

El impacto que la crisis sanitaria Covid19 ha tenido en las emociones y comportamiento de las personas en el Ecuador

Alex Mauricio Robayo Villalta
Alejandra Carolina Arcos
Vilma Raffo Babici

El impacto que la crisis sanitaria Covid19 ha tenido en las emociones y comportamiento de las personas en el Ecuador

Alex Mauricio Robayo Villalta
Alejandra Carolina Arcos
Vilma Raffo Babici

Este libro ha sido debidamente examinado y valorado en la modalidad doble par ciego con fin de garantizar la calidad científica del mismo.

© Publicaciones Editorial Grupo Compás
Guayaquil - Ecuador
compasacademico@icloud.com
<https://repositorio.grupocompas.com>



Robayo, A., Arcos, A., Raffo, V. (2023) El impacto que la crisis sanitaria Covid19 ha tenido en las emociones y comportamiento de las personas en el Ecuador. Editorial Grupo Compás

© **MSc. Alex Mauricio Robayo Villalta**
CONSEJO DE EDUCACIÓN SUPERIOR (CES),
MSc. Alejandra Carolina Arcos
DOCENTE MEDIO TIEMPO UNEMI VIRTUAL
DRa. Vilma Raffo Babici
SUBDECANA DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD Y
DESARROLLO HUMANO UNIVERSIDAD ECOTEC

ISBN: 978-9942-33-686-6

El copyright estimula la creatividad, defiende la diversidad en el ámbito de las ideas y el conocimiento, promueve la libre expresión y favorece una cultura viva. Quedan rigurosamente prohibidas, bajo las sanciones en las leyes, la producción o almacenamiento total o parcial de la presente publicación, incluyendo el diseño de la portada, así como la transmisión de la misma por cualquiera de sus medios, tanto si es electrónico, como químico, mecánico, óptico, de grabación o bien de fotocopia, sin la autorización de los titulares del copyright.



Índice

Índice	1
CAPÍTULO 1	2
CAPÍTULO 2.....	7
CAPÍTULO 3.....	13
CAPÍTULO 4.....	16

CAPÍTULO 1

En Ecuador la entidad encargada de las situaciones de riesgos y desastres son los Centros de Operaciones de Emergencia (COE) a nivel Nacional, Provincial, Municipal y Parroquial, que; (...)“*Son instancias interinstitucionales responsables en su territorio de coordinar las acciones tendientes a la reducción de riesgos, y a la respuesta y recuperación en situaciones de emergencia y desastre*”(…), conformados por la Secretaría Nacional Técnica de Riesgos encargada de su conformación y funcionamiento, ha recurrido a la cuarentena y al distanciamiento social para lograr reducir la tasa de infección y minorar los sistemas de salud nacionales que hoy en día se encuentran en colapso por falta de personal e insumos médicos.

En la parroquia de Calderón ubicada al noroccidente de la ciudad de Quito/Ecuador existe un número de pacientes que asisten a terapia psicológica en el Centro Psicológico Acuarela que han padecido COVID-19, siendo una de las parroquias más afectadas.

Existen sobrevivientes a la enfermedad con secuelas físicas y emocionales que afecta las diferentes áreas de su vida, como; el área laboral, social, familiar y el individuo en la relación con su entorno.

Si bien en nuestro país existen lineamientos operativos para la intervención de salud mental en la emergencia sanitaria establecidas por el Ministerio de Salud Pública del Ecuador, a través de la organización en los servicios de salud mental en razón de la tipología actual, no abordan la problemática emocional de las personas que han sufrido deterioro emocional a causa de la infección de covid en la presente pandemia. Es por ello que en el “Centro Psicológico Acuarela” ha implementado “un plan de intervención psicológica de afrontamiento al Covid 19” con el fin de orientar y guiar acciones dentro del campo de la Salud Mental para sobrellevar y apoyar el bienestar mental y psicosocial orientado a diferentes grupos que han sufrido la enfermedad o se sientan afectados por el aislamiento que provoca.

El libro aporta a la comunidad y a los profesionales una mayor atención en el campo de la salud mental, sobre todo en el abordaje de problemas emocionales provocados y desarrollados durante la pandemia por medio de la aplicación de la herramienta psicológica de Test DASS-21 y el desarrollo del cuestionario de afrontamiento permitiendo conocer el estado emocional en las dimensiones de depresión, ansiedad y estrés y el nivel de afrontamiento desarrollada como herramienta de diseño que permita abordar un plan de

intervención psicológica. Es así que el presente estudio proyecta contribuir con el desarrollo personal, emocional y social, de las personas y su capacidad de afrontamiento al Covid 19 mediante la intervención terapéutica en el Centro Psicológico Acuarela ubicado en la parroquia de Calderón en la ciudad de Quito/Ecuador brindando el apoyo para confrontar las secuelas emocionales provocadas por la pandemia y los efectos postpandémicos.

En las conclusiones del estudio se detallan las estrategias utilizadas para detectar y abordar situaciones emocionales críticas con la finalidad de realizar el diseño de un plan de intervención psicológica postcrisis Covid-19.

A menudo, los desafíos y las experiencias vitales estresantes posibilitan descubrir o potenciar fortalezas personales y modificar la visión de nosotros mismos, de los demás y del mundo hacia modelos más gratificantes. Así, de situaciones como la pandemia por COVID -19 pueden surgir y reforzarse la comprensión, la aceptación del cambio, la resistencia, el compromiso, el altruismo o la solidaridad.

Lamentablemente, la experiencia puede también producir un impacto no deseado, disfuncional o no adaptativo, especialmente cuando se prolonga más allá de las primeras semanas o meses, y llegar a interferir gravemente en el desarrollo vital de los individuos.

La OMS ha advertido que el impacto en la salud mental de una epidemia, generalmente, es más fuerte entre quienes viven en situación de exclusión social o las personas mayores. En este marco, resulta importante reconocer las diferencias de vulnerabilidad de los distintos grupos poblacionales, en especial las relacionadas con el género, la edad, y el nivel socio-económico. ¹

El conjunto de situaciones generadas por la pandemia de COVID-19 tiene características propias. Ciertamente, es difícil, si no imposible, encontrar en la historia reciente una amenaza comparable, por su extensión geográfica, por sus efectos para la salud de la población, por su impacto económico, por su duración o por la incertidumbre sobre nuestra vida y nuestros hábitos. Desde el punto de vista de su afectación a la vida cotidiana, la pandemia implica fuentes de estrés intensas y de diversa naturaleza, que conviene identificar y considerar de vital importancia.

¹ Organización Panamericana de la Salud (OPAS). Unidad de Salud Mental y Uso de Sustancias (OPS/OMS). Protección de la salud mental y atención psicosocial en situaciones de epidemias. 2016. [accesado 2020 Abr 8]. Disponible en: https://www.paho.org/disasters/index.php?option=com_docman&view=download&category_slug=informes-tecnicos&alias=2539-proteccion-salud-mental-atencion-psicosoci

Frente al etiquetaje y la pseudoexplicación psicopatológica, asumiremos un modelo radicalmente contextualista, según el cual los comportamientos, problemáticos o no, nacen en la transacción biográfica permanente del individuo con los contextos en los que habita y con los sucesos que tienen lugar en ellos, y no pueden entenderse al margen de dicha transacción. Es obvio que la respuesta a esta situación, que nos recuerda dolorosamente que vivimos de modo ineludible en comunidad y que cada 'yo' forma parte de un 'nosotros', pasa por la adopción de cambios en los contextos laboral o económico.

Durante el confinamiento, los dos factores que más afectan al bienestar físico y psicológico son la pérdida de hábitos y rutinas y el estrés psicosocial, de acuerdo al primer estudio que analiza el impacto psicológico de la cuarentena por COVID-19 en China (Wang, 2020)

Trastornos por estrés durante y luego de la cuarentena en epidemias y pandemias pasadas
La implementación de una estricta cuarentena nunca antes vista en China mantuvo un largo número de personas en aislamiento y afectó muchos aspectos de sus vidas. Los resultados de diversos estudios durante epidemias pasadas sugieren que el impacto psicológico de la cuarentena es amplio, sustancial y puede durar mucho tiempo después de la exposición².

Algunos brotes infecciosos previos han provocado graves consecuencias físicas y mentales en los individuos afectados (sobrevivientes, viudos, huérfanos, trabajadores de salud, entre otros), como ocurrió con la enfermedad por el virus del Ébola (EVE) que se inició en la República del Congo y fue declarado como emergencia de salud pública entre los años 2014 y 2016.

Diversos estudios demostraron que entre 27,5 % al 83,3 % de individuos afectados por EVE presentaron síntomas de ansiedad y entre 12 a 75 % de ellos presentaron síntomas depresivos. En estas investigaciones se observó que tanto los síntomas de depresión como los de TEPT podrían alterar el juicio, por lo que constituían un riesgo para contraer la EVE debido a que las actividades preventivas, en esta población, se acataban en menor medida. Se observó también que los altos niveles de ansiedad se asociaron con más actividades de prevención, como el lavado de manos y la búsqueda de información confiable, lo que sugirió que las personas ansiosas podían mantener altos niveles de vigilancia o preocupación sobre la EVE y, de esta manera, disminuir las tasas de contagio.³

² Lee SM, Kang WS, Cho AR, Kim T, Park JK. Psychological impact of the 2015 MERS outbreak on hospital workers and quarantined hemodialysis patients. *Compr Psychiatry*. 2018; 87: 123-7.

³ Cénat JM, Mukunzi JN, Noorishad P-G, Rousseau C, Derivois D, Bukaka J. A systematic review of MHPSS programs among populations affected by the Ebola virus disease. *J Psychosom Res*. 2020: 109966.

Aunque ha sido complejo establecer consensos sobre muchos aspectos, es esta diversidad la que ha posicionado a psicólogas y psicólogos como “expertos de la subjetividad” en el mundo moderno. El amplio abanico de saberes y prácticas de la psicología, como tecnología humana. (ROSE, 1998) abren la posibilidad de ofrecer diversos modos de operar en el espacio individual, familiar, grupal, institucional, educativo, laboral, jurídico, entre otros (Talak)

El aislamiento sanitario y la infancia La infancia en el Occidente moderno, como lo han mostrado diversos estudios, tiene una historia (Ariès, (1987)) Si hasta el siglo XVII no constituían una población claramente diferenciada del mundo de los adultos, niñas y niños son considerados actualmente como individuos cuyo derecho a un pleno desarrollo (físico, mental y social) y a expresar libremente sus opiniones es necesario garantizar y proteger (UNICEF, 2015).

En sintonía con las recientes recomendaciones establecidas por el Colegio Oficial de la Psicología de Madrid (Madrid., 2020), es necesario señalar el rol crítico que madres, padres y otras figuras de apego cumplen en la protección y promoción de la resiliencia infantil en situaciones de fuerte adversidad como la que se está viviendo, mediante el despliegue de diversas competencias parentales. (Gómez, 2019).

El desarrollo de trastornos va a depender en gran medida del riesgo psicosocial, y éste se define como la probabilidad de que un evento traumático exceda un valor específico de daños, en términos sociales y de salud mental. Sería el producto de la interacción entre las condiciones externas (amenaza) e internas (vulnerabilidad) y estaría relacionado también con la presencia de otros riesgos (ambientales, sanitarios, económicos, etc.)⁴. En el caso de una pandemia es importante entender que, aunque no se haya sufrido directamente la enfermedad, ésta ha podido o puede llegar a afectar en alguna medida a la salud mental de cualquier persona. En otras palabras, no es necesario haber estado infectado para ser un afectado por el Covid-19.

Realmente la irrupción de la pandemia en nuestro país ha sido una gran tragedia que nos ha obligado a cambiar nuestras vidas, renunciar a nuestro modus vivendi, al menos temporalmente, y tener que despedirnos de planes, sueños, trabajos y expectativas. Todo ello ha provocado un clima social de incertidumbre y miedo, y ambos han generado a su vez

⁴ Protección de la salud mental y atención psicosocial en situaciones de epidemias. Unidad de Salud Mental y Uso de Sustancias, Organización Panamericana de la Salud (OMS 2016)

unos niveles de ansiedad variables en todos los miembros de la sociedad. Más allá de eso, durante la pandemia nos hemos podido tener que enfrentar a sufrir la enfermedad, a perder a seres queridos sin tener oportunidad de despedirnos y a veces con la sensación de cada una de esas muertes habría sido evitable, también podemos tener que enfrentarnos, ahora o en el futuro, a situaciones de precariedad económica, conllevando todo ello una preocupación grave y constante. Y esta coyuntura puede ser germen de múltiples problemas que abarcarían desde cuadros subclínicos hasta el desarrollo de Trastornos Mentales de carácter severo.

Si analizamos la situación podríamos dividir a la población general en cuatro grupos, y dado que estos no son mutuamente excluyentes, una misma persona puede pertenecer hasta a tres de ellos. 1- Personas exclusivamente confinadas. 2- Personas que han padecido la enfermedad de forma grave o muy grave. 3- Personas que han perdido a algún familiar o allegado, por o durante la epidemia. 4- Sanitarios que han trabajado con personas enfermas de Covid-19 o con fallecidos. También nos vamos a encontrar a muchísimas personas que no desarrollarán ningún tipo de problema, este grupo podría estar compuesto mayoritariamente por aquellos que no han sufrido ningún fallecimiento familiar y a los que la situación económica generada por el confinamiento, aunque les haya afectado, no haya provocado situaciones de precariedad.

También se han visto agravados los casos de violencia de género e intrafamiliar, los abusos, las adicciones y las enfermedades mentales graves, en estos casos pueden haber aparecido o aparecer intentos autolíticos o suicidios consumados. Factores como los patrones sociales y culturales, la personalidad, la edad, el sexo, el acceso a informaciones distorsionadas en los intercambios limitados aun en condiciones de distanciamiento, o a través de las tecnologías de la información, la presencia de trastornos mentales preexistentes, son algunos de los elementos que influyen en la asertividad para tomar decisiones. Es por ello, que, desde la etapa actual de enfrentamiento a la pandemia, juega un papel fundamental, la labor educativa constante del personal de la salud, acompañado por los factores de la comunidad.

