema a investigar el cual es el objeto de estudio, una vez planteada la temática de estudio se procedió a formular el problema y preguntas de investigación las cuales guiaron a la realización de los objetivos, a continuación, se analizó el contexto donde se realizó el estudio de investigación logrando darle salida a cada uno de los objetivos.

Después de diseñar los objetivos se continuó con la recopilación de artículos y de estudios anteriores que estén relacionados con la temática para así redactar los antecedentes y la justificación, posteriormente se elaboró un bosquejo para guiar la elaboración y lógica del marco teórico, así mismo para completar la información se utilizaron, páginas web y artículos científicos.

4.6.2 Fase de ejecución o trabajo de campo

En esta etapa se procedió a la creación de instrumentos y su validación por los expertos para su aplicación, de esta manera se procedió a la recolección de los datos que dieron salida a cada objetivo planteado, se redactó un consentimiento informado, documento que permitió la seguridad de los informantes a formar parte en la investigación y se aplicó el instrumento a cada uno de los participantes, visitando la instalaciones de Cruz Roja filial Estelí donde los participantes estuvieran accesible para responder cada una de las preguntas redactadas, siempre y cuando cumplieran con los criterios pertinentes.

4.6.3 Fase analítica

En esta fase se sistematizó cada una de los instrumentos aplicados, se procesaron y analizaron los datos obtenidos a través de una matriz de análisis y se procedió a la discusión de los mismos. Así mismo se utilizó un sistema de categorías dando salida a las preguntas de investigación planteadas, por ende, a cada uno de los objetivos, con los resultados obtenidos.

Se redactaron las recomendaciones, plan de Intervención, resumen y conclusiones de la investigación.

4.6.4 Informe final o fase informativa

En esta fase se realizó la redacción del documento con una estructura facilitada por la Facultad, así mismo se dan a conocer los resultados obtenidos del estudio de investigación, se realizó un reporte al jurado de la Universidad Nacional UNAN- Managua FAREM-ESTELI para concluir el seminario de graduación y obtener el título de Licenciatura en Psicología.

4.6.4. Consideraciones éticas

Los aspectos éticos que hay que tener en cuenta al momento de realizar el estudio con el personal de atención prehospitalaria son los siguientes:

Tener en cuenta el permiso de los encargados de la institución en el que se realizara el estudio.

- La participación de las personas seleccionadas como muestra, deber ser voluntaria ya que se debe tener la suficiente flexibilidad para que se decida si quieren o no participar.
- Tener el consentimiento de todos los involucrados en el estudio.
- Reservar la privacidad y la confidencialidad cuando sea posible ya que este principio lo que establece es la información de los participantes y que no se revele la fuente.
- Respeto a los participantes y demás funcionarios de la institución.
- Responsabilidad y puntualidad.

V.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

5.1. Resultado del listado libre

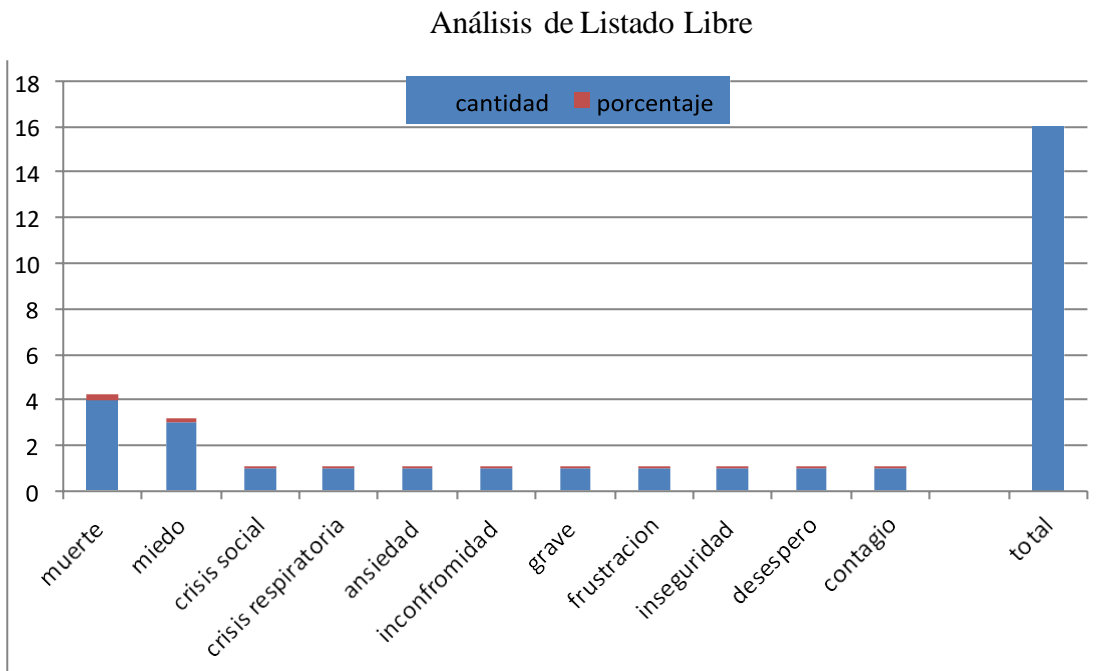
A continuidad, se mostrará una serie de análisis obtenidos en el proceso investigativo. A medida que se den a conocer los resultados se pondrán de manifiesto las opiniones de los investigadores.

Cabe destacar que dicho análisis se realizó de manera cualitativa, por medio de la información recopilada en los procesos de listado libre, entrevistas, grupo focal, toma de audio y observación a los y las participantes.

5.1.1 Objetivo 1.

Explorar las percepciones en el personal de atención prehospitalario de Cruz Roja Estelí con respecto a los daños causado por la COVID-19.

Figura1.



Se presenta el gráfico para visualizarlo de manera más clara aunque no representa ninguna cuantificación. Encontrando que la mayoría de los participantes perciben su trabajo como uno de los más expuestos tanto física como mentalmente.

Los cuatro miembros que fueron elegidos como muestra para esta investigación, son los encargados de brindar atención prehospitalaria en Cruz Roja Nicaragüense filial Estelí, todos coincidieron en que la palabra asociada es **muerte y miedo** en la aplicación del listadolibre; lo que refleja el sentir de este grupo.

La palabra muerte fue la primera frase enunciada durante esta aplicación, al preguntarles por qué sus respuestas más frecuentes fueron:

- ✓ *Por el contexto en el que vivimos, la muerte la hemos tomado con tanta naturalidad que a veces pensamos que eso no es tan bueno*
- ✓ *Cuando acudís a una llamada de una persona con sintomatología COVID, lo primero que piensas es que quizás lo en contras muerto*

La normalización de la muerte en este nuevo contexto de la COVID 19, para este grupo ha sido un tema de convivencia diaria, donde en los casos más frecuentes los pacientes que fueron atendidos en su mayoría fallecieron, significando para los encargados de asistirles es una carga emocional grande. Esto se agudiza con la exposición al desconsuelo de las familias atendidas que piden al personal ayuda para que sobrevivan, a la falta de quipos para brindar una mejor atención a cada una de las emergencias que se presentan, al sentido humano con el que laboran día a día.

Otra de las palabras que más asocio este grupo fue la palabra **Miedo**; el miedo a ser contagiados, a trasladar familiares o amigos cercanos, encontrar una escena desconsoladora, a no poder cumplir con éxito la misión encomendada, son parte de los temores con los que el personal prehospitalario de Cruz Roja Nicaragüense ha tenido que enfrentarse en este nuevo contexto.

“Quien diga que no ha tenido miedo en este contexto, está mintiendo”, expresa unos de los técnicos en emergencias médicas, pues ***“el miedo te entra desde que te levantas hasta que te acostas.”***

Como palabras menos frecuentes resaltan: *ansiedad, frustración, contagio*, entre otras; es importante reconocer en el personal la capacidad de identificar estas emociones, habilidad importante para realizar acciones personales para disminuir el impacto emocional en ellos.