CAPÍTULO 2

Por tales motivos, es imprescindible diseñar un plan de intervención psicológica que mejore el nivel de afrontamiento post Covid 19 en los pacientes que asisten al Centro Psicológico Acuarela ubicado en la parroquia de Calderón en la ciudad de Quito/Ecuador.

Se realizó un estudio descriptivo transversal, cuasiexperimental con un enfoque profesionalizador a través de una muestra no probabilística. Se aplica en el estudio una variable independiente, con una variable categórica (cualitativa), nominal. El alcance de estudio es Exploratorio se utiliza instrumentos de medición y técnicas en los pacientes por medio de un cuestionario que determina el nivel de afrontamiento. Se aplicó la Escala DASS-21 (Depression Anxiety Stress Scale), test constituido por tres partes que evalúan de forma independiente la depresión, ansiedad y estrés, que permitieron analizar y evaluar mediante datos estadísticos la implicación emocional que ha causado el covid 19 durante este tiempo de pandemia. Los resultados generales obtenidos manifiestan que el nivel de afectación emocional de los pacientes que se evaluaron mediante el plan de intervención psicológica en el Centro Psicológico Acuarela fue elevado en 73,86% y una afectación media en un 26,14%, además se determinó que existe una mayor relación entre el nivel de afrontamiento y el estado de estrés que con los estados de ansiedad y depresión. El plan de intervención psicológica postcrisis Covid-19 como propuesta consta de 15 protocolos enfocados en prevención, contención, comunicación y apoyo psicológico.

La pandemia del COVID-19, provocada por el virus que causa el síndrome respiratorio agudo severo se ha extendido a nivel mundial, siendo Ecuador uno de los países con mayor número de casos en Sudamérica. Dentro de nuestro contexto sociocultural se evidencia en especial el cambio de la rutina diaria, afectando de forma directa nuestro desenvolvimiento en las diferentes esferas de nuestra vida, como nuestras actividades personales, familiares, laborales, deportivas y profesionales, que antes las realizábamos en espacios adecuados y preparados, y que a partir de la pandemia todas las facetas en mención nos hemos visto en la obligación de realizarlos en el mismo espacio y lugar, limitando nuestro contacto social dentro de sus diferentes contextos en especial en compartir momentos de alegría, preocupación, tristeza cuando un ser especial nos necesita, por lo que nos llega a provocar afectaciones emocionales y psicológicas de manera generalizada.

A partir del desencadenamiento de la pandemia se ha generado una emoción básica en el ser humano como el miedo que se expresa como una reacción normal y natural ante las circunstancias amenazantes que vivimos en la actualidad. Esta emoción es el mecanismo de alerta para prepararnos de posibles situaciones que nos puedan generar peligro y la manera de reacción y precaución con el fin de sufrir el menor daño posible, adaptándonos y siendo recursivos al momento de actuar para protegernos.

Todos los seres humanos experimentamos las emociones de manera única, por lo que las manifestaciones postcrisis causadas por la pandemia han sido de carácter negativo tales como, la incertidumbre, ira, sensación de soledad y tristeza, desencadenando síntomas de ansiedad, estrés y depresión a partir de las experiencias, creencias y como se sobrelleva los sucesos ante la situación actual, siendo expresadas algunas emociones innatas y otras aprendidas. Es por ello que debemos aprender a manejar y expresar las emociones de una manera apropiada para relacionarnos en nuestro ámbito personal, familiar y social, controlando las distorsiones que suceden en nuestro pensamiento, orientando y potenciando el control del impacto emocional y psicológico provocado por la pandemia.

Dentro del análisis de este contexto, se ha tomado en consideración para reducir el impacto emocional y psicológico producido por la pandemia y reducir niveles de ansiedad, estrés y depresión en el comportamiento de las personas, dando la apertura para obtener resultados en relación al comportamiento de los pacientes, creando la posibilidad de diseñar y planificar medidas efectivas para abordar la pandemia (Urzúa et al., 2020).

Fundamentación Teórica

Afrontamiento

La conceptualización y definición de afrontamiento se desarrolla en relación a los criterios de varios autores.

El afrontamiento son aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo. (Lazarus y Folkman, 1984).

El afrontamiento es conocido como los esfuerzos del comportamiento que el individuo realiza para lidiar con la influencia del ambiente, estos esfuerzos se conjuntan para mantener los procesos vitales (Chayput y Roy, 2007).

El afrontamiento y la adaptación son conceptos muy importantes para la calidad de vida de la persona, ya que son fenómenos dinámicos en los cuales se realizan procesos de integración entre el individuo y el entorno, que generan estilos y estrategias para afrontar una situación. (Gutiérrez, 2009, p. 203).

Salud Mental

Se concibe por salud mental a la capacidad del individuo, del grupo y del ambiente, de interaccionar de forma que promueva el bienestar, el desarrollo y las habilidades mentales (cognitivas, emocionales y relacionales). (Saraceno, 2005).

La salud mental se concibe como un estado de bienestar integral de un individuo, una percepción subjetiva que le permite afrontar las demandas cotidianas de manera eficaz, determinando su capacidad intrínseca de resolver conflictos y alcanzar cierto nivel de adaptación efectiva al entorno. La salud mental proporciona equilibrio cognitivo, emocional y conductual, la satisfacción de las necesidades y contribuye preservar la salud física. Es esencial para mantener la capacidad de expresar los sentimientos, pensar, comunicarse e interactuar con otras personas, disfrutar la vida y funcionar individual y colectivamente. La salud mental está determinada por elementos socioeconómicos medioambientales y físicos o biológicos, así como factores inherentes a la personalidad y a la esfera psicológica (OMS, 2018).

Confinamiento

El movimiento asociativo Plena Inclusión, refiere que el confinamiento es una medida extraordinaria y de emergencia tomada por el gobierno por la que se decreta el cierre de establecimientos de ocio, turísticos, culturales y en la que se restringen los desplazamientos de la población de la zona confinada a movimientos de carácter laboral, asistencial, emergencia o aprovisionamientos de comida o productos farmacéuticos.

Depresión

La depresión desde el punto de vista médico es una enfermedad severa que ocasiona cambios en la memoria y el pensamiento, en el estado de ánimo, en el funcionamiento físico y en el comportamiento (Cardona-Pescador, 1990).

La Asociación Americana de Psiquiatría, Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales DSM-5, 2014 (DSM-V) señala la clasificación de los trastornos ligados a la depresión en: trastorno de desregulación disruptiva del estado de ánimo, trastorno de

depresión mayor (episodio depresivo mayor), trastorno depresivo persistente (distimia), trastorno disfórico premenstrual, trastorno depresivo inducido por una sustancia o medicamento, trastorno depresivo debido a otra afección médica, otro trastorno depresivo especificado y no especificado.

Beck y Snell (1889) refieren que los factores psicológicos asociados a la depresión presentan diferentes estilos de respuestas y acumulación de estresores en la vida cotidiana del individuo, siendo las causas esenciales que favorecen al desarrollo de la depresión.

Ansiedad

La ansiedad es una respuesta emocional, o patrón de respuestas, que engloba aspectos cognitivos desagradables, de tensión y aprensión; aspectos fisiológicos, caracterizados por un alto grado de activación del sistema nervioso autónomo y aspectos motores que suelen implicar comportamientos poco ajustados y escasamente adaptativos. La respuesta de ansiedad puede ser provocada tanto por estímulos externos o situacionales como por estímulos internos al sujeto, tales como pensamientos, ideas, imágenes, que son percibidos por el individuo como peligrosos o amenazantes. El tipo de estímulos (internos y externos) capaces de evocar la respuesta de ansiedad estará, en gran parte determinado por las características del sujeto, existiendo notables diferencias individuales en cuanto a la propensión a manifestar reacciones de ansiedad ante las diversas situaciones. (Tobal, 1990).

“El enfoque cognitivo, de Beck (1997), manifiesta que la ansiedad es un estado emocional subjetivo y desagradable que se encuentra determinado por sentimientos desagradables tales como la tensión, el nerviosismo, acompañado de síntomas fisiológicos que pueden presentar signos en la persona, tales como, temblores, náuseas, vértigo y palpitations cardíacas.

Estrés, respuestas emocionales, Factores de Riesgo y Protectores

Estrés

El estrés es una respuesta adaptativa ante un estímulo externo o interno, que superan las capacidades de adaptación provocando cambios a nivel biológico y/o psicológico que pueden conllevar a una persona al estado de enfermedad (Plaza, 2007).

Plaza (2007) refiere dos formas que se desarrolla el estrés para ser catalogada como una enfermedad, siendo una de ellas las conductas de riesgo a causa del consumo de un agente externo al organismo produciendo ansiedad y depresión (fumar o beber alcohol); y por

respuestas hormonales motivadas por el afrontamiento al agente estresor de manera activa provocada (características de la persona “estresores” o actividad laboral).

Respuestas emocionales

Las respuestas emocionales son aquellas que no involucran a estímulos cognitivos conscientes, es decir, existen circunstancias en las que el impulso sensorial directo transita a través de la vía neuronal que alerta al organismo de manera automática en momentos de peligro como un sistema de alarma inicial (Lazaruz, 1984; Zajonk, 1994).

Según el modelo tridimensional de la ansiedad propuesto por Lang (1968), Entendemos por emoción a la experiencia multidimensional que se interrelacionan en 3 sistemas de respuesta: cognitivo/subjetivo; conductual/expresivo y fisiológico/adaptativo las cuales no funcionan de forma sincrónica al momento de generar una respuesta ya que adquieren una especial relevancia en una emoción en concreto que dependen de la situación establecida.

Factores de Riesgo

Los factores de riesgos son altos niveles de estrés, que pueden provocar circunstancias que antepongan un proceso suicida provistas por diferentes situaciones de vulnerabilidad en circunstancias individuales (biológicas o psicológicas, o ambas) y la acumulación de situaciones estresantes o una situación aguda (ej. muerte de un ser querido en la pandemia), detonando un proceso suicida que puede pasar de ser ideada por el individuo a ser ejecutada (Tomicic et al, 2016).

Factores Protectores

Al identificar los factores de protección principales que contrarreste el comportamiento desarrollado en el factor de riesgo es necesario crear interacciones con agentes significativos, como la presencia de vínculos afectivos que determinen el apoyo de familiares, amistades o relaciones de pareja, desarrollando habilidades sociales, identidad personal, empatía, comunicación tolerancia a los cambios de su entorno que generan aspectos protectores, sostén emocional y mejora de su sentido de vida, permitiendo que la persona considere tener un sentido de vida, siendo un potente factor protector en frente al suicidio. (Martínez et al, 2014).

Psicopatología y manejo de personas de salud durante la pandemia por covid - 19 (Cambios psicológicos hábitos y conductas y su relación con el covid).

El ser humano al encontrarse en aislamiento social, sin poder moverse de forma libre y tener un limitado contacto con las demás personas de su entorno se vuelve vulnerable en la salud mental, llegando a presentar complicaciones psiquiátricas manifestando síntomas aislados que pueden llegar a desarrollar un trastorno mental tal como ansiedad, depresión, trastorno por estrés postraumático. En el contexto de la pandemia debemos considerar la pérdida de funcionamientos habituales de la persona exteriorizándose a través del desánimo y aislamiento teniendo un contexto de un estado de duelo. (Kim H-C, 2018).

CAPÍTULO 3

Covid -19

En China, el 12 de diciembre de 2019, específicamente en la ciudad de Wuhan se encontraron los primeros casos de coronavirus que se manifestaron como los primeros casos de neumonía llegando a ser los causantes de afecciones respiratorias severas lo que provocó que a partir del 11 de marzo de 2020 la Organización Mundial de la Salud (OMS) declare la “pandemia por coronavirus 2019” (Covid 19). (Palacios Cruz, et al., 2020).

La pandemia provocada por el Covid-19 llegó a nuestro país (Ecuador) el 29 de febrero de 2020 lo que a posterior declaró a través del Ministerio de Salud Pública el estado de emergencia en los establecimientos de salud a nivel nacional.

Es por ello que podemos definir al Covid-19 como; la enfermedad infecciosa provocada por el coronavirus por medio del SARS-CoV-2 que desencadena enfermedades respiratorias. (Rodríguez-Morales, et al., 2020).

La Sintomatología que provoca el Covid-19 son fiebre, tos, disnea del sueño y dificultades respiratorias (Rodríguez-Morales, et al. 2020), otras sintomatologías destacadas en algunas personas son dolores musculares, dolor de garganta y de pecho, desorientación, vómitos y nauseas (Palacios Cruz, et al., 2020).

La forma de transmisión es a través del contacto directo por medio de los fluidos respiratorios y bucales que son expulsados del cuerpo mediante la tos, el estornudo y falta de higiene adecuada transmitiendo a través de las manos, superficies y aire; Otra forma de transmisión se da de manera asintomática al estar con personas contagiadas que no presentan síntomas y que pueden desarrollar la enfermedad un tiempo después (Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social, 2020).

Afrontamiento emocional ante la pandemia de covid -19

Para señalar la definición del concepto de afrontamiento procedemos a dar por conocido los criterios de algunos autores. Tenemos que considerar que el afrontamiento y la adaptación son conceptos que definen nuestra capacidad en la vida dentro de nuestro contexto social, establecidos como fenómenos dinámicos que cumplen con procesos de integración entre el individuo y el entorno, organizando estilos y estrategias para afrontar una situación (Gutiérrez, 2009, p. 203).

El afrontamiento se lo conoce como los esfuerzos del comportamiento que el individuo realiza para contener la influencia del ambiente, los esfuerzos realizados por el individuo se vinculan entre sí para conservar los procesos vitales (Chayput y Roy, 2007).