5.1.2 Entrevista

Objetivo 2.

Describir las vivencias a nivel personal, familiar, y social en el personal de atención prehospitalario de Cruz Roja Estelí con respecto en el contexto de la COVID-19. Resultados de entrevista.

Tabla 2. Vivencias del personal de atención prehospitalaria

Vivencias a nivel personal, familiar y social en el personal de atención Prehospitalaria			
Preguntas	Opiniones de los informantes	Categoría	Análisis
¿Cómo ha sido su experiencia de ser parte del personal de atención pre hospitalario de Cruz Roja filial Estelí durante la situación de Pandemia?	Fue una experiencia muy buena, demandante y a la vez muy delicada, ya que nadie tenía experiencia en situaciones como esta.	Experiencia de ser parte del personal de atención pre hospitalario de Cruz Roja filial Estelí durante la situación de Pandemia	Para el personal fue una experiencia nueva, demandante y muy delicada debido a las condiciones en las que tendrían que laborar, a las dificultades que encontrarían en el camino y al miedo constante que vivían con cada servicio brindado. Sintieron frustración al inicio de la etapa más fuerte de la pandemia en el departamento ya que no tenían autorización de salir y prestar el servicio a personas con sintomatología y escuchaban en medios de comunicación noticias de personas que perdían la vida en sus casas de habitación por la falta de asistencia.
¿Cómo se sentía frente a la situación de	Durante el tiempo más fuerte de las atenciones el	Sentimiento frente a la situación de la	El personal de atención se sentía muy ansioso por brindar atención a personas con sintomatología, de igual forma sentía temor de

Vivencias a nivel personal, familiar y social en el personal de atención Prehospitalaria

Preguntas	Opiniones de los informantes	Categoría	Análisis
pandemia de la COVID-19?	personal se sintió muy ansioso y con alto nivel de temor a ser contagiados y vivir en carne propia los efectos de la enfermedad	pandemia	vivir en carne propia los efectos de la enfermedad. El pensamiento constante de que uno de sus familiares fuera positivo o desarrollara sintomatología o el pensamiento constante de que en cada servicio fuese un amigo o alguien cercano a ellos mantenía al equipo en constante preocupación.
¿Qué sentía usted, cuando estaba en situación de atención a pacientes positivos a la COVID-19?	El miedo fue una de las emociones que hasta el día de hoy el personal sigue experimentando debido a la exposición permanente a personas contagiadas con la enfermedad.	Sentimiento durante la atención de pacientes positivos de la COVID-19	“Como técnicos en emergencias médicas el miedo era inevitable” manifiesta uno de los 2 técnicos en emergencias médicas de Cruz Roja Nicaragüense, “estábamos frente a una realidad nunca antes vista en el país y pese a que se nos había mandado un protocolo de atención llegar a la escena era otra cosa”. Presenciar en carne propia los efectos de la enfermedad en la población fue una carga de sentimientos encontrados para el personal, “se hablaban tantas cosas en los medios y lo que se escuchaba de otras personas que cuando llegabas a una escena la realidad superaba cualquier especulación”
¿Qué tipos de emociones identificaba en esas situaciones?	A parte del miedo constante el personal sufrió de estrés, a tal nivel que algunos experimentaban síntomas parecidos	Emociones identificadas	“Miedo, quien diga que no sintió miedo estaría mintiendo” el grupo objeto de estudio manifiesta que el miedo estuvo y está presente hasta el día de hoy debido a los nuevos casos que salen todos los días. Expresan que “después de cada traslado nos satirizábamos y algunos hasta sentíamos los

Vivencias a nivel personal, familiar y social en el personal de atención Prehospitalaria

Preguntas	Opiniones de los informantes	Categoría	Análisis
	a los que padecen personas contagiadas		síntomas, pero era la mente la que te los creaba, unos sentíamos escalofríos, nos daban episodios de tos pero era un rato solo” estos síntomas que sentía parte del personal eran producto de la constate exposición a situaciones estresantes.
¿Qué es lo que más valoró en usted mismo y en otras personas en este tiempo de Pandemia?	La disposición a cumplir con la misión encomendada y el apoyo de los compañeros y de las autoridades de la institución fueron de gran beneficio para el grupo meta	Valoración propia y del equipo en el tiempo de pandemia	“primero que nada la disposición de todos a brindar auxilio a las personas que solicitaban de nuestros servicios” el equipo pese a las condiciones que sabían que enfrentarían tomaron la decisión firme de brindar los servicios a la población en general. “Nos mueve el principio de humanidad” manifiesta el equipo quien se mueve día a día con paso firme en cada atención. Resaltan que sin el apoyo incondicional de la dirección de la filial no hubiese sido posible cumplir con la misión que tenían, “las autoridades nos brindaron todo lo necesario durante el tiempo que estuvimos encerrados, nos garantizaron alimentación, kit de higiene, nos habilitaron servicios higiénicos solo para el equipo”
¿Cuáles consideró usted que fueron las relaciones más significativas durante el este tiempo que estuvo recluso en Cruz	Sin el apoyo de los compañeros de trabajo y de sus familias no habría sido posible cumplir con los objetivos que nos	Relaciones más significativas durante el este tiempo que estuvo recluso en Cruz Roja Estelí	“El apoyo de todo el equipo en mantenernos animados fue importante también para lograr sobrellevar esta tarea difícil” “El apoyo de nuestras familias y personas que al saber que estábamos reclusos se solidarizaron con nosotros y nos mandaban sus mensajes de solidaridad y apoyo y de igual

Vivencias a nivel personal, familiar y social en el personal de atención Prehospitalaria			
Preguntas	Opiniones de los informantes	Categoría	Análisis
Roja Estelí?	propusimos al asumir esta tarea tan difícil expresa el equipo de atención pre hospitalaria		forma cosas para nuestro cuidado” Las relaciones interpersonales forman un papel preponderante en estas situaciones ya que los lazos se fortalecen y la necesidad de tener personas con quienes podemos contar hace más liviana la carga de emociones negativas
¿Has reconocido algunas fortalezas durante este tiempo?	El trabajo en equipo y la capacidad de coordinar cada una de las acciones que realizábamos fueron las principales fortalezas que reconoce el grupo meta	Fortalezas reconocidas durante este tiempo	“principalmente el trabajo en equipo y fortalecer la capacidad de coordinación” fueron una de las principales fortalezas que el equipo reconoció durante la etapa más crítica de la pandemia. “El valor a la vida” en momentos adversos como los que vivió este equipo de trabajo el valor por la vida aumenta la hacer conciencia que un descuido o una simple negligencia pone en peligro tu propia vida, la vida de tu equipo de trabajo y la vida de tu familia, es por ello que la salud y la vida misma adquieren un valor mayor en estas situaciones.

El apoyo de la familia sin duda es uno de los motores más importantes para el personal de atención prehospitalaria de Cruz Roja Nicaragüense, sin embargo, el núcleo familiar también sufres los embates emocionales a igual o mayor cantidad que quienes laboran brindando las atenciones. *“El simple hecho de separarte de tu familia para poder ayudar aotras es una decisión bastante difícil”* manifiesta uno de los técnicos de CRN.

Las múltiples especulaciones que llegan, así como las noticias falsas alarman a sus seres queridos quienes sabiendo que es parte su trabajo y de lo que depende la familia no les queda más que afrontar la situación con mucho optimismo evitando caer en la desesperación.

Una vez que el personal salió del confinamiento, el miedo seguía latente y tomar las duras decisiones de no poder expresarles afecto a sus seres queridos debido al riesgo inminente de ser portadores de la enfermedad es una de las cosas que más ha afectado sus vidas; ***“Tenemos personas con enfermedades crónicas y nuestros hijos que son menores de edad, a quienes no hemos podido dar un abrazo después de llegar de cada jornada laboral”*** estas repercusiones aumentan los efectos que la pandemia ha dejado en el personal de atención pre hospitalaria de CRN quienes deberán seguir afrontando esta triste realidad.

Otro de los efectos que este contexto ha dejado en la población es el estigma hacia las personas afectadas y el personal de atención pre hospitalaria de CRN no es la excepción; la naturaleza del trabajo hace que las personas vean con miedo a estos. El estigma creado en la población, hace que quienes están en contacto directo con personas sospechosas o confirmadas de padecer la COVID-19 sufran de cierto rechazo y en el mayor de los casos sean condenadas al aislamiento social y empeorar las ya afectaciones emocionales que padecen.

Es por eso que una de las recomendaciones que el personal da es informarse de la mejor fuente y estar conscientes que quienes sufren los efectos de la pandemia necesitan un mayor apoyo de sus queridos y allegados, sobrellevar los efectos de la enfermedad en si es muy duro, hacerlo sin el apoyo de nadie es aún más difícil.

5.1.3. Grupo focal

Objetivo 3.

Conocer las repercusiones causadas en la salud mental en el personal de atención prehospitalaria de Cruz Roja Estelí en el contexto de la COVID-19. Resultados del grupo focal

Tabla 3. Repercusiones en la salud mental

Repercusiones en la salud mental en el personal de atención prehospitalaria			
Pregunta	Opiniones de los informantes	Categoría	Análisis de resultado
¿Qué opiniones tienen el personal de atención pre hospitalario cuando escuchan hablar sobre la COVID -19?	Las palabras miedo y muerte son las más frecuentes dentro del personal de atención pre hospitalaria al escuchar la palabra COVID-19, esto debido a los estragos percibidos en las personas contagiadas que fueron atendidas por este grupo.	Opiniones tienen el personal de atención pre hospitalaria cuando escuchan hablar sobre la COVID -19	Para el personal de atención pre hospitalaria de Cruz Roja Nicaragüense escuchar la palabra COVID-19, en lo primero que piensan es en el miedo a ser contagiados, la palabra muerte al estar en contacto con personas contagiadas y personas a las cuales encontraban fallecidas a causa de la enfermedad, frustración por el contexto en el cual les ha tocado trabajar; realidad que nunca habían experimentado y la cual fue un reto muy grande para el equipo. A pesar de lo duro que ha sido la experiencia el personal de Cruz Roja Nicaragüense ha logrado adaptarse al nuevo modo de trabajo y las condiciones en las cuales día a día deben enfrentar
¿Han observado cambios conductuales o actitudinales dentro del personal cuándo se habla atención a un paciente positivo a COVID-19?	Las medidas de bioseguridad permanentes, el temor a ser portadores les ha limitado las demostraciones afectivas para con sus familiares.	Cambios conductuales o actitudinales dentro del personal cuándo se habla atención a un paciente positivo a COVID-19.	Dentro de los cambios que el personal de atención prehospitalaria de Cruz Roja Nicaragüense destaca podemos mencionar, las medidas de bioseguridad permanentes en las atenciones no solo de personas sospechosas de portar la enfermedad de la COVID-19, sino también, en cada uno de los servicios brindados. El temor de ser portadores del virus y puedan contagiar a sus familiares, el hecho de no poder saludar de manera afectuosa a sus seres queridos cuando llegan a sus casas después de sus labores debido al peligro constante de ser

Repercusiones en la salud mental en el personal de atención prehospitalaria

Pregunta	Opiniones de los informantes	Categoría	Análisis de resultado
			portadores ha afectado la parte emocional del personal.
¿Cree que este nuevo contexto de vida ante la COVID-19 tendrán cambios en sus labores?	La adaptación al uso de equipos de protección personal que en años anteriores no utilizaban como lo son mascarillas N95, trajes tipo overol para el contacto con pacientes sospechosos o confirmados y el aislamiento en las unidades de atención.	Cambios labores en el contexto de la COVID-19	<p>Durante el contexto de la COVID-19 el personal de atención prehospitalaria de Cruz Roja Nicaragüense se ha tenido que acostumbrar al uso de un equipo de protección personal (EPP) distinto al que ya era habitual, ya que debido a la naturaleza del trabajo y el contexto en el que se desarrollan estas deben utilizar un traje especial aislante para prevenir el contagio por el contacto cuerpo a cuerpo, el uso prolongado de mascarillas N95 que representan un aumento en los niveles de estrés y ansiedad según sus experiencias ya que en ellos no era habitual.</p> <p>De igual forma el acondicionamiento de unidades para el específico traslado de pacientes con sintomatología asociada a la COVID-19.</p> <p>El miedo a atender emergencias médicas cuando hay quienes mienten en la sintomatología del paciente y al llegar al lugar encontrar con que es un caso posible de COVID-19 ha aumentado el nivel de miedo, estrés y frustración dentro del equipo de trabajo.</p>
¿Qué acciones se le han dificultado ante este nuevo estilo	El estar aislados de sus seres queridos es una de las cosas más difíciles para el	Acciones que se le han Dificultado ante este nuevo estilo	El aislamiento de sus queridos ha afectado de manera significativa al personal que ha estado brindando atención debido al peligro constante que sus labores representan.

Repercusiones en la salud mental en el personal de atención prehospitalaria

Pregunta	Opiniones de los informantes	Categoría	Análisis de resultado
de vida y laboral en el contexto de la COVID-19?	personal, la exposición a la información y la desinformación de igual o mayor grado.	de vida y laboral en el contexto de la COVID-19	La desinformación de medios de comunicación ha afectado el nivel de estrés del personal, ya que no se conocen datos específicos del contexto en el que se encuentran trabajando. Esto ha empeorado el nivel emocional de los familiares del equipo ya que debido a la falsa información que circula en algunos medios de comunicación la incertidumbre aumenta.
¿De qué manera cree que podrían mejorar las dificultades antes mencionadas?	Con espacios dirigidos por profesionales externos a la institución podríamos tener mayores beneficios y la creación de espacios lúdicos para el personal. Y aunque es un poco más difícil la contratación de una brigada más para que cada brigada tenga mayor tiempo de descanso	De qué manera cree que podrían mejorar las dificultades antes mencionadas	Con la creación de un espacio dirigido por profesionales externos a la institución donde el personal de atención pre hospitalaria pueda evacuar todas las emociones que el trabajo en el contexto de la COVID-19 ha dejado en ellos, el personal podría disminuir los efectos en la Salud Mental de estos. La habilitación de espacios lúdicos para el personal ayudaría a disminuir los efectos emocionales y psicológicos a los que el personal está expuesto día con día. La creación de una tercera brigada de atención pre hospitalaria beneficiaría a tener mayores horas de descanso entre cada turno.

Desde la aparición de la pandemia en el personal de atención prehospitalario de Cruz Roja Nicaragüense se ha enfrentado a una realidad nunca antes vista, esto debido a la naturaleza de la COVID-19 y los efectos catastróficos que ha representado para el mundo entero.

El impacto en la Salud Mental en la población en general es un problema a tratar con detenimiento para lograr sobre llevar las afectaciones emocionales en las familias que perdieron seres queridos, así como en aquellos que lograron sobrevivir a la enfermedad.

La incertidumbre, el estrés que conlleva las dificultades en la atención médica durante un brote epidémico como coronavirus (COVID-19), exige una especial atención a las necesidades de apoyo emocional del personal sanitario. Cuidarse a sí mismo y animar a otros a auto cuidarse mantiene la capacidad de cuidar a los pacientes.

Entre las afectaciones que el personal de primera respuesta ha enfrentado son:

- Gran estrés en las zonas de atención: Ayudar a quienes lo necesitan puede ser gratificante, pero también difícil, ya que los trabajadores pueden experimentar miedo, pena, frustración, culpa, insomnio y agotamiento.
- Exposición al desconsuelo de las familias: La crisis de la COVID-19 está exponiendo al personal sanitario a un sufrimiento intenso ante una muerte en aislamiento que tiene a las familias desconsoladas por no poder acompañar y ayudar a sus seres queridos.
- Dilemas éticos y morales: La falta de medios, la sobrecarga y la propia evolución incierta de los pacientes, hacen que en ocasiones el profesional se vea obligado a tomar decisiones complejas, en un breve tiempo, generando intensos dilemas morales y culpa.