En el artículo realizado por Nereida J. y María F con el título “Afrontamiento del COVID-19: estrés, miedo, ansiedad y depresión” publicado por la Universidad técnica de Ambato, menciona la posibilidad de que nuestra salud o de nuestro familiares o seres queridos sea afectada, siendo una fuente natural de preocupación y ansiedad. Hoy en día, es muy frecuente identificar en la mayoría de personas, emociones como la ansiedad, el miedo, la tristeza, estrés e ira, lo que ha provocado diferentes maneras de afrontar las alteraciones emocionales causadas por la pandemia del Covid 19.

Encuesta

Para la elaboración del trabajo final se realizó una encuesta a los pacientes que asistieron al Centro Psicológico Acuarela un cuestionario que determina el nivel de afrontamiento de forma online por medio de Google Forms. Ver Anexo 1.

También se realizó la aplicación de la Escala DASS-21 (Depression Anxiety Stress Scale), ver Anexo 2, el presente test se encuentra organizado en tres partes que valoran la depresión, ansiedad y estrés de forma independiente (Antúnez y Vinet, 2012).

La aplicación de la escala DASS-21 se compone de 21 ítems. Presenta opciones de respuesta que dispone entre las cuales tenemos: 0 (cero): no me ha ocurrido; 1 (uno): me ha ocurrido un poco, o durante parte del tiempo; 2 (dos): me ha ocurrido bastante, o durante una buena parte del tiempo; y 3 (tres): me ha ocurrido mucho, o la mayor parte del tiempo (Ozaniz-Etxebarria, 2020).

Procedimientos

1. Se realizó la revisión bibliográfica acerca de la situación global y nacional con respecto a la alteración emocional que provocada la pandemia de Covid-19.
2. Se realiza la investigación acerca del afrontamiento de la Covid-19 y los efectos emocionales provocados en la postpandemia.

3. Se realiza la Aplicación del Test DASS-21 y el cuestionario de afrontamiento en los pacientes que asisten al Centro Psicológico Acuarela, se realiza la Tabulación, análisis e interpretación de resultados de las emociones en las dimensiones de depresión, ansiedad y estrés tabuladas en el Anexo 3, Anexo 4 y Anexo 5 del presente trabajo final.
4. Revisión bibliográfica acerca de la situación global y nacional con respecto a la bioseguridad laboral provocada por la pandemia por la Covid-19.
5. Investigación acerca del afrontamiento de la Covid-19 y la bioseguridad laboral.
6. Aplicación del Test DASS-21 y cuestionario de afrontamiento a los trabajadores de la empresa SEMAICA por vía online el cual se replicó mediante el Técnico de Seguridad Industrial y Salud Ocupacional de proyecto.

CAPÍTULO 4

Nivel de afrontamiento

Para conocer el nivel de afrontamiento del grupo de estudio, se aplicó un cuestionario a través de Google Forms, identificando los siguientes resultados:

Pregunta 1 de cuestionario de Afrontamiento Postcrisis Covid-19

¿Logro desconectarme en mi tiempo libre la situación que se atraviesa actualmente debido a la crisis causada por la pandemia?

Tabla 1: Resultado Pregunta 1. Cuestionario de afrontamiento de la pandemia.

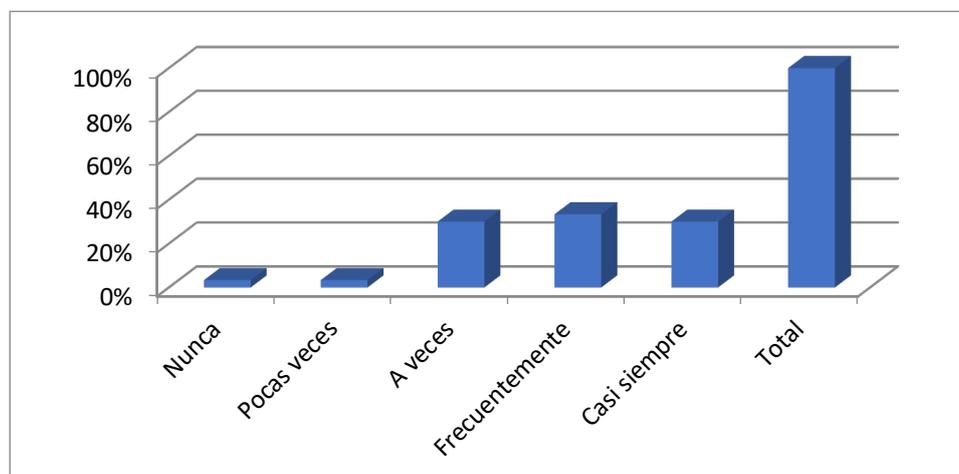
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Nunca	1	3%	3%	3%
Pocas veces	1	3%	3%	7%
A veces	9	30%	30%	37%
Frecuentemente	10	33%	33%	70%
Casi siempre	9	30%	30%	100%
Total	30	100%	100%	

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Ilustración 1: Cuestionario de afrontamiento de la pandemia.

Resultado Pregunta 1



Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

De un total de 30 pacientes se identificó los siguientes resultados en relación a la pregunta 1; un paciente que representan al 3% nunca, 1 paciente, equivalente al 3% pocas veces, 9 pacientes igual al 30% a veces, 9 pacientes correspondiente al 30% casi siempre y 9 pacientes igual al 30 % casi siempre logran desconectarse en su tiempo libre de la situación que se atraviesa actualmente debido a la crisis causada por la pandemia.

Pregunta 2 de cuestionario de Afrontamiento Postcrisis Covid-19

Tengo el gusto de realizar las cosas que antes me daba tranquilidad y bienestar.

Tabla 2: Resultado Pregunta 2. Cuestionario de afrontamiento de la pandemia.

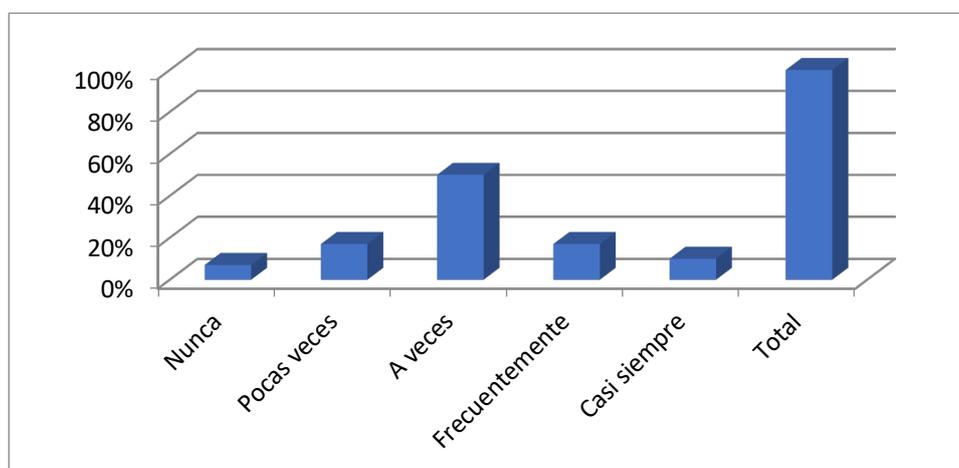
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Nunca	2	7%	7%	7%
Pocas veces	5	17%	17%	23%
A veces	15	50%	50%	73%
Frecuentemente	5	17%	17%	90%
Casi siempre	3	10%	10%	100%
Total	30	100%	100%	

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Ilustración 2: Cuestionario de afrontamiento de la pandemia.

Resultado Pregunta 2



Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

De un total de 30 pacientes se identificó los siguientes resultados en relación a la pregunta dos; 2 pacientes que representan al 7% nunca, 5 pacientes, equivalente al 17% pocas veces, 15 pacientes igual al 50% a veces, 5 pacientes correspondiente al 17% casi siempre y 3 pacientes igual al 10% casi siempre tienen el gusto de realizar las cosas que antes les daba tranquilidad y bienestar.

Tabla 3: Resultado Pregunta 3. Cuestionario de afrontamiento de la pandemia.

Tengo preferencia estar solo/a incluso en mi casa.

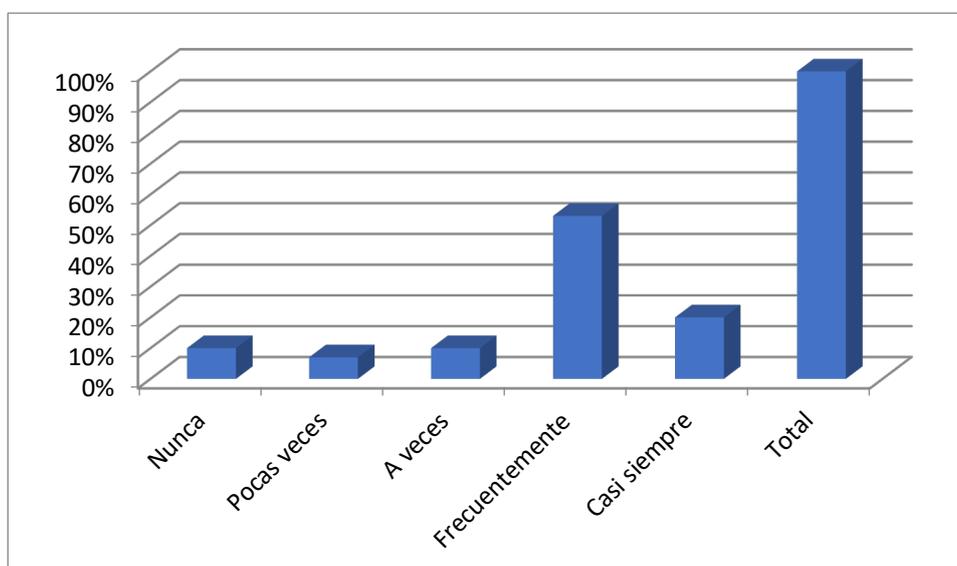
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Nunca	3	10%	10%	10%
Pocas veces	2	7%	7%	17%
A veces	3	10%	10%	27%
Frecuentemente	16	53%	53%	80%
Casi siempre	6	20%	20%	100%
Total	30	100%	100%	

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Ilustración 3: Cuestionario de afrontamiento de la pandemia.

Resultado Pregunta 3



Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

De un total de 30 pacientes se identificó los siguientes resultados en relación a la pregunta tres; 3 pacientes que representan al 10% nunca, 2 pacientes, equivalente al 7% pocas veces, 3 pacientes igual al 10% a veces, 16 pacientes correspondiente al 53% casi siempre y 6 pacientes igual al 20% casi siempre tienen preferencia a estar solo/a incluso en su casa.

Tabla 4: Resultado Pregunta 4. Cuestionario de afrontamiento de la pandemia.

Siento que culpo, molesto y/o me burlo de los demás por las afecciones emocionales que ha provocado la pandemia

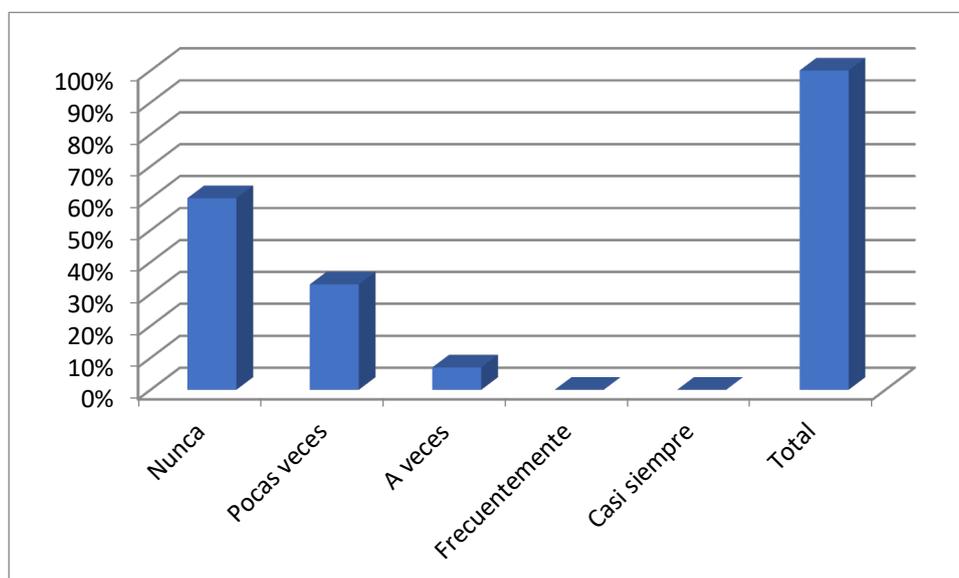
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Nunca	18	60%	60%	60%
Pocas veces	10	33%	33%	93%
A veces	2	7%	7%	100%
Frecuentemente	0	0%	0%	100%
Casi siempre	0	0%	0%	100%
Total	30	100%	100%	

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Ilustración 4: Cuestionario de afrontamiento de la pandemia.

Resultado Pregunta 4



Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

De un total de 30 pacientes se identificó los siguientes resultados en relación a la pregunta dieciocho; 18 pacientes que representan al 60% nunca, 10 pacientes, equivalente al 33% pocas veces, 2 pacientes igual al 7% a veces sienten que culpan, molestan y/o se burlan de los demás por las afecciones emocionales que ha provocado la pandemia. No se identifican rangos de “Frecuentemente o Casi siempre” en esta pregunta.

Tabla 5: Resultado Pregunta 5. Cuestionario de afrontamiento de la pandemia.

Siento reacciones fisiológicas intensas (sobresaltos, sudoración, mareos, falta de respiración, insomnio, etc.), relacionadas con la crisis provocada por la pandemia.