Es por ello que tener conocimiento de técnicas de procesamiento de las emociones brindaría al equipo de trabajo mayores herramientas de afrontación durante el desarrollo de sus actividades, contar con estas herramientas disminuiría el impacto en las áreas antes mencionadas y poder mantener un equilibrio entre lo laboral y lo emocional, aspectos vitales para el éxito de sus funciones y beneficios de la población a quienes atienden.

Conscientes de la situación a la cual están expuestos, el personal de primera respuesta de Cruz Roja Nicaragüense, afirma tener la necesidad de un espacio de atención Psicosocial; pero que esta debe de ser dirigida por profesional externos para lograr mejores resultados en estos procesos.

5.1.4. Propuestas de estrategias

Objetivo Proponer estrategias Psicológicas que resultarían efectivas para lograr la adaptación a la nueva normalidad, tomando en cuenta el contexto de la COVID-19.

Es sumamente importante el personal de atención prehospitalaria ya que, no sólo se encuentran expuestas al contagio del virus, sino también a una carga emocional por las actividades que desenvuelven y las situaciones que enfrentan, muchas de las cuales están más allá de sus posibilidades. Debido a esto es preciso que cuenten con el debido acompañamiento emocional y Psicosocial.

Tomando en cuenta los aspectos expresados por cada uno de los integrantes de este grupo y las propuestas hechas por ellos mismos en donde reflejan la necesaria intervención por profesionales de las Salud Mental, además de una contar con herramientas propias que le beneficien a afrontar nuevas experiencias se proponen las siguientes estrategias conceptuales y prácticas para el beneficios de quienes han sufrido estas afectaciones

Estrategias psicológicas que resultarían efectivas para lograr la adaptación a la nueva normalidad tomando en cuenta el contexto de la COVID 19.

¿Qué es un grupo de autoayuda?

Los grupos de autoayuda, también conocidos como grupos de ayuda mutua, son redes de apoyo que se conforman para superar un problema común a sus miembros. Actualmente hay muchos tipos de autoayuda y funcionan en todo el mundo.(Sánchez, 2018)

Estos grupos de autoayuda están compuestos por un grupo de personas que comparten una condición, situación o experiencias comunes.

¿En que radica la eficacia de los grupos de autoayuda?

Los grupos de autoayuda incorporan una serie de mecanismos que han probado ser muy eficaces. El primero de ellos es, por supuesto, la esencia del grupo mismo: el apoyo mutuo. Este factor es decisivo en muchos casos. La persona se siente más fuerte cuando cuenta con el respaldo de todo un grupo. Esto facilita su cambio.

- **La verbalización del malestar.** Al hablar acerca de lo que aqueja o duele se producen al menos dos efectos. El primero, que la persona tiene la oportunidad de hacer más conscientes sus sentimientos e ideas, ya que debe organizarlas para comunicárselas a los demás. El segundo, que se libera de buena parte del peso que implica silenciar lo que le preocupa. Es lo que se llama catarsis
- **Efecto de identificación.** La identificación permite crear enlaces afectivos con los demás seres humanos. Al reconocer al otro como un semejante se da un gran paso en la recomposición del mundo afectivo y social. Los grupos de autoayuda promueven esa identificación
- **Aprendizaje interpersonal.** A través de los grupos de autoayuda unos aprenden de la experiencia de otros. Tienen en común un mismo problema. La forma como lo han vivido y lo han abordado aporta información y conocimientos para los demás

El grupo también se convierte en un factor de control para sus miembros. Esto es muy importante, por ejemplo, en las adicciones. En este caso, la comunidad ayuda a entender el deseo compulsivo y a canalizarlo en otra dirección.

Beneficios de estos grupos de autoayuda

Permitirá que el grupo pueda abordar las afectaciones que han tenido durante el contexto de la COVID-19 y determinar por cuenta propia cuáles son las herramientas personales con las que cuentan para afrontar estas afectaciones de igual forma poder obtener nuevas herramientas que sean de utilidad para afectaciones posteriores.

En principio, los grupos de autoayuda proveen un entorno de aceptación y acogida. Sirven como transición entre un estado de distanciamiento y el proceso de reintegración. Así mismo, la experiencia de estar con personas que tienen problemas similares puede incidir positivamente en la autoestima. En esos espacios nadie es “raro”. Esto fortalece la identidad.

De la misma manera, los logros de los demás se convierten en una motivación para seguir adelante. Muchos encuentran que no solo sufren de estas afectaciones y eso beneficia a motivar el cambio en el grupo meta.

Criterios para permanecer al grupo de autoayuda

- ✓ Haber prestado atención a personas confirmadas o sospechosas de padecer COVID19
- ✓ Estar conscientes de las afectaciones psicológicas que están padeciendo
- ✓ Disposición a pertenecer al grupo de autoayuda
- ✓ Ética de lo que se maneje dentro del grupo de autoayuda

Psicoeducación para el personal de atención prehospitalaria

La Psicoeducación como herramienta de cambio

La definición más general de Psicoeducación es describirla como una aproximación terapéutica, en la cual se proporciona al paciente y sus familiares información específica acerca de su enfermedad, tratamiento y pronóstico, basados en evidencia científica actual y relevante para el abordaje de la patología. Este término surge, en parte, del trabajo con familias de personas diagnosticadas con esquizofrenia, por George Brown en 1972, quien a partir de sus observaciones refirió que «en tanto más intolerantes, sobre involucrados, hostiles y críticos son los familiares, más frecuentes son las recaídas en los enfermos.(Godoy, 2020)

La Psicoeducación no solo hace referencia a la definición de un diagnóstico, sino también busca abordar situaciones cotidianas en la vida de las personas, que se vuelven complejas por el desconocimiento que supone esta crisis no normativa. De esta forma, se conceptualiza este modelo como una herramienta de cambio, porque involucra los procesos cognitivos, biológicos y Sociales particulares de cada individuo para garantizar la autonomía y mejorar la calidad de vida.

Es por esto que la terapia resultara efectiva para atender las necesidades emocionales en el personal que brinda atención prehospitalaria en Cruz roja nicaragüense. Al abordar a profundidad las afectaciones antes mencionadas el personal lograra ser conscientes de estas y lograr una mejoría temprana, de igual forma involucrar al núcleo familiar para que el efecto de esta terapia se extienda a aquellas personas que de manera indirecta sufren de estas afectaciones.

Uno de los principales efectos que tiene la Psicoeducación es consolidar el seguimiento de las indicaciones del equipo de salud, factor crucial para el éxito terapéutico. Esto se debe a que el paciente comprende de mejor manera su experiencia, le encuentra un sentido y percibe la empatía de los tratantes, quienes sugieren intervenciones ajustadas a su realidad. Además, esta comprensión genera un aumento en la motivación incrementando la adherencia terapéutica.(Abarca, 2020)

Retomando lo planteado de Para prevenir algunas de estas conductas, pensamientos y sentimientos nocivos, será beneficioso realizar actividades de desensibilización, relajación, distracción y reuniones de equipo cuando finalicen las jornadas laborales.(Urzua, Peganos, Polanco, & Ortiz, 2020)

5.1.5 Plan de Intervención dirigido al personal de atención prehospitalaria de Cruz Roja Nicaragüense, filial Estelí.

Objetivo del plan de intervención

Crear estrategias Psicológicas que resulten efectivos para la adaptación a la nueva normalidad en el personal de atención prehospitalaria de Cruz Roja Nicaragüense, tomando en cuenta el contexto de la COVID-19

Tomando en cuenta las afectaciones encontradas es necesario que este grupo lleve a caboun proceso psicoterapéutico de manera grupal e individual y así lograr una mejoría en las aéreas afectadas durante el contexto de atención a personas afectadas por la COVID-19.

Para la realización de este plan se realizarán una serie de intervenciones grupales e individuales con el grupo meta, abordando temáticas sobre emociones y control de

emociones. Se abordarán estas temáticas basándose en la importancia de las emociones y como estas pueden beneficiar o afectar nuestras vidas si no son tratadas con tiempo.

Propuestas de intervención.

Grupos de autoayuda basados en:

Manejo de emociones

- Lograr que el grupo meta identifique y exteriorice las emociones vividas durante la parte más crítica de atenciones a personas con COVID-19.
- Dotar al grupo de herramientas que beneficien el control de emociones

Técnicas

- ✓ Grupo de autoayuda
- ✓ Dialogo
- ✓ Silla Vacía

Afrontamiento de miedos.

- Que el grupo meta logre afrontar sus miedos
- Dotar de herramientas para el afrontamiento de los miedos

Técnicas

- ✓ Grupo de autoayuda
- ✓ Plan de vida

Como controlar la ansiedad

- Dotar al personal de herramientas básicas para el control de la ansiedad

Técnicas

- ✓ **Capacitación en estrategias de control de ansiedad**

Área	Técnica	Objetivo	Resultados esperados
Control de emociones	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Dialogo ✓ Silla vacía 	Lograr que el grupo meta identifique y exteriorice las emociones vividas durante la parte más crítica de atenciones	Grupo meta logrará identificar todas las emociones vividas durante las atenciones a personas contagiadas con la COVID-19

Área	Técnica	Objetivo	Resultados esperados
		a personas con la COVID-19	Identificara afectaciones a la Salud Mental y como estas han afectado sus vidas en lo personal, laboral y familiar. El grupo meta exteriorizara todas las emociones identificadas de manera espontánea y libre
Afrontación del miedo	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Grupo de autoayuda ✓ Plan de vida 	Lograr que el grupo logre afrontar los miedos adquiridos durante el contexto de la COVID-19	<p>Grupo meta logrará afrontar los miedos adquiridos durante el contexto de la COVID-19 y de esta forma lograr mejoría en las aéreas afectadas.</p> <p>El personal de dotará de herramientas de afrontamiento al miedo propuestas por Eric Protterat, como lo son:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Establecer metas ✓ Ensayar mentalmente ✓ Tener pensamientos positivos ✓ Activar el control
Control de ansiedad	✓ Capacitación	Dotar al personal de herramientas básicas para el control de la ansiedad	Grupo meta capacitado en herramientas básicas que beneficien el control de ansiedad.

Psicoeducación

Como parte de las actividades y con el fin de mejorar las actitudes y contribuir al mejoramiento de las afectaciones encontradas durante el proceso indagatorio con el grupo meta se propone el siguiente plan Psicoeducativo dirigido a fortalecer la inteligencia emocional del grupo meta.

Técnicas Psicoeducativas	Objetivo
Autoevaluación	Fomentar en cada uno de los integrantes del grupo la autoevaluación como herramienta de prevención de patologías psicológicas. Que el grupo meta realice autoevaluaciones grupales para fomentar la cohesión grupal, el trabajo en equipo y la resolución de conflictos.
Entrenamiento para el desarrollo emocional	Mejorar la autorregulación de las emociones Aprender a identificar sentimientos en sí mismos y en los demás para mejorar las relaciones interpersonales Mejorar el autoconcepto y la autoestima Mejorar la habilidad para resolver o evitar problemas o conflictos interpersonales
Descarga emocional	Entender el porqué de las emociones Compartir con otros sus propias emociones
Técnicas de relajación	Dotar al personal de técnicas de relajación que contribuyan a disminuir los niveles de estrés y ansiedad.
Entrenamiento en asertividad y habilidades sociales	Que el personal desarrolle habilidades como la asertividad y habilidades sociales beneficiaría a la creación de un ambiente óptimo de trabajo, así mismo, el desarrollo de estas habilidades ayudaría a mejorar las relaciones en el ámbito

Técnicas Psicoeducativas	Objetivo
	familiar.
Hábitos saludables	El personal gozará de hábitos más saludables, vitales para mantener un equilibrio cuerpo y mente.

5.1.6. Triangulación de resultados por objetivos

Tabla 4. Triangulación de resultados por objetivos

Triangulación de Resultados			
Resultados de listado libre	Resultados de entrevista	Resultados grupo focal	Elementos coincidentes
Como resultado de la aplicación del listado libre se obtuvo que. El personal de atención prehospitalaria de Cruz Roja Nicaragüense expresa de manera constante y en coincidente con el resto del grupo gran temor al momento de brindar atención a personas con sintomatología COVID 19; de igual forma un pensamiento permanente en la muerte debido a los estragos vistos en las personas atendidas.	En el con texto en el cual se encuentra el personal de atención prehospitalaria de Cruz Roja Nicaragüense, reconocen aspectos positivos tales como el apoyo recibido por parte de las autoridades de la institución y familiares, a pesar de que la misión ha sido muy difícil sin el apoyo principalmente de sus familias no habría sido fácil	Luego del desarrollo del grupo focal y posterior análisis de este, el grupo meta considera la necesidad de recibir atención especializada para tratar las afectaciones emocionales que han experimentado durante este contexto. Manifiestan que las afectaciones no solo han repercutido en sus relaciones personales y sociales, sino también en el entorno familiar; siendo estos quienes sufren de manera indirecta las afectaciones de cada uno	Se encontró que como resultado del análisis de los instrumentos aplicados; en el personal de Cruz Roja Nicaragüense que se dedica a brindar atención prehospitalaria sufre de un miedo constante al momento de brindar atención a personas con sintomatología de la COVID-19, el temor a la muerte es otro de los pensamientos recurrentes en este grupo, esto debido a las afectaciones de la enfermedad presenciada en los pacientes atendidos. De igual forma las repercusiones en las relaciones familiares es uno de los aspectos más relevantes que este

Triangulación de Resultados			
Resultados de listado libre	Resultados de entrevista	Resultados grupo focal	Elementos coincidentes
	sobrellevarla. El miedo constante a ser contagiados o ser portadores del virus y afectar a algún familiar.	de ellos. Alejarse de los seres queridos ha significado un golpe significativo para ellos, no poder brindar afecto después de cada jornada laboral a sus hijos o familiares cercanos ha ocasionado afectaciones emocionales que deben ser tratadas	grupo expresa al ser las familias afectadas indirectas del contexto en el cual ellos laboran.

De esta forma se puede concluir que el personal que labora en el área de atención prehospitalaria de Cruz Roja Nicaragüense y que ha estado expuesto a personas que han presentado sintomatología de la COVID-19 ha sufrido afectaciones psicológicas mayores desde que atendieron los primeros pacientes con estas características. Estas afectaciones consideran deben ser tratadas por un personal externo a la institución, esto para lograr un mejor resultado y beneficios de esta atención.

Involucrar al núcleo familiar en esta estrategia de atención resulta necesario para fortalecer los lazos y relaciones afectivas afectadas durante el contexto de la COVID-19, estas afectaciones a nivel familiar agravan el estado emocional en el personal ya que aparte de la preocupación constante por sus labores deben ocuparse de las necesidades afectivas de sus familias.

Es por ello que las autoridades internas de Cruz Roja Nicaragüense y las autoridades que rigen el sistema de Salud deben preparar estrategias efectivas para tratar estas afectaciones

y lograr brindar un estado psíquico y físico óptimo para quienes cumplen funciones dentro del sistema de salud, siendo la Salud Mental un eje indispensable para el funcionamiento del sistema de salud en general.

5.1.6. Discusión de resultados

Discusión de resultados

Como resultado de la aplicación de los instrumentos para la recopilación y análisis de datos necesarios para dar salida a los objetivos propuestos en esta investigación, el grupo de personas que brinda atención prehospitalaria a personas confirmadas o sospechosas de padecer la COVID-19 en la ciudad de Estelí, desde que fueron notificados que brindarían estas atenciones han sufrido afectaciones en la Salud Mental como resultado de la carga emocional, el estrés de cada servicio brindado y el miedo constante a ser contagiados.