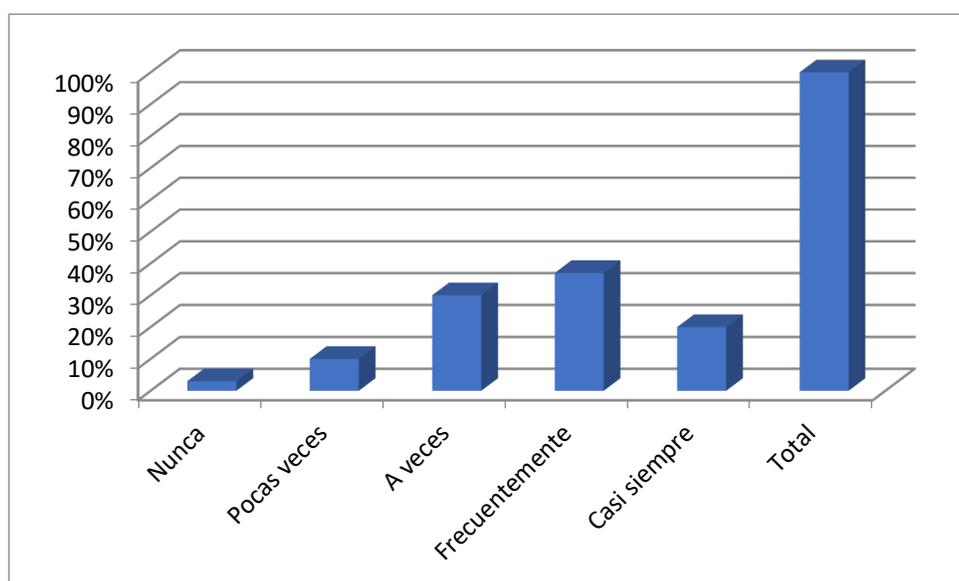
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Nunca	1	3%	3%	3%
Pocas veces	3	10%	10%	13%
A veces	9	30%	30%	43%
Frecuentemente	11	37%	37%	80%
Casi siempre	6	20%	20%	100%
Total	30	100%	100%	

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Ilustración 5: Cuestionario de afrontamiento de la pandemia.

Resultado Pregunta 5



Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

De un total de 30 pacientes se identificó los siguientes resultados en relación a la pregunta 5; 1 paciente que representan al 3% nunca, 3 pacientes, equivalente al 10% pocas veces, 9 pacientes igual al 30% a veces, 11 pacientes correspondiente al 37% casi siempre y 6 pacientes igual al 20% casi siempre tienen preferencia a estar solo/a incluso en su casa.

Tabla 6: Resultado Pregunta 6. Cuestionario de afrontamiento de la pandemia.

Creo que la salud mental no es abordada de forma eficiente por las entidades de salud gubernamentales y/o privadas.

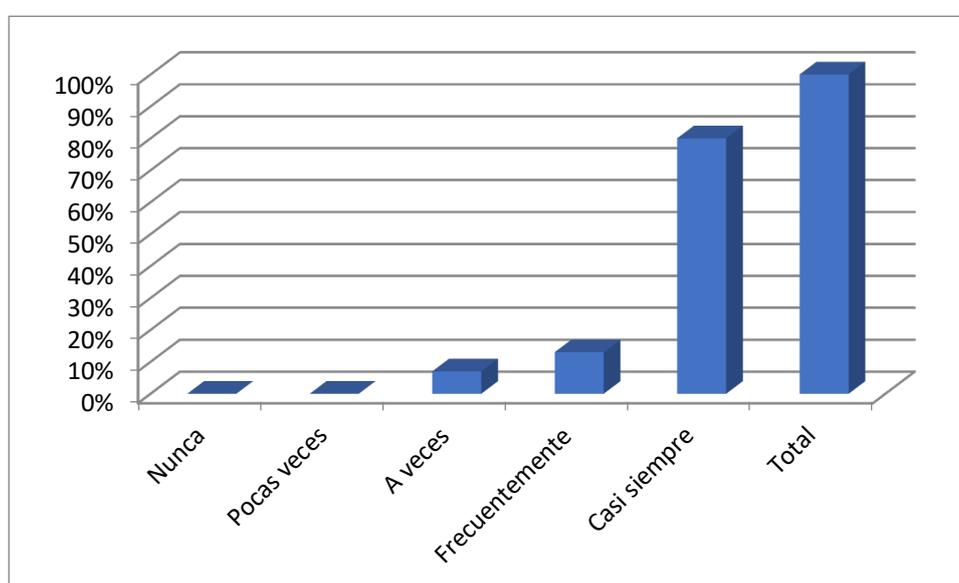
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Nunca	0	0%	0%	0%
Pocas veces	0	0%	0%	0%
A veces	2	7%	7%	7%
Frecuentemente	4	13%	13%	20%
Casi siempre	24	80%	80%	100%
Total	30	100%	100%	

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Ilustración 6: Cuestionario de afrontamiento de la pandemia.

Resultado Pregunta 6



Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

De un total de 30 pacientes se identificó los siguientes resultados en relación a la pregunta 6; 2 pacientes que representan al 7%, 4 pacientes, equivalente al 13% frecuentemente, 24 pacientes igual al 80% casi siempre creen que la salud mental no es abordada de forma eficiente por las entidades de salud gubernamentales y/o privadas. No se identifican rangos de “nunca o pocas veces” en esta pregunta.

Tabla 7: Resultado Pregunta 7. Cuestionario de afrontamiento de la pandemia.

Tengo una gran preocupación por contagiarme, me provoca una tensión difícil de sobrellevar.

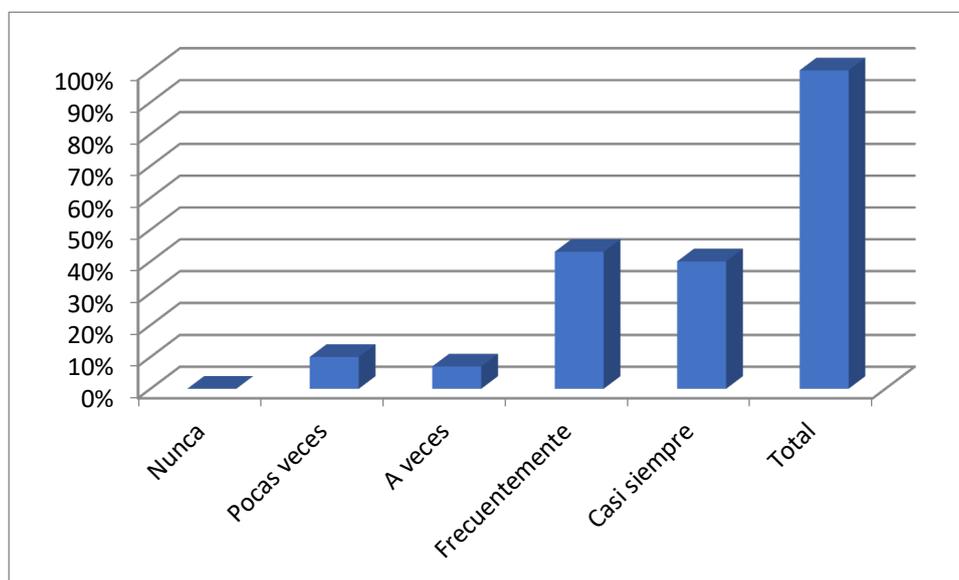
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Nunca	0	0%	0%	0%
Pocas veces	3	10%	10%	10%
A veces	2	7%	7%	17%
Frecuentemente	13	43%	43%	60%
Casi siempre	12	40%	40%	100%
Total	30	100%	100%	

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Ilustración 7: Cuestionario de afrontamiento de la pandemia.

Resultado Pregunta 7



Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

De un total de 30 pacientes se identificó los siguientes resultados en relación a la pregunta 7; 3 pacientes, equivalente al 10% pocas veces, 2 pacientes igual al 7% a veces, 13 pacientes correspondiente al 37% frecuentemente y 12 pacientes igual al 40% casi siempre tienen una gran preocupación por contagiarse o provocarse una tensión difícil de sobrellevar. No se identifican rangos de “nunca” en esta pregunta.

Tabla 8: Resultado Pregunta 8. Cuestionario de afrontamiento de la pandemia.

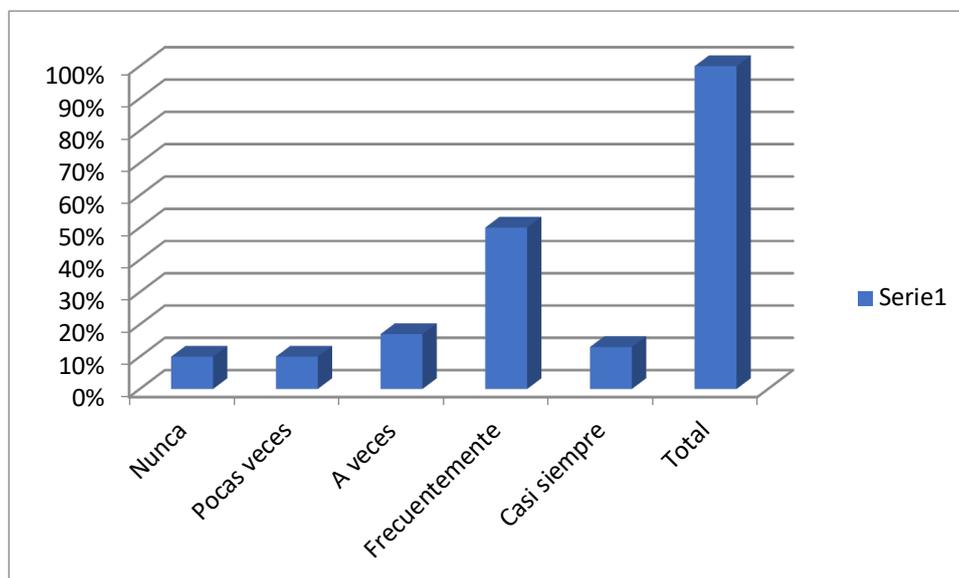
Siento que en mi trabajo se aprovechan de los problemas causado por la pandemia para tener una menor remuneración y hacerme laborar más horas del trabajo intimidándome a que puedo perder el trabajo.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Nunca	3	10%	10%	10%
Pocas veces	3	10%	10%	20%
A veces	5	17%	17%	37%
Frecuentemente	15	50%	50%	87%
Casi siempre	4	13%	13%	100%
Total	30	100%	100%	

Elaborado por: El autor
Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Ilustración 8: Cuestionario de afrontamiento de la pandemia.

Resultado Pregunta 8



Elaborado por: El autor
Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

De un total de 30 pacientes se identificó los siguientes resultados en relación a la pregunta 8; 3 paciente que representan al 10% nunca, 3 pacientes, equivalente al 10% pocas veces, 5 pacientes igual al 17% a veces, 15 pacientes correspondiente al 50% casi siempre y 4 pacientes igual al 13% casi siempre sienten que en su trabajo se aprovechan de los problemas causados por la pandemia para una menor remuneración y tener que laborar más horas del trabajo intimidándose a que puede perder el trabajo.

Tabla 9: Resultado Pregunta 9. Cuestionario de afrontamiento de la pandemia.

Siento que mi vida volverá a la normalidad una vez que se termine la crisis pandémica actual.

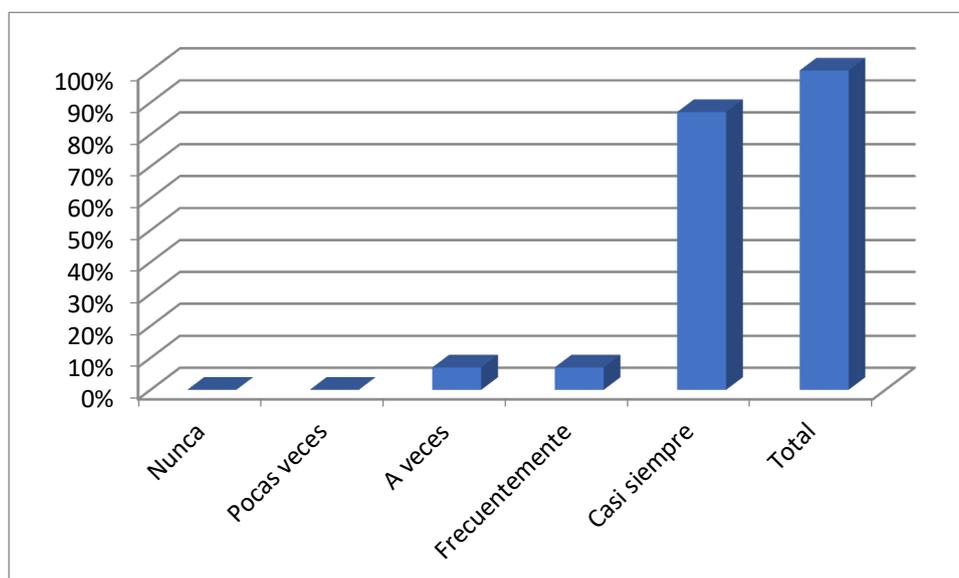
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Nunca	0	0%	0%	0%
Pocas veces	0	0%	0%	0%
A veces	2	7%	7%	7%
Frecuentemente	2	7%	7%	13%
Casi siempre	26	87%	87%	100%
Total	30	100%	100%	

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Ilustración 9: Cuestionario de afrontamiento de la pandemia.

Resultado Pregunta 9



Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

De un total de 30 pacientes se identificó los siguientes resultados en relación a la pregunta 9; 2 pacientes que representan al 7% a veces, 2 pacientes, equivalente al 7% frecuentemente, 26 pacientes igual al 87% casi siempre Sienten que su vida volverá a la normalidad una vez que se termine la crisis pandémica actual. No se identifican rangos de “nunca o pocas veces” en esta pregunta.

Tabla 10: Resultado Pregunta 10. Cuestionario de afrontamiento de la pandemia.

Tengo dificultades para empatizar con las personas que han sufrido Covid o que han perdido a un familiar en la pandemia.