Ricardo Lombardi en su libro, Coronavirus, distanciamiento social y el cuerpo en psicoanálisis, considera la conciencia de la muerte como un eslabón débil de la estructura mental, es por ello que, ese temor a la muerte ha hecho que este grupo de personas que brindan el servicio prehospitalario creen una pulsión a la muerte como mecanismo de defensa para poder sobrellevar la carga emocional propia del trabajo, y que esta se magnifica debido al contexto en la que actualmente se brindan estas atenciones. (Lombardi, 2020)

La desconexión de la realidad como herramienta de afrontamiento es para este grupo una herramienta “efectiva” según sus propias vivencias, la aleja del sufrimiento ajeno y les ayuda a mantenerse “fuertes” para las siguientes situaciones que deberán afrontar. Esta especie de “blindaje” como lo describe Miria Luisa Silva Checa, arrastra al individuo a sustituir sus emociones en lugar de reconocerlas, evitando de esta forma los procesos de duelo y las emociones que lo acompañan defendiéndose incesantemente de todo aquello que pueda afectarle emocionalmente y en este caso en particular, que afecte desempeño de sus labores.

Es por lo antes mencionado que se ve la necesidad de que este grupo de personas lleve procesos psicoterapéuticos de manera grupal e individual que beneficien la evacuación de todas estas emociones que no han podido ser expresadas y de esta forma poder evidenciar en el grupo problemas que estén ocultos debido a la desconexión de la realidad a la que se han sometido por todo este tiempo.

Lograr una readaptación integral (cuerpo y mente) en esta nueva realidad a la que todos estamos enfrentándonos, es el reto más grande que se tiene y este grupo de atención prehospitalaria, así como todo el sistema de salud a nivel nacional deberá recibir acompañamiento profesional para lograrlo. Es por ello que la formulación de estrategias psicológicas que faciliten este proceso es una de las tareas primarias para todos aquellos sectores encargados de velar por la integridad psíquica de las personas en general.

VI. CONCLUSIONES

Como resultado del análisis y discusión de resultados obtenidos después de la aplicación de los instrumentos propuestos para dar salida a los objetivos de esta investigación se llega a las siguientes conclusiones.

El personal de Cruz Roja Nicaragüense, filial Estelí, encargado de brindar atenciones pre hospitalarias esta consiente de los riesgos y daños a los cuales están expuestos y la necesidad de recibir una atención Psicológica profesional es una de las necesidades primarias que como afectados directos y como institución deben suplir en el menor tiempo posible.

Cada una de las experiencias vividas por este grupo de personas encargadas de brindar atención a personas contagiadas o sospechosas de padecer la COVID-19 han hecho la necesaria desconexión de las emociones para poner en cierta forma a salvo su Salud Mental, tatar de evitar la carga emocional de los familiares de cada uno de sus pacientes es una lucha incesante para ellos y el miedo a ser excluidos socialmente por la naturaleza desu trabajo es otros de los pensamientos que los aqueja constantemente. Estas vivencias han hecho que este pequeño grupo de personas valoren aún más sus vidas, tomando un sentido más profundo el hecho de gozar con una buena salud y estar en cierta medida un poco más protegidos que los demás ha hecho que el simple hecho de estar vivos adquiriera un valor preponderante para poder sentirse mejor con ellos mismos.

Las repercusiones en los distintos ámbitos ya sean estos familiar, laboral, y social han agravado las afectaciones en las Salud Mental de este grupo, siendo la familia un afectado indirecto de las vivencias de cada uno de sus familiares, la resignificación de los problemas cotidianos es uno de los aspectos que cada uno de ellos identifica en el núcleo familiar, en donde algunos problemas aminoran su importancia y otros se exacerban tales como las necesidades afectivas dentro del núcleo familiar más allá de las necesidades económicas; llevando a cada uno de ellos a un estado ambiguo, en donde el miedo a ser portadores de la

COVID-19 los aleja de la convivencia con sus seres queridos, siendo los hijos los más afectados por esta situación.

La necesaria formulación de estrategias psicológicas que ayude a mitigar los estragos que el grupo de atención prehospitalaria de Cruz Roja Nicaragüense ha venido sufriendo desde las primeras atenciones es una de las necesidades primarias que como institución y como individuos deben tomar en cuenta en el menor tiempo posible. Estas estrategias deben estar dirigidas a mejorar la condición actual de cada uno de los integrantes de este grupo, así como a brindarles herramientas de afrontamiento que les beneficien en el futuro, de igual forma que les permita transmitir las a los demás integrantes del núcleo familiar y laboral.

Tomando en cuenta todo lo antes mencionado se concluye que el personal de atención prehospitalaria de Cruz Roja Nicaragüense, debido a todas las experiencias vividas durante la atención a personas contagiadas o sospechosas de padecer la COVID-19 han sufrido un impacto significativo a nivel psicosocial, donde las afectaciones emocionales son las más preponderantes, esto debido a la carga emocional propia de las actividades realizadas durante la parte más crítica de la pandemia en la ciudad de Estelí.

VII. RECOMENDACIONES

Recomendaciones para el personal de atención prehospitalaria

- ✓ Cuidar las necesidades básicas
- ✓ Descanso
- ✓ Mantener en comunicación constante con sus seres queridos
- ✓ Limitar la exposición a los medios de comunicación
- ✓ Informarse con fuentes confiables
- ✓ Realizar auto evaluación de emociones y sensaciones
- ✓ Realizar actividades lúdicas
- ✓ Realizar ejercicio físico
- ✓ Mantener un ambiente laboral adecuado

Recomendaciones para Cruz Roja Nicaragüense, Filial Estelí

- ✓ Estar pendiente del estado físico y Psíquico del personal
- ✓ Crear espacios lúdicos
- ✓ Coordinar atención psicosocial externa para el personal de atención prehospitalaria
- ✓ Brindar condiciones para un mayor descanso
- ✓ Dotar al personal de datos reales y actualizados del contexto
- ✓ Contribuir a generar un ambiente laboral adecuado

Recomendaciones para el Ministerio de Salud

- ✓ Creación de un programa de atención Psicosocial que brinde atención al personal sanitario
- ✓ Publicación del desarrollo de la pandemia a todas las instituciones encargadas de brindar atención médica a la población
- ✓ Seguimiento continuo al estado psicológico del personal sanitario encargado de brindar asistencia a personas y familiares con sintomatología COVID-19
- ✓ Consultorías a profesionales de la Salud Mental para la creación de estrategias que beneficien al personal sanitario

Recomendaciones a la Facultad Regional Multidisciplinaria Estelí, FAREM-Estelí

- ✓ La capacitación de brigadas de apoyo Psicosocial para atender en tiempo de crisis
- ✓ Mantener a su personal y comunidad estudiantil informada con respecto al proceso de la pandemia
- ✓ Extremar medidas de bioseguridad entre la comunidad estudiantil y personal en general
- ✓ Crear espacios de autoayuda para personal vulnerable
- ✓ Realizar un censo de personas con padecimientos crónicos de la comunidad estudiantil y personal en general.
- ✓ Crear estrategias alternativas para las personas con padecimientos crónicos que no pueden asistir a las clases regulares

VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Abarca, F. (2020). *Psicoeducacion, beneficios* . Santiago, Chile.
- Academia de Ciencias de Nicaragua. (24 de Abril de 2020). *Academia de Ciencias de Nicaragua*. Obtenido de Academia de Ciencias de Nicaragua:
http://cienciasdenicaragua.org/images/noticias_pdf/LibroCOVID-19elcasodeNicaraguaACN2020.pdf
- Ángela María Campos Mahecha. (2020). *COVID-19: generalidades, comportamiento epidemiológico y medidas adoptadas en medio de la pandemia en Colombia*. Bogota-Colombia.
- Assistant, M. (19 de agosto de 2020). *Poblacion vulnerable frente a la Covid 19*. Obtenido de <https://ma.com.pe/poblacion-de-riesgo-quienes-son-los-mas-vulnerables-al-covid-19>
- Austre. (24 de marzo de 2011). *metodologia investigacion*. Obtenido de <https://sites.google.com/site/metodologiadelainvestigacionb7/capitulo-5-sampieri>
- Balluerka, N., Gomez, J., Hidalgo, D., Gorostiaga, A., Espada, P., Padilla, J., & Santed, A. (14 de abril de 2020). *Informe de investigacion* . Obtenido de <https://canal.ugr.es/wp-content/uploads/2020/05/Consecuencias-psicologicas-COVID-19.pdf>
- Betancourt, Z. V. (10 de Noviembre de 2020). *Departamento de Psicología Aplicada, Centro Universitario de Ciencias de la Salud*. Obtenido de Revista Talento, Inteligencia y Creatividad :
[http://www.talincrea.cucs.udg.mx//sites/default/files/ARTICULO%20DOMINIOS%20CULTURALES%20DE%20EXPERTOS_27-41%20\(2\).pdf](http://www.talincrea.cucs.udg.mx//sites/default/files/ARTICULO%20DOMINIOS%20CULTURALES%20DE%20EXPERTOS_27-41%20(2).pdf)
- Bravo, C. U. (2020). *Cuidando el bienestar emocional de los profesionales sanitarios en tiempos de Covid-19*. cuba.
- Checa, M. L. (21 de Febrero de 2014). *Sociedad de psicoanalisis*. Obtenido de http://www.bivipsi.org/wp-content/uploads/Caliban_Vol13_No2_2015_-esp_p99-115.pdf

- Commodari, V. L. (15 de Octubre de 2020). *Science Direct*. Obtenido de Public Health: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0033350620303310?via%3Dihub>
- Covid19, G. d. (25 de Marzo de 2020). *Protocolo para la intervencion en salud mental durante pandemia Covid 19*. Obtenido de <https://msfcovid19.org/wp-content/uploads/2020/04/EXT006-SM-Hosp-La-Paz-Protocolo-intervenci%C3%B3n-en-salud-mental-COVID19-20200325-V6-OK.pdf>
- Cruz Roja Nicaraguense. (13 de marzo de 2020). *Cruz Roja Nicaraguense*. Obtenido de <https://cruzrojanicaraguense.org/personal-de-cruz-roja-nicaraguense-se-capacita-sobre-el-covid-19-coronavirus/>
- Deming, W. E. (2020). *Un mundo, una salud: la epidemia por el nuevo Corona Virus COVID-19*. España: DOI: 10.1016/j.medcli.2020.02.002.
- diariofarma. (6 de 10 de 2020). Obtenido de <https://www.diariofarma.com/2020/03/27/enfermedad-por-coronavirus-covid-19-informacion-cientifico-tecnica>
- Diaz, Z. L. (18 de Septiembre de 2020). *Academia de ciencias de cuba*. Obtenido de Academia de ciencias de cuba: <file:///C:/Users/pc/Downloads/839-1548-2-PB.pdf>
- Díaz-Victoria, A.-R. (20 de septiembre de 2020). *Salud UIS*. Obtenido de Salud UIS : <file:///C:/Users/pc/Downloads/11207-Texto%20del%20art%C3%ADculo-76561-2-10-20200805.pdf>
- García, J. W. (25 de septiembre de 2020). *COVID-19: generalidades, comportamiento epidemiológico y medidas adoptadas en medio de la pandemia en Colombia*. Obtenido de <https://revista.acorl.org.co/index.php/acorl/article/view/519/430>
- Godoy, D. (2020). *Psicoeducación en salud mental: una herramienta para pacientes y familiares*.
- Gurdián-Fernández, A. (23 de Octubre de 2020). *El Paradigma Cualitativo*. Obtenido de <https://web.ua.es/en/ice/documentos/recursos/materiales/el-paradigma-cualitativo-en-la-investigacion-socio-educativa.pdf>
- Health, P. (s.f.). *Agency of canada*. Obtenido de <https://www.canada.ca/content/dam/phac-aspc/documents/services/publications/diseases-conditions/coronavirus/covid-19-vulnerable-populations/covid-19-vulnerable-populations-spa.pdf>

- Hernandez, M. C. (21 de septiembre de 2020). *Divergentes*. Obtenido de <https://www.divergentes.com/el-golpe-de-la-covid-19-en-el-seno-tabacalero-y-una-zona-fronteriza-al-norte-de-nicaragua/>
- Herrero, M. T. (20 de Junio de 2020). *Criterios de vulnerabilidad frente a infección Covid-19 en trabajadores*. Obtenido de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-62552020000200004
- infocop. (03 de 10 de 20). *consejo general de la psicología de españa* . Obtenido de http://www.infocop.es/view_article.asp?id=8789&cat=51
- Jaramillo-Moncayo. (2020). *La COVID en las Americas*. Chile.
- Lombardi, R. (2020). Coronavirus, distanciamiento social y el cuerpo en psicoanálisis. *aperturas psicoanalíticas*, <https://www.aperturas.org/articulo.php?articulo=0001129>.
- López. (10 de 11 de 2020). *Universidad de Puerto Rico*. Obtenido de Centro de investigaciones educativas: http://cea.uprrp.edu/wp-content/uploads/2013/05/grupo_focal.pdf
- Maya, M. (14 de septiembre de 2020). *Revista de Psicología Social* . Obtenido de <file:///E:/seminario%20de%20graduacion/covid/Social%20Psychology%20and%20COVID%2019%20Monographic%20issue%20of%20the%20International%20Journal%20of%20Social%20Psychology%20La%20Psicolog%20a%20Social%20ante%20el%20COVID%2019%20N%20mero.pdf>
- MF, F. (23 de 10 de 2020). *Características de la enfermedad COVID-19*. Obtenido de https://www.fundacionmf.org.ar/visor-producto.php?cod_producto=5639
- Monclús, S. S. (8 de Julio de 2020). *Instituto Superior de Estudios Psicologicos - ISEP*. Obtenido de Instituto Superior de Estudios Psicologicos - ISEP: <https://www.isep.es/actualidad-psicologia-clinica/inseguridades-y-miedos-a-la-hora-de-volver-a-la-normalidad/>
- MONTERO), M. (s.f.). *psicología social comunitaria* .
- Morgan, R. (1 de Septiembre de 2020). *TEORÍA Y TÉCNICA DE LA ENTREVISTA*. Obtenido de RED TERCER MILENIO: http://www.aliat.org.mx/BibliotecasDigitales/salud/Teoria_y_tecnica_de_la_entrevista.pdf

- Muñoz, T., Cortez, F., Vallejo, R., & Diaz, G. (14 de Mayo de 2020). *Riesgos y daños en la salud mental del personal sanitario por la atención a pacientes con COVID-19*.
Obtenido de <https://revistamexicanadeurologia.org.mx/index.php/rmu/article/view/653/863>
- Organizacion de Naciones Unidas. (13 de Mayo de 2020). *Covid 19 y salud mental*.
Obtenido de https://www.un.org/sites/un2.un.org/files/policy_brief_-_covid_and_mental_health_spanish.pdf
- Organizacion Mundial de la salud. (14 de ABRIL de 2020). *COVID 19*. Obtenido de https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/covid-strategy-update-14april2020_es.pdf
- Organizacion Mundial de la Salud. (13 de Septiembre de 2020). *Organizacion Mundial de la Salud*. Obtenido de <https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses>
- Organizacion Panamericana de la Salud . (12 de Marzo de 2020). *Covid y Salud Mental*.
Obtenido de <file:///C:/Users/HP/Downloads/covid-19-salud-mental- venezuela.pdf>
- Ortiz, U. P. (18 de septiembre de 2020). *Revista Interamericana de psicologia*. Obtenido de Interamerican Journal of Psychology:
<http://rephip.unr.edu.ar/bitstream/handle/2133/18298/coping-coronavirus-covid-19-americas-mental-health.pdf?sequence=3&isAllowed=y>
- Otzen, M. (02 de Marzo de 2017). *Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio*.
Obtenido de <https://scielo.conicyt.cl/pdf/ijmorphol/v35n1/art37.pdf>
- Paho.org. (19 de Mayo de 2020). *Plan de accion OPS-OMS frente a la COVID 19 en Honduras*. Obtenido de Plan de accion OPS-OMS frente a la COVID 19 en Honduras: <https://www.paho.org/es/file/68748/download?token=uOGUOwRp>
- Pérez, Gómez, & Guach., D. (24 de Abril de 2020). *Revista Habanera de Ciencias Medicas*. Obtenido de Características clínico-epidemiológicas de la COVID-19: <http://www.revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/article/view/3254/2562>
- Perez, J. A. (2020). *la Psicologia Social ante la COVID-19*. Granada- España.
- Perez, M. S. (12 de Abril de 2020). *La Psicología Social ante el COVID-19*. Obtenido de file:///C:/Users/pc/Downloads/PsicologiaSocial_COVID19.pdf