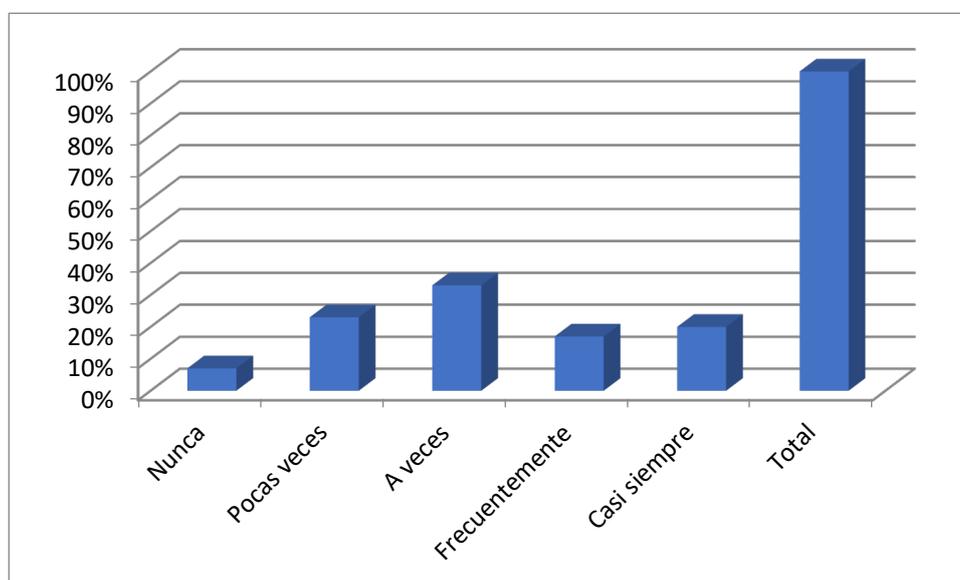
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Nunca	2	7%	7%	7%
Pocas veces	7	23%	23%	30%
A veces	10	33%	33%	63%
Frecuentemente	5	17%	17%	80%
Casi siempre	6	20%	20%	100%
Total	30	100%	100%	

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Ilustración 10: Cuestionario de afrontamiento de la pandemia.

Resultado Pregunta 10



Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

De un total de 30 pacientes se identificó los siguientes resultados en relación a la pregunta 10; 2 pacientes que representan al 7% nunca, 7 pacientes, equivalente al 23% pocas veces, 10 pacientes igual al 33% a veces, 5 pacientes correspondiente al 17% casi siempre y 6 pacientes igual al 20% casi siempre tienen dificultades para empatizar con las personas que han sufrido Covid o que han perdido a un familiar en la pandemia.

Evaluación del Cuestionario de afrontamiento de la pandemia.

Con los valores recopilados y adquiridos en la información expuesta acerca del afrontamiento de la pandemia y mediante la opción de recodificación de variables utilizada a través de google forms se obtuvo el siguiente resultado sobre el afrontamiento de la pandemia en los pacientes atendidos en el consultorio Psicológico Acuarela.

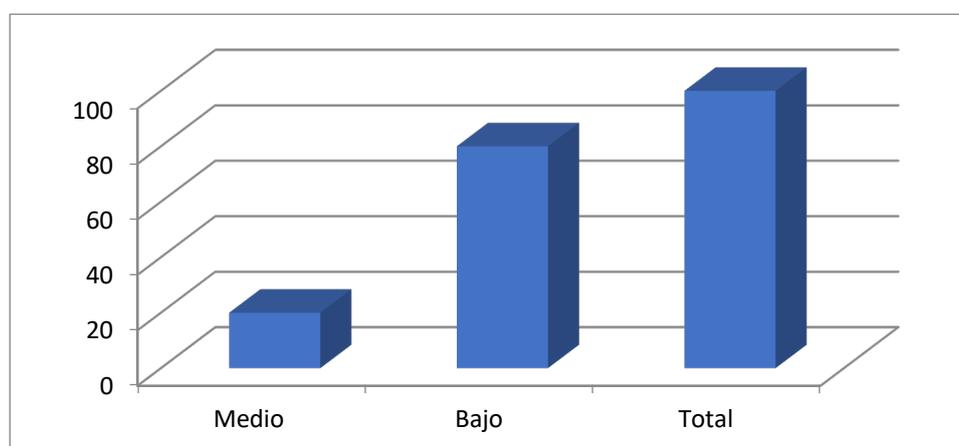
Tabla 11: Resultados de evaluación del Cuestionario de afrontamiento de la pandemia.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Medio	6	20	20	20
Bajo	24	80	80	100
Total	30	100	100	

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Ilustración 11: Resultados de evaluación del Cuestionario de afrontamiento de la pandemia.



Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

De los 30 pacientes atendidos en el consultorio Psicológico Acuarela inmersos en la presente investigación, 6 de ellos que representan el 20% presentan un nivel de afrontamiento medio

y 24 pacientes que equivalen al 80% presentan un bajo nivel de afrontamiento. No se registraron niveles de afrontamiento alto en los pacientes.

Test DASS -21

Una vez realizada la aplicación del Test DASS-21 a los pacientes atendidos en el Centro Psicológico Acuarela y conforme a la tabulación de las respuestas, se obtuvieron los siguientes resultados por pregunta.

Tabla 12: Resultado pregunta 1. Test DASS-21

Me ha costado mucho descargar la tensión

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
0: No me ha ocurrido;	6	20	20	20
1: Me ha ocurrido un poco, o durante parte del tiempo;	14	46,7	46,7	66,7
2: Me ha ocurrido bastante, o durante una buena parte del tiempo;	5	16,7	16,7	83,3
3: Me ha ocurrido mucho, o la mayor parte del tiempo.	5	16,7	16,7	100
Total	30	100	100	

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Ilustración 12: Resultado pregunta 1. Test DASS-21



Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Del test aplicado a 30 pacientes atendidos en el consultorio Psicológico Acuarela, a 6 pacientes igual al 20% no les ha resultado difícil calmarse, a 14 pacientes igual al 46,7% les ha ocurrido un poco el difícil calmarse y 5 paciente igual al 16,7% les ha ocurrido bastante el difícil calmarse y 5 pacientes que equivale al 16,7 la mayor parte del tiempo le ha costado mucho descargar la tensión.

Tabla 13: Resultado pregunta 2. Test DASS-21

Me di cuenta que tenía la boca seca

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
0: No me ha ocurrido;	21	70	70	70
1: Me ha ocurrido un poco, o durante parte del tiempo;	6	20,0	20,0	90,0
2: Me ha ocurrido bastante, o durante una buena parte del tiempo;	2	6,7	6,7	96,7
3: Me ha ocurrido mucho, o la mayor parte del tiempo.	1	3,3	3,3	100
Total	30	100	100	

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Ilustración 13: Resultado pregunta 2. Test DASS-21



Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Del test aplicado a 30 pacientes, a 21 pacientes que corresponde 70% no les había ocurrido, a 6 pacientes que corresponde el 20,0% le ha ocurrido un poco, a 2 pacientes igual al 6,7% le ha ocurrido bastante y a un paciente igual al 3,3% le había ocurrido mucho o mayor parte del tiempo estar consciente de la resequead de la boca.

Tabla 14: Resultado pregunta 3. Test DASS-21

No podía sentir ningún sentimiento positivo

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
0: No me ha ocurrido;	10	33,3	33,3	33,3
1: Me ha ocurrido un poco, o durante parte del tiempo;	14	46,7	46,7	80,0
2: Me ha ocurrido bastante, o durante una buena parte del tiempo;	3	10,0	10,0	90,0
3: Me ha ocurrido mucho, o la mayor parte del tiempo.	3	10,0	10,0	100
Total	30	100	100	

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Ilustración 14: Resultado pregunta 3. Test DASS-21



Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Del test aplicado a 30 pacientes, a 10 pacientes que corresponde 33,3% no les había ocurrido, a 14 pacientes que corresponde el 46,7% le ha ocurrido un poco, a 3 pacientes igual al 10.34% le ha ocurrido bastante y a 3 pacientes igual al 10% les había ocurrido mucho, no poder experimentar ningún sentimiento positivo.

Tabla 15: Resultado pregunta 4. Test DASS-21

Se me hizo difícil respirar

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
0: No me ha ocurrido;	21	70,0	70,0	70,0
1: Me ha ocurrido un poco, o durante parte del tiempo;	7	23,3	23,3	93,3
2: Me ha ocurrido bastante, o durante una buena parte del tiempo;	0	0,0	0,0	93,3
3: Me ha ocurrido mucho, o la mayor parte del tiempo.	2	6,7	6,7	100
Total	30	100	100	

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Ilustración 15: Resultado pregunta 4. Test DASS-21



Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Del test aplicado a 30 pacientes, a 21 pacientes que corresponde el 70,0% no les había ocurrido, a 7 pacientes que corresponde el 23,3% le ha ocurrido un poco, a dos pacientes igual al 6,7% les había ocurrido mucho, experimentar dificultad para respirar.

Tabla 16: Resultado pregunta 5. Test DASS-21

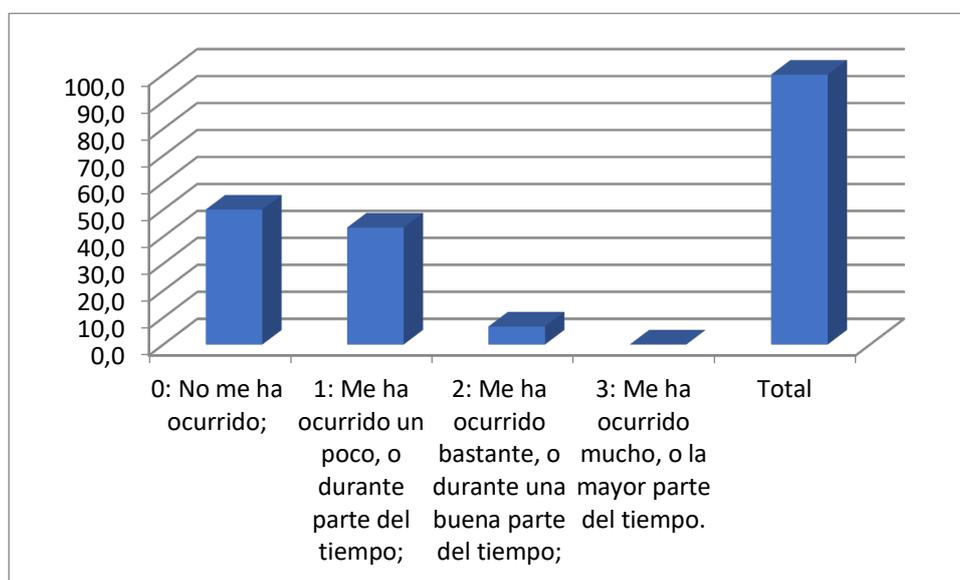
Se me hizo difícil tomar la iniciativa para hacer cosas

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
0: No me ha ocurrido;	15	50	50,0	50,0
1: Me ha ocurrido un poco, o durante parte del tiempo;	13	43,3	43,3	93,3
2: Me ha ocurrido bastante, o durante una buena parte del tiempo;	2	6,7	6,7	100,0
3: Me ha ocurrido mucho, o la mayor parte del tiempo.	0	0,0	0,0	100
Total	30	100	100	

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Ilustración 16: Resultado pregunta 5. Test DASS-21



Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Del test aplicado a 30 pacientes, a 15 pacientes igual al 50% no les había ocurrido, a 13 pacientes igual al 43,3% les ha ocurrido un poco y a 2 pacientes igual 6,7% les ha ocurrido bastante, difícil tener la iniciativa para hacer las cosas.

Tabla 17: Resultado pregunta 6. Test DASS-21

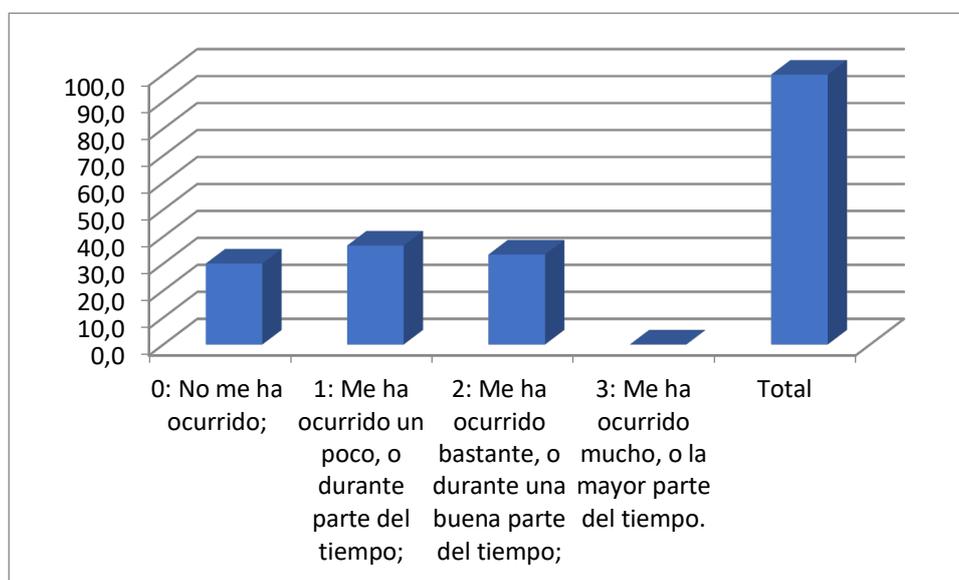
Reaccioné exageradamente en ciertas situaciones

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
0: No me ha ocurrido;	9	30	30,0	30,0
1: Me ha ocurrido un poco, o durante parte del tiempo;	11	36,7	36,7	66,7
2: Me ha ocurrido bastante, o durante una buena parte del tiempo;	10	33,3	33,3	100,0
3: Me ha ocurrido mucho, o la mayor parte del tiempo.	0	0,0	0,0	100
Total	30	100	100	

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Ilustración 17: Resultado pregunta 6. Test DASS-21



Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Del test aplicado a 30 pacientes, a 9 pacientes que corresponde el 30% no les había ocurrido, a 11 pacientes que corresponde el 36,7% les ha ocurrido un poco y a 10 pacientes igual 33,3% les ha ocurrido bastante, reaccionar de forma exagerada ante situaciones.