- PortalFarma. (17 de Septiembre de 2020). *Farmacéuticos*. Obtenido de <https://www.portalfarma.com/Profesionales/campanaspf/Asesoramiento-salud-publica/infeccion-coronavirus-2019-nCoV/Documents/Informe-tecnico-Coronavirus.pdf>
- Psiquiatria, S. E. (2020). *CUIDANDO LA SALUD MENTAL DEL PERSONAL SANITARIO*. Madrid.
- Ramirez, M. F. (20 de septiembre de 2020). *science direct*. Obtenido de <https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S0212656720301876?token=B5E848CBC9CB833D801B4F1C24AF5C5D6B8616EF0A92A71C12257F302F31A6EAC322A4AB051236644B1DACF5DC4F04E8>
- Rivas, F. (jueves de abril de 2020). */www.fundacionmf.org.ar*. Obtenido de https://www.fundacionmf.org.ar/visor-producto.php?cod_producto=5639
- Rodríguez, J. H. (Marzo de 2020). *Revista científica Villa Clara*. Obtenido de Medicentro Electronico: <http://medicentro.sld.cu/index.php/medicentro/article/view/3203/2588>
- Ruiz, A. L. (2020). *¿Por qué el psicoanálisis en tiempos de pandemia?* salud, o. m. (2020). *COVID-19: cronología de la actuación de la OMS*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news/item/27-04-2020-who-timeline---covid-19>
- Sánchez, E. (2018). *Grupos de autoayuda: ¿cuál es su utilidad?* Bogota.
- Solis, L. D. (4 de Febrero de 2020). *Investigalia*. Obtenido de La entrevista en la Investigacion Cualitativa: <https://investigaliacr.com/investigacion/la-entrevista-en-la-investigacion-cualitativa/>
- Telesur.net. (07 de septiembre de 2020). *Telesur hd*. Obtenido de Covid 19 y Trabajadores: <https://www.telesurtv.net/news/coronavirus-conoce- impacto-trabajadores-salud-covid-20200907-0056.html>
- Urzua, Peganos, Polanco, & Ortiz. (15 de Mayo de 2020). *Revista Interamericana de psicologia*. Obtenido de <https://www.binasss.sa.cr/bibliotecas/bhp/covid/mental.pdf>
- Valiñas, J. (2020). *El psicoanálisis en tiempos de pandemia*.
- Villalobos, R. (12 de agosto de 2020). *portalfarma.com*. Obtenido de <https://www.portalfarma.com/Profesionales/campanaspf/Asesoramiento-salud-publica/infeccion-coronavirus-2019-nCoV/Documents/Informe-tecnico-Coronavirus.pdf>

Villaroel, P. V. (21 de septiembre de 2020). *Cuadernos de Neuropsicología / Panamerican Journal of Neuropsychology* . Obtenido de Cuadernos de Neuropsicología / Panamerican Journal of Neuropsychology :
file:///C:/Users/pc/Downloads/CuadernosdeNeuroCOVID-19%20(2).pdf

IX. ANEXOS

Anexo 1. Listado Libre

Listado libre para explorar la percepción del riesgo del personal de atención pre hospitalaria de Cruz Roja Nicaragüense filial Estelí

Instrucción

Le invitamos a participar como informante en el estudio investigativo sobre el análisis de las repercusiones psicosociales que ha causado la Pandemia de la COVID-19 en el personal de atenciones pre hospitalarias de Cruz Roja Nicaragüense filial Estelí. Este instrumento tiene como objetivo explorar la percepción del riesgo del personal de atención pre hospitalaria de Cruz Roja Nicaragüense filial Estelí, con respecto a los daños causados por el COVID-19.

- I. Mencione que palabra o frase se te viene a la mente cuando digo la palabra: “COVID-19”

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

- II. Ahora le pedimos que nos digas que por que asocias a:
Cada una de tus respuestas.

Yo he respondiéndolo: _____ por qué: _____

Yo he respondiéndolo: _____ por qué: _____

Yo he respondiendo: _____ porqué: _____

Yo he respondiendo: _____ porqué: _____

Edad _____ años Sexo: Masc () Fem ()

Muchas gracias por su colaboración.

Anexo 2. Entrevista

Guía de entrevista semiestructurada a personal de atención pre hospitalaria de Cruz Roja Nicaragüense filial Estelí.

El objetivo de este instrumentó es describir las vivencias a nivel personal, familiar y social del personal de atención pre hospitalaria de Cruz Roja Nicaragüense filial Estelí a raíz del COVID-19.

Fecha: _____

Hora de inicio de: _Entrevistado: _____

Lugar:

Hora de término: _____Entrevistador:

Instrucción

Se les solicita esta entrevista valorando la importancia, de describir las vivencias personales, familiares, y social que tiene como parte del personal de atención prehospitalario de Cruz Roja filial Estelí, y es necesario conocer el sentir de ustedes ante esta realidad que viven, para poder intervenir de forma eficiente en la atención del personal. Le realizaré algunas preguntas los cuales les pido me respondan y le agradezco su colaboración.

Preguntas.

1. ¿Cómo ha sido su experiencia de ser parte del personal de atención pre hospitalario de Cruz Roja filial Estelí durante la situación de Pandemia?
2. ¿Cómo se sentía frente a la situación de pandemia de la COVID-19?
3. ¿Qué sentía usted, cuando estaba en situación de atención a pacientes positivos a la COVID-19?

4. ¿Qué tipos de emociones identificaba en esas situaciones?
5. ¿Qué es lo que más valoró en usted mismo y en otras personas en este tiempo de Pandemia?
6. ¿Cuáles consideró usted que fueron las relaciones más significativas durante el este tiempo que estuvo recluido en Cruz Roja Estelí?
7. ¿Qué disfruto hacer durante ese tiempo? ¿Por qué?
8. ¿Cómo sentía que eran sus días durante este periodo de Pandemia?
9. ¿Has reconocido algunas fortalezas durante este tiempo?
10. ¿Cree usted que podría hacer lo mejor en otro tipo de situaciones de emergencia?

Anexo 3.Grupo Focal

Guía de grupo focal para conocer las repercusiones en la salud mental causadas en el personal de atención pre hospitalaria de Cruz Roja Nicaragüense filial Estelí en el contexto de la COVID-19.

Instrucción

Les invitamos a participar como informante en el estudio investigativo sobre el análisis de las repercusiones psicosociales que ha causado la Pandemia de la COVID-19 en el personal de atención prehospitalaria de Cruz Roja Nicaragüense filial Estelí. Este instrumento tiene como objetivo conocer las repercusiones en la salud mental causadas en el personal de atención prehospitalaria de Cruz Roja Nicaragüense filial Estelí, con respecto a los daños causados por la COVID-19.

- I. ¿Qué opiniones tienen el personal de atención pre hospitalaria cuando escuchan hablar sobre la COVID -19?
- II. ¿Han observado cambios conductuales o actitudinales dentro del personal cuando se habla atención a un paciente positivo a COVID-19?
- III. ¿Cree que este nuevo contexto de vida ante la COVID-19 tendrán cambios en sus labores?
- IV. ¿Qué acciones se le han dificultado ante este nuevo estilo de vida y laboral en el contexto de la COVID-19?
- V. ¿De qué manera cree que podrían mejorar las dificultades antes mencionada?