Tabla 18: Resultado pregunta 7. Test DASS-21

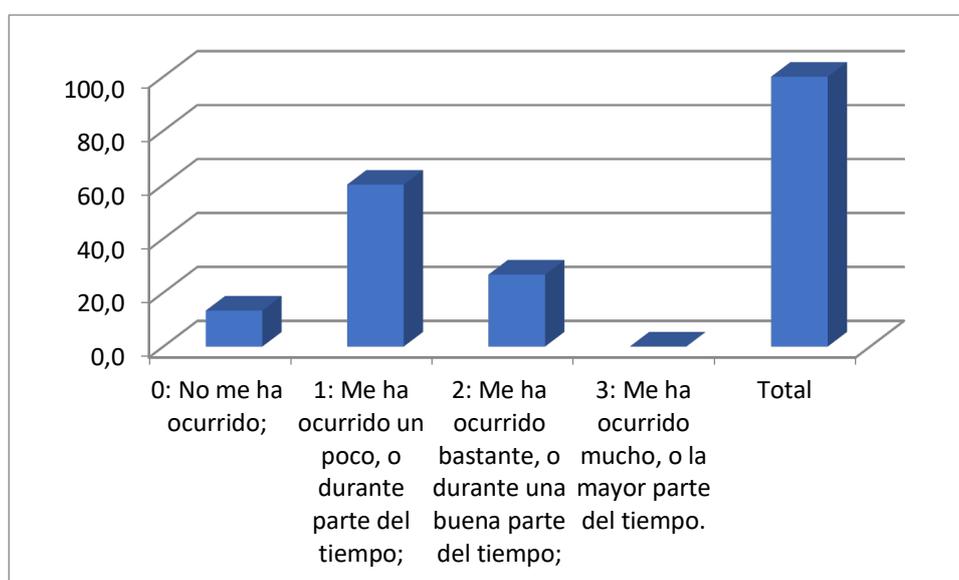
Sentí que mis manos temblaban

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
0: No me ha ocurrido;	1	3	3,3	3,3
1: Me ha ocurrido un poco, o durante parte del tiempo;	4	13,3	13,3	16,7
2: Me ha ocurrido bastante, o durante una buena parte del tiempo;	25	83,3	83,3	100,0
3: Me ha ocurrido mucho, o la mayor parte del tiempo.	0	0,0	0,0	100
Total	30	100	100	

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Ilustración 18: Resultado pregunta 7. Test DASS-21



Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Del test aplicado a 30 pacientes, a 1 paciente igual al 3,3% no l había ocurrido, a 4 pacientes que equivale al 13,3% le había ocurrido un poco, y a 25 pacientes igual al 83,3% les había ocurrido bastante el experimentar temblores.

Tabla 19: Resultado pregunta 8. Test DASS-21

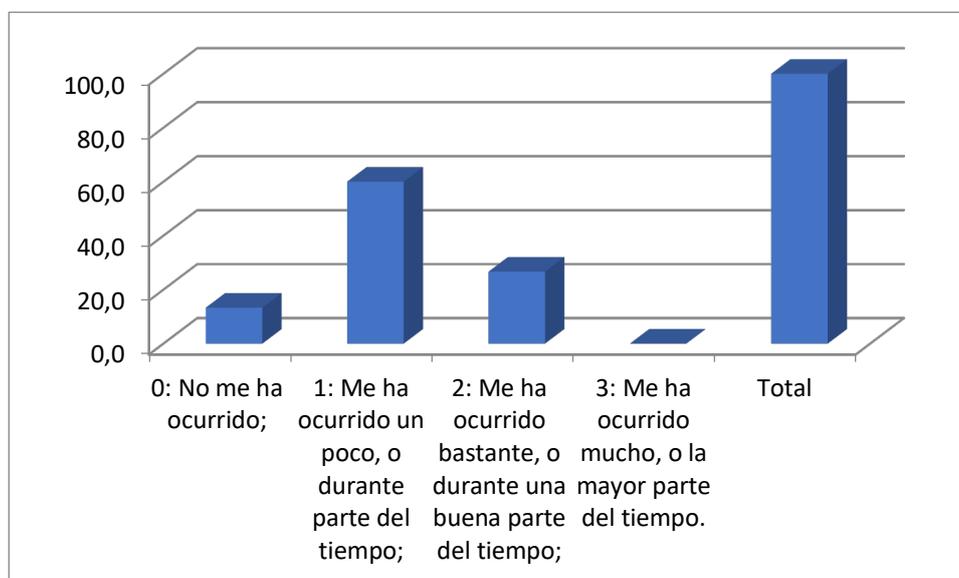
He sentido que estaba gastando una gran cantidad de energía

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
0: No me ha ocurrido;	4	13	13,3	13,3
1: Me ha ocurrido un poco, o durante parte del tiempo;	18	60,0	60,0	73,3
2: Me ha ocurrido bastante, o durante una buena parte del tiempo;	8	26,7	26,7	100,0
3: Me ha ocurrido mucho, o la mayor parte del tiempo.	0	0,0	0,0	100
Total	30	100	100	

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Ilustración 19: Resultado pregunta 8. Test DASS-21



Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Del test aplicado a 30 pacientes, a 4 pacientes igual al 13% no les había ocurrido, 18 pacientes que corresponde el 60% les había ocurrido un poco, y a 8 pacientes que corresponde el 26,7% les ha ocurrido bastante, sentirse nervioso.

Tabla 20: Resultado pregunta 9. Test DASS-21

Estaba preocupado por situaciones en las cuales podía tener pánico o en las que podría hacer el ridículo.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
0: No me ha ocurrido;	4	13,3	13,3	13,3
1: Me ha ocurrido un poco, o durante parte del tiempo;	8	26,7	26,7	40,0
2: Me ha ocurrido bastante, o durante una buena parte del tiempo;	18	60,0	60,0	100,0
3: Me ha ocurrido mucho, o la mayor parte del tiempo.	0	0,0	0,0	100
Total	30	100	100	

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Ilustración 20: Resultado pregunta 9. Test DASS-21



Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Del test aplicado a 30 pacientes, a 4 pacientes igual al 13,3% no les había ocurrido, a 8 pacientes que corresponde el 26,7% les ha ocurrido un poco y a 18 pacientes igual al 60,0% les ha ocurrido bastante, el encontrarse preocupado por situaciones en las que podría entrar en pánico y hacer el ridículo.

Tabla 21: Resultado pregunta 10. Test DASS-21

He sentido que no había nada que me ilusionara

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
0: No me ha ocurrido;	18	60,0	60,0	60,0
1: Me ha ocurrido un poco, o durante parte del tiempo;	8	26,7	26,7	86,7
2: Me ha ocurrido bastante, o durante una buena parte del tiempo;	4	13,3	13,3	100,0
3: Me ha ocurrido mucho, o la mayor parte del tiempo.	0	0,0	0,0	100
Total	30	100	100	

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Ilustración 21: Resultado pregunta 10. Test DASS-21



Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Del test aplicado a 30 pacientes, a 18 pacientes igual al 60% no les había ocurrido, a 8 pacientes que corresponde el 26,7% les ha ocurrido un poco y a 4 pacientes igual al 13,3% les ha ocurrido bastante, el sentir que no tenían nada por que vivir.

Tabla 22: Resultado pregunta 11. Test DASS-21

Me he sentido inquieto

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
0: No me ha ocurrido;	11	36,7	36,7	36,7
1: Me ha ocurrido un poco, o durante parte del tiempo;	9	30,0	30,0	66,7
2: Me ha ocurrido bastante, o durante una buena parte del tiempo;	10	33,3	33,3	100,0
3: Me ha ocurrido mucho, o la mayor parte del tiempo.	0	0,0	0,0	100
Total	30	100	100	

Elaborado por: El autor
Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Ilustración 22: Resultado pregunta 11. Test DASS-21



Elaborado por: El autor
Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Del test aplicado a 30 pacientes, a 11 pacientes que corresponde el 36,7% no les había ocurrido, a 9 pacientes que corresponde el 30% les ha ocurrido un poco y a 10 pacientes igual al 33,3% les ha ocurrido bastante, el encontrarse agitado.

Tabla 23: Resultado pregunta 12. Test DASS-21

Se me hizo difícil relajarme

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
0: No me ha ocurrido;	4	13,3	13,3	13,3
1: Me ha ocurrido un poco, o durante parte del tiempo;	16	53,3	53,3	66,7
2: Me ha ocurrido bastante, o durante una buena parte del tiempo;	8	26,7	26,7	93,3
3: Me ha ocurrido mucho, o la mayor parte del tiempo.	2	6,7	6,7	100
Total	30	100	100	

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Ilustración 23: Resultado pregunta 12. Test DASS-21



Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Del test aplicado a 30 pacientes, a 4 igual al 13,3% no les había ocurrido, a 16 igual al 53,3% les ha ocurrido un poco, a 8 pacientes igual a 26,7% les ha ocurrido bastante y a 2 pacientes igual al 6,7% le ha ocurrido mucho, el resultarles difícil relajarse.

Tabla 24: Resultado pregunta 13. Test DASS-21

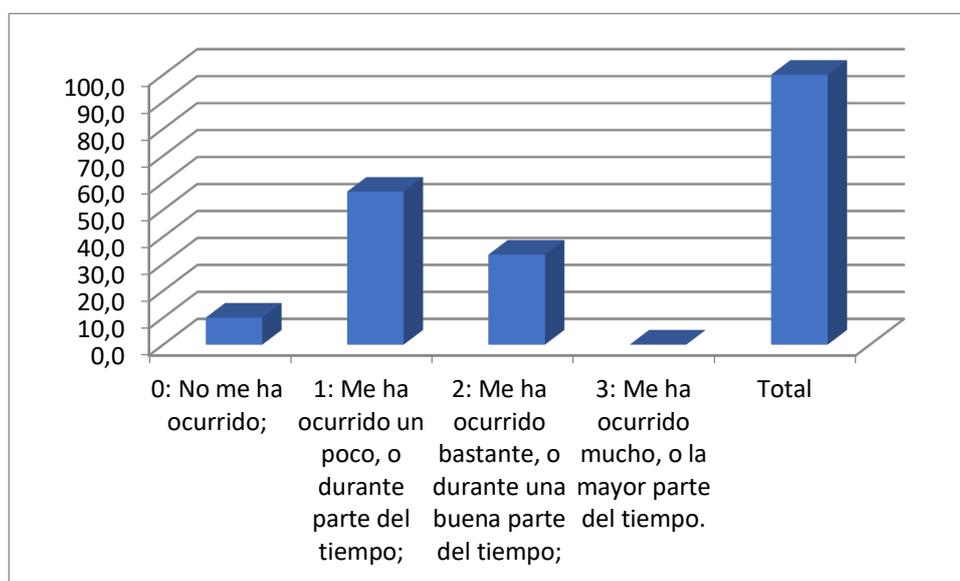
Me sentí triste y deprimido

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
0: No me ha ocurrido;	3	10,0	10,0	10,0
1: Me ha ocurrido un poco, o durante parte del tiempo;	17	56,7	56,7	66,7
2: Me ha ocurrido bastante, o durante una buena parte del tiempo;	10	33,3	33,3	100,0
3: Me ha ocurrido mucho, o la mayor parte del tiempo.	0	0,0	0,0	100
Total	30	100	100	

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Ilustración 24: Resultado pregunta 13. Test DASS-21



Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Del test aplicado a 30 pacientes, a 3 pacientes que corresponde el 10% no les había ocurrido, a 17 pacientes que corresponde el 56,7% les ha ocurrido un poco y a 10 pacientes igual a 33,3% les ha ocurrido bastante, el sentirse desanimado y triste y deprimido.

Tabla 25: Resultado pregunta 14. Test DASS-21

No toleré nada que no me permitiera continuar con lo que estaba haciendo

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
0: No me ha ocurrido;	12	40,0	40,0	40,0
1: Me ha ocurrido un poco, o durante parte del tiempo;	9	30,0	30,0	70,0
2: Me ha ocurrido bastante, o durante una buena parte del tiempo;	9	30,0	30,0	100,0
3: Me ha ocurrido mucho, o la mayor parte del tiempo.	0	0,0	0,0	100
Total	30	100	100	

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Ilustración 25: Resultado pregunta 14. Test DASS-21



Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Del test aplicado a 30 pacientes, a 12 igual el 40% no les había ocurrido, a 9 igual al 30% les ha ocurrido un poco y a 9 igual al 30% les ha ocurrido bastante, el encontrarse intolerante con las lo que le impedía seguir adelante con lo que estaba realizando.

Tabla 26: Resultado pregunta 15. Test DASS-21

Sentí que estaba al punto de pánico

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
0: No me ha ocurrido;	14	46,7	46,7	46,7
1: Me ha ocurrido un poco, o durante parte del tiempo;	13	43,3	43,3	90,0
2: Me ha ocurrido bastante, o durante una buena parte del tiempo;	3	10,0	10,0	100,0
3: Me ha ocurrido mucho, o la mayor parte del tiempo.	0	0,0	0,0	100
Total	30	100	100	

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Ilustración 26: Resultado pregunta 15. Test DASS-21



Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Del test aplicado a 30 pacientes, a 14 pacientes que corresponde el 46,7% no les había ocurrido, a 13 pacientes que corresponde el 43,3% les ha ocurrido un poco y a 3 pacientes igual 10% les ha ocurrido bastante, el encontrarse cerca del pánico.

Tabla 27: Resultado pregunta 16. Test DASS-21

No me pude entusiasmar por nada

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
0: No me ha ocurrido;	15	50,0	50,0	50,0
1: Me ha ocurrido un poco, o durante parte del tiempo;	10	33,3	33,3	83,3
2: Me ha ocurrido bastante, o durante una buena parte del tiempo;	4	13,3	13,3	96,7
3: Me ha ocurrido mucho, o la mayor parte del tiempo.	1	3,3	3,3	100
Total	30	100	100	

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Ilustración 27: Resultado pregunta 16. Test DASS-21



Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Del test aplicado a 30 pacientes, a 15 igual al 50% no les había ocurrido, a 10 igual al 33,3% les ha ocurrido un poco, a 4 igual al 13,3% les ha ocurrido bastante y a un paciente igual al 3,3% le ha ocurrido bastante, el no poder entusiasmarse con nada.

Tabla 28: Resultado pregunta 17. Test DASS-21

Sentí que valía muy poco como persona

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
0: No me ha ocurrido;	16	53,3	53,3	53,3
1: Me ha ocurrido un poco, o durante parte del tiempo;	11	36,7	36,7	90,0
2: Me ha ocurrido bastante, o durante una buena parte del tiempo;	2	6,7	6,7	96,7
3: Me ha ocurrido mucho, o la mayor parte del tiempo.	1	3,3	3,3	100
Total	30	100	100	

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Ilustración 28: Resultado pregunta 17. Test DASS-21



Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Del test aplicado a 30 pacientes, a 16 igual al 53,3% no les había ocurrido, 11 igual al 36,7% les ha ocurrido un poco, a 2 pacientes igual al 6,7% les ha ocurrido bastante y a un paciente igual al 3,3% le ha ocurrido mucho, el sentirse que no valían mucho como persona.

Tabla 29: Resultado pregunta 18. Test DASS-21

He tendido a sentirme enfadado con facilidad

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
0: No me ha ocurrido;	13	43,3	43,3	43,3
1: Me ha ocurrido un poco, o durante parte del tiempo;	5	16,7	16,7	60,0
2: Me ha ocurrido bastante, o durante una buena parte del tiempo;	9	30,0	30,0	90,0
3: Me ha ocurrido mucho, o la mayor parte del tiempo.	3	10,0	10,0	100
Total	30	100	100	

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Ilustración 29: Resultado pregunta 18. Test DASS-21



Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Del test aplicado a 30 pacientes, a 13 igual al 43,3% no les había ocurrido, a 5 igual al 16,7% les ha ocurrido un poco, a 9 igual al 30% les ha ocurrido bastante y a 3 igual al 10% le ha ocurrido mucho, el sentirse enfadado con facilidad.

Tabla 30: Resultado pregunta 19. Test DASS-21

Sentí los latidos de mi corazón a pesar de no haber hecho ningún esfuerzo físico

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
0: No me ha ocurrido;	16	53,3	53,3	53,3
1: Me ha ocurrido un poco, o durante parte del tiempo;	10	33,3	33,3	86,7
2: Me ha ocurrido bastante, o durante una buena parte del tiempo;	4	13,3	13,3	100,0
3: Me ha ocurrido mucho, o la mayor parte del tiempo.	0	0,0	0,0	100
Total	30	100	100	

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Ilustración 30: Resultado pregunta 19. Test DASS-21



Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Del test aplicado a 30 pacientes, a 16 igual 53,3% no les había ocurrido, a 10 igual al 33,3% les ha ocurrido un poco y de igual forma a 4 igual al 13,3% les había ocurrido mucho, el sentir los latidos de su corazón a pesar de no haber hecho ningún esfuerzo físico.

Tabla 31: Resultado pregunta 20. Test DASS-21

Tuve miedo sin razón

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
0: No me ha ocurrido;	11	36,7	36,7	36,7
1: Me ha ocurrido un poco, o durante parte del tiempo;	15	50,0	50,0	86,7
2: Me ha ocurrido bastante, o durante una buena parte del tiempo;	4	13,3	13,3	100,0
3: Me ha ocurrido mucho, o la mayor parte del tiempo.	0	0,0	0,0	100
Total	30	100	100	

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Ilustración 31: Resultado pregunta 20. Test DASS-21



Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Del test aplicado a 30 pacientes, a 11 pacientes igual al 36,7% no les había ocurrido, a 15 pacientes igual al 50% les ha ocurrido un poco, a 4 pacientes igual al 13,3% les ha ocurrido bastante, el sentirse miedo sin ninguna razón.

Tabla 32: Resultado pregunta 21. Test DASS-21

Sentí que la vida no tenía ningún sentido

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
0: No me ha ocurrido;	22	73,3	73,3	73,3
1: Me ha ocurrido un poco, o durante parte del tiempo;	7	23,3	23,3	96,7
2: Me ha ocurrido bastante, o durante una buena parte del tiempo;	1	3,3	3,3	100,0
3: Me ha ocurrido mucho, o la mayor parte del tiempo.	0	0,0	0,0	100
Total	30	100	100	

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Ilustración 32: Resultado pregunta 21. Test DASS-21



Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Del test aplicado a 30 pacientes, a 22 pacientes que corresponde el 73,3% no les había ocurrido, a 7 pacientes que corresponde el 23,3% les ha ocurrido un poco, a un paciente igual al 3,3% les ha ocurrido bastante, el sentir que la vida no tenía ningún sentido.

Una vez analizado los resultados por pregunta obtenidos, se procede a evaluar y determinar los niveles de depresión, estrés y ansiedad.

Resultados de Depresión

Una vez realizada la tabulación respectiva podemos establecer los niveles de depresión en el Centro Psicológico Acuarela, el Test DASS-21 se basa en las siguientes preguntas y conforme a ellas se obtuvieron los siguientes resultados.

- 3. No podía sentir ningún sentimiento positivo
- 5. Se me hizo difícil tomar la iniciativa para hacer cosas
- 10. He sentido que no había nada que me ilusionara
- 13. Me sentí triste y deprimido
- 16. No me pude entusiasmar por nada
- 17. Sentí que valía muy poco como persona
- 21. Sentí que la vida no tenía ningún sentido

Conforme a la tabulación de las respuestas obtenidas por el Test DASS-21, ver Anexo 2, se obtuvieron los siguientes valores.

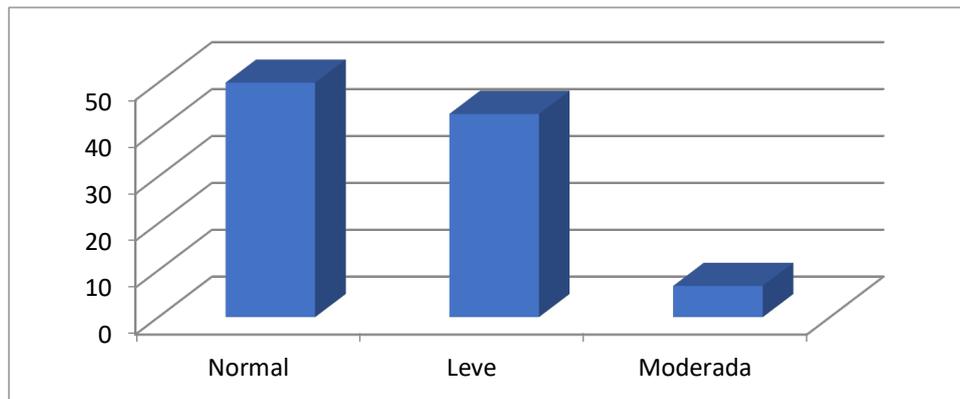
Tabla 33: *Resultados de Depresión del Test DASS-21*

Nivel de Depresión	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Normal	15	50	50	50
Leve	13	43,3	43,3	93,3
Moderada	2	6,7	6,7	100
Total	30	100	100	

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Ilustración 33: Resultados de Depresión del Test DASS-21



Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Evaluando como la metodología indicada, de 30 pacientes, el 50% es decir 15 pacientes presentan un cuadro depresivo con valores normales, el 43,3% igual a 13 pacientes presentan una depresión leve, el 6,7% es igual a 2 pacientes presentan depresión moderada mientras que no existen cuadros de depresión severa ni extremadamente severa en los pacientes.

Resultados de Ansiedad

De la misma manera para establecer los niveles de ansiedad en los pacientes, el Test DASS-21 se basa en los siguientes grupos de preguntas obteniendo los siguientes resultados.

2. Me di cuenta que tenía la boca seca

4. Se me hizo difícil respirar

7. Sentí que mis manos temblaban

9. Estaba preocupado por situaciones en las cuales podía tener pánico o en las que podría hacer el ridículo

15. Sentí que estaba al punto de pánico

19. Sentí los latidos de mi corazón a pesar de no haber hecho ningún esfuerzo físico

20. Tuve miedo sin razón

Una vez establecida la tabulación de las respuestas obtenidas por el Test DASS-21, ver Anexo 3, se obtuvieron los siguientes valores.

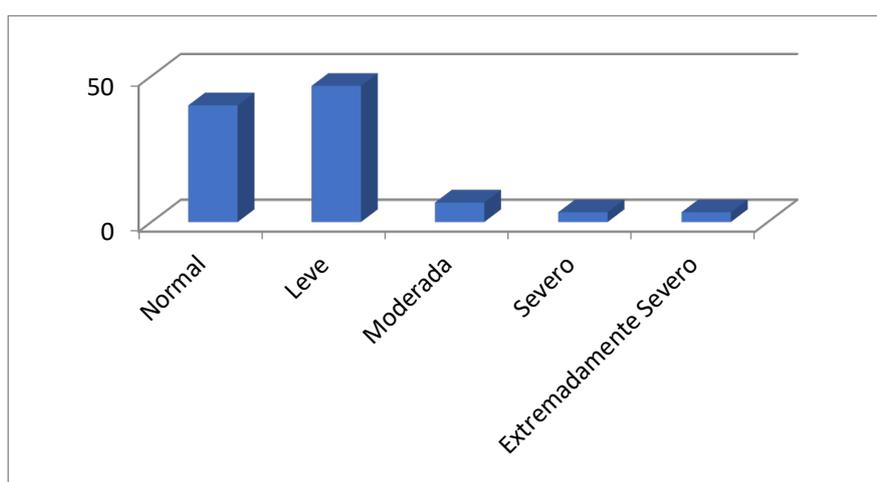
Tabla 34: Resultados de Ansiedad del Test DASS-21

<i>Nivel de Ansiedad</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje válido</i>	<i>Porcentaje acumulado</i>
Normal	12	40	40	40
Leve	14	46,7	46,7	86,7
Moderada	2	6,7	6,7	93,3
Severo	1	3,3	3,3	96,7
Extremadamente Severo	1	3,3	3,3	100
Total	30	100	100	

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Ilustración 34: Resultados de Ansiedad del Test DASS-21



Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Los resultados según el Test DASS-21, de 30 pacientes el 40% es decir 12 pacientes presentan un cuadro de ansiedad normal, el 46,7% lo que equivale a 14 pacientes presentan una ansiedad leve, el 6,7% que es igual a 2 pacientes presentan ansiedad moderada, el 3,3% equivalente a 1 paciente presenta cuadro de ansiedad severa y el 3,3% que equivale a un paciente que presenta un cuadro de ansiedad extremadamente severa.

Resultados de Estrés

Para establecer los niveles de estrés en los trabajadores, el Test DASS-21 se basó en las siguientes preguntas y conforme a los resultados a ellas se obtuvieron los siguientes resultados.

1. Me ha costado mucho descargar la tensión
6. Reaccioné exageradamente en ciertas situaciones

- 8. He sentido que estaba gastando una gran cantidad de energía
- 11. Me he sentido inquieto
- 12. Se me hizo difícil relajarme
- 14. No toleraré nada que no me permitiera continuar con lo que estaba haciendo
- 18. He tendido a sentirme enfadado con facilidad

Conforme a la tabulación de las respuestas obtenidas por el Test DASS-21, ver Anexo 4, se obtuvieron los siguientes valores.

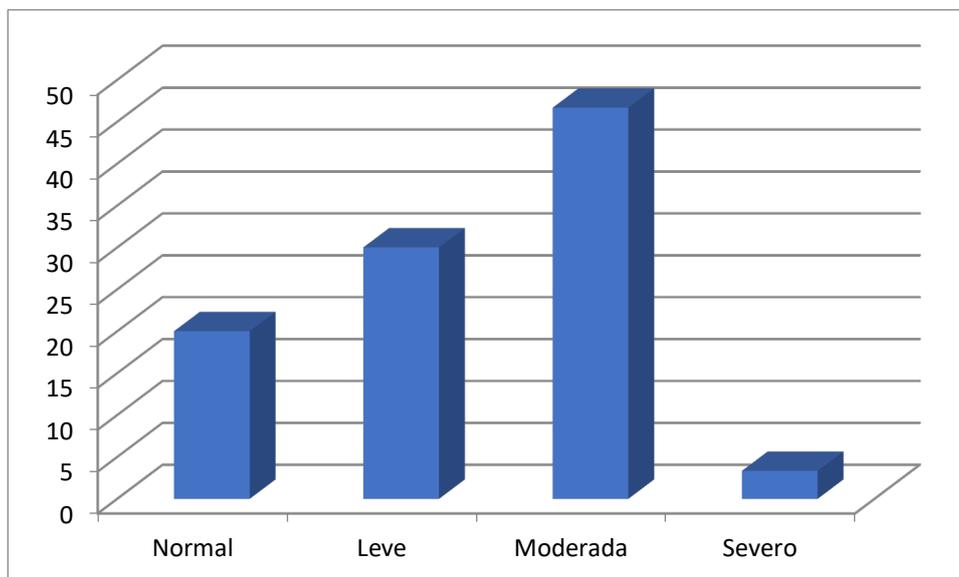
Tabla 35: Resultados de Estrés del Test DASS-21

Nivel de Estrés	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Normal	6	20	20	20
Leve	9	30,0	30,0	50,0
Moderada	14	46,7	46,7	96,7
Severo	1	3,3	3,3	100,0
Total	30	100	100	

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Ilustración 35: Resultados de Estrés del Test DASS-21



Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

En referencia a los resultados obtenidos en la tabulación para estrés, de 30 pacientes el 20% es decir 6 pacientes el cuadro de estrés es normal, el 30% lo que equivale a 9 pacientes

presentan un estrés leve, el 46,7% que representa a 14 pacientes presentan estrés moderada y el 3,3% que equivale a 1 paciente presenta estrés severo.

Evaluación General de DASS-21

La aplicación de test DASS-21 nos proporciona un resultado general sobre la condición del grupo de estudio, los cuales fueron valorados de forma manual denotando los siguientes resultados de manera general.

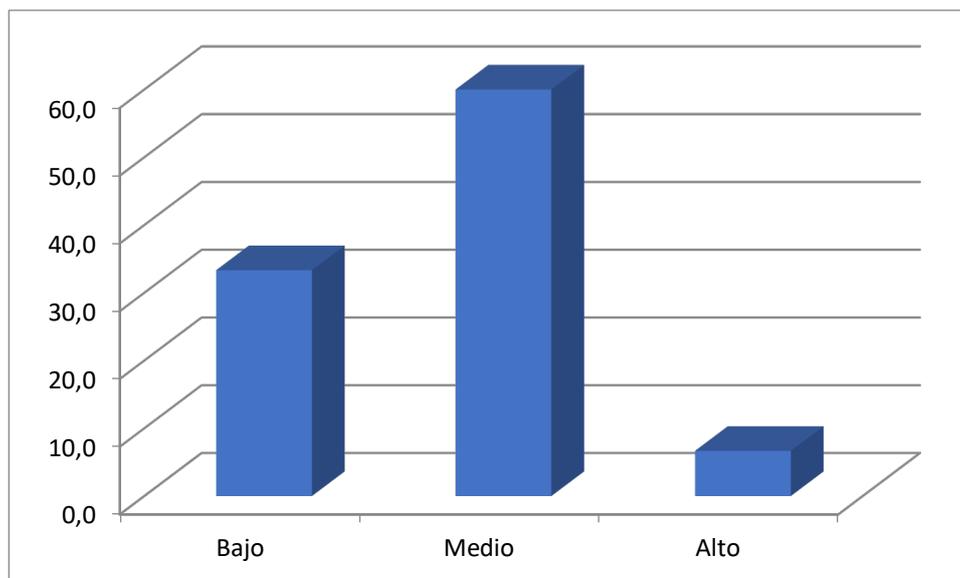
Tabla 36: Resultado general de Evaluación. Test DASS-21

Resultado general de Evaluación	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Bajo	10	33,3	33,33	33,33
Medio	18	60	60	93,33
Alto	2	6,7	6,67	100,00
Total	30	100	100	

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Ilustración 36: Resultado general de Evaluación. Test DASS-21



Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

De los 30 pacientes encuestados en el Centro Psicológico Acuarela, 10 pacientes equivalente al 33,3% presentan un nivel bajo de eventos emocionales relacionados a la depresión,

ansiedad o estrés, 18 pacientes equivalente al 60% presentan un nivel medio de eventos emocionales relacionados a la depresión, ansiedad o estrés, mientras que 2 pacientes que representa el 6,7% presentan niveles de estos mismos eventos emocionales.

1. DISCUSIÓN

Correlación de resultados

Por medio de la utilización de tablas cruzadas del software estadístico diseñado para la tabulación en el Centro Psicológico Acuarela se realizó la relación de resultados de las siguientes variables:

Nivel de afrontamiento, ansiedad, depresión, estrés y resultado general de Test DASS-21 La siguiente relación nos proporciona los datos para determinar su tipo de relación que ayudará a elaborar el plan de intervención.

Dentro del desarrollo de la correlación de resultados para medir el grado de relación entre las variables se procedió a utilizar las pruebas estadísticas de Spearman y Pearson.

Nivel de afrontamiento y nivel de depresión

Tabla 37: Nivel de afrontamiento y nivel de depresión

		Medidas simétricas			
		Error estándar			Significación
		Valor	asintótico	T aproximada	Aproximada
Ordinal por Ordinal	Correlación de Spearman	-0,275	0,162	-1,472	0,155 ^c
Intervalo por intervalo	R de Pearson	-0,278	0,159	-1,457	0,169 ^c
N de casos válidos		30			

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

En la relación de resultados, el coeficiente de la correlación de Spearman indica un valor de -0,275 lo que significa que existe una correlación inversa entre la variable afrontamiento y el nivel de depresión. Mientras que según el valor de R de Pearson de -0,278 indica que

existe una relación inversa entre la variable afrontamiento y el nivel de depresión evaluado en los pacientes.

Lo que nos permite analizar que mientras menor sea el nivel de afrontamiento mayor será el nivel de depresión.

Nivel de afrontamiento y nivel de ansiedad

Tabla 38: Nivel de afrontamiento y nivel de ansiedad

		Medidas simétricas			
		Error estándar			Significación
		Valor	asintótico	T aproximada	Aproximada
Ordinal por Ordinal	Correlación de Spearman	-0,151	0,188	-0,75	0,476c
Intervalo por intervalo	R de Pearson	-0,17	0,161	-0,85	0,418c
N de casos válidos		30			

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

El coeficiente de la correlación de Spearman indica un valor de -0,151 lo que significa que existe una correlación inversa entre el nivel afrontamiento y el nivel de ansiedad. De igual forma según el valor de R de Pearson de -0,170 que indica que existe una relación inversa entre la el nivel de afrontamiento y el nivel de ansiedad evaluado en los pacientes.

Lo que nos permite analizar que mientras menor sea el nivel de afrontamiento mayor será el nivel de depresión.

Nivel de afrontamiento y nivel de estrés

Tabla 39: Nivel de afrontamiento y nivel de estrés

		Medidas simétricas			Significación
		Error estándar			
		Valor	asintótico	T aproximada	Aproximada
Ordinal por Ordinal	Correlación de Spearman	-0,356	0,173	-1,917	0,66c
Intervalo por intervalo	R de Pearson	-0,320	0,164	-1,753	0,91c
N de casos válidos		30			

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

El coeficiente de la correlación de Spearman indica un valor de -0,356 lo que significa que existe una correlación inversa entre el nivel de afrontamiento y el nivel de estrés. De igual forma según el valor de R de Pearson de -0,320 que indica que existe una relación inversa entre el nivel de afrontamiento y el nivel de estrés evaluado en los pacientes. Lo que nos permite analizar que mientras menor sea el nivel de afrontamiento mayor será el nivel de depresión.

Resultado General de DASS-21 y nivel de depresión

Tabla 40: Resultado General de DASS-21 y nivel de depresión

		Medidas simétricas			Significación
		Error estándar			
		Valor	asintótico	T aproximada	Aproximada
Ordinal por Ordinal	Correlación de Spearman	0,807	0,102	7,089	0,00c
Intervalo por intervalo	R de Pearson	0,807	0,098	7,098	0,91c
N de casos válidos		30			

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Acorde a los coeficientes de Pearson y Spearman se detalla igual valor 0,807 que indica una relación directa y fuerte, se puede mencionar que el nivel de depresión incide en el resultado general de DASS-21.

Resultado General de DASS-21 y nivel de ansiedad

Tabla 41: Resultado General de DASS-21 y nivel de ansiedad

		Medidas simétricas			Significación
		Error estándar			
		Valor	asintótico	T aproximada	Aproximada
Ordinal por Ordinal	Correlación de Spearman	0,663	0,129	4,496	0,00c
Intervalo por intervalo	R de Pearson	0,676	0,126	4,653	0,00c
N de casos válidos		30			

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Acorde a los coeficientes de Pearson y Spearman ambos con valor 0,663 y 0,676 respectivamente indican una relación directa, se evidencia en el análisis que el nivel de ansiedad incide en el resultado general de DASS-21.

Resultado General de DASS-21 y nivel estrés

Tabla 42: Resultado General de DASS-21 y nivel estrés

		Medidas simétricas			Significación
		Error estándar			
		Valor	asintótico	T aproximada	Aproximada
Ordinal por Ordinal	Correlación de Spearman	0,659	0,122	4,44	0,00c
Intervalo por intervalo	R de Pearson	0,631	0,12	4,126	0,00c
N de casos válidos		30			

Elaborado por: El autor

Fuente: Archivo Centro Psicológico Acuarela

Acorde a los coeficientes de Pearson y Spearman ambos con valor 0,659 y 0,631 respectivamente indican una relación directa, se evidencia en el análisis que el nivel de estrés incide en el resultado general de DASS-21.

CONCLUSIONES

- El nivel de afrontamiento presentado por los pacientes que asistieron al Centro Psicológico Acuarela acorde al cuestionario aplicado, como resultado se obtuvo que la gran mayoría es decir el 80% de los pacientes presentan un bajo nivel de afrontamiento y el 20% restante presentan un nivel medio de afrontamiento ante la Covid-19, es decir la mayoría presenta dificultad para adaptarse a la nueva normalidad, conflictos para tolerar con el entorno actual lo cual afecta el desarrollo de su estilo y calidad de vida.
- A través del Test DASS-21 como herramienta para evaluar los niveles de depresión, ansiedad y estrés se obtuvo que un 50% de pacientes presentan un cuadro depresivo normal, un 43,3% presenta depresión leve y un 6,7% depresión moderada; en relación a la ansiedad un 40% presentan cuadros de ansiedad normal, el 46,7% ansiedad leve, el 6,7% ansiedad moderada, y con el 3,3% con ansiedad severa y ningún paciente que presente ansiedad extremadamente severa; en cuanto a la evaluación del estrés un 20% presenta cuadros de estrés es normal, el 30% presentan un estrés leve, el 46,7% estrés moderado y el 3,3% presentan estrés severo.
- Como evaluación general en cuanto a los tres estados emocionales se concluye que un 33,3% presentan un nivel bajo de eventos emocionales, el 60% presentan un nivel medio, mientras que el 6,7% presentan eventos emocionales relacionados a la depresión, ansiedad o estrés.
- Las pruebas estadísticas de Spearman y Pearson de correlación denotan que el nivel del afrontamiento ante la Covid-19 presenta una relación inversa con una intencionalidad variable inversa en relación a los estados emocionales de depresión, ansiedad y estrés ante la Covid-19, es decir cuando el paciente presente un nivel de afrontamiento alto los estados de emocionales tienden a disminuir. También es necesario comprender que mediante la evaluación general de los estados emocionales post Covid-19 por el Test DASS-21 se relaciona en mayor proporción con la depresión, aunque con índices cercanos también encontramos los estados emocionales relacionados a la ansiedad y el estrés en los pacientes valorados.

BIBLIOGRAFÍA

- Ruiz Olabuénaga, JB. (2012). Metodología de la Investigación cualitativa. 5ta. Ed. Publicaciones de la Universidad de Deusto.
- Hernández Sampieri, R. (2014). Metodología de la investigación. 6ta. Ed. Mc.Graw-Hill.
- Rodríguez Morales, A., Sánchez-Duque, J., Hernández, S., Pérez, C. (2020). Preparación y control de la enfermedad por coronavirus 2019 (COVID-19) en América Latina. *Acta Med Peru.* 2020;37(1):3-7 doi: <https://doi.org/10.35663/amp.2020.371.909>
- Arévalo, L. (2018). British Council, *Herramientas para el cuidado emocional*. Bogotá, Colombia: Consejo Británico.
- Peña, B. y Rincón, B. (2020). Generalidades de la Pandemia por COVID-19 y su asociación genética con el virus del SARS. *Revista de la Universidad Industrial de Santander. Salud*, vol. 52, núm. 2, pp. 83-86, 2020.
Doi: <https://doi.org/10.18273/revsal.v52n2-2020001>
- Krause, Mariane. (1995). La investigación cualitativa: Un campo de posibilidades y desafíos. *Revista Temas de Educación.* 7. 19-40.
- Antúnez, Z., y Vinet, E. (2012). Escalas de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS - 21): Validación de la Versión abreviada en Estudiantes Universitarios Chilenos. *Terapia psicológica.* *Terapia psicológica* 2012, vol. 30, n° 3, 49-55.
<http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082012000300005>
- Campo, A., y Oviedo, H. (2008). Propiedades psicométricas de una escala: la consistencia interna. *RSP. Revista de Salud Pública.* Instituto de Investigación del Comportamiento Humano, Bogotá, Colombia.
- Ariès, P. (1987). *El niño y la vida familiar en el antiguo régimen*. Editorial TAURUS. Madrid, España. Asociación Latinoamericana para la Formación y Enseñanza de la Psicología . ISBN: 843061284X, 9788430612840
- Gómez, E. &. (2019). *Manual escala de parentalidad positiva E2P v2*. SANTIAGO DE CHILE: Fundación América por la Infancia: Santiago de Chile.
- Madrid., C. O. (2020). *Recomendaciones psicológicas para explicar a niños y niñas el brote de Coronavirus - Covid 19*. MADRID:
<https://www.copmadrid.org/web/comunicacion/noticias/1457/comunicado-recomendaciones-psicologicas-explicar-ninos-ninas-brote-coronaviruscovid-19>.
- ROSE. (1998). *Inventing our selves: psychology, power, and personhood*. Cambridge:: Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511752179>

Talak, A. M. (2002). Novedad y relevancia en la historia del conocimiento psicológico. Anuario de Investigaciones, vol. XII, 2005, pp. 305-313 Universidad de Buenos Aires Buenos Aires, Argentina.

Harrison AG, Lin T, Wang P. (2020). Mechanisms of SARS-CoV-2 Transmission and Pathogenesis. Trends Immunol. 2020 Dec;41(12):1100-1115. doi: 10.1016/j.it.2020.10.004.

ANEXOS

Anexo 1: Cuestionario de afrontamiento de la pandemia Covid 19

El presente cuestionario forma parte del estudio sobre el afrontamiento psicológico a pacientes que asisten al Centro Psicológico Acuarela, para el diseño de un plan de intervención psicológica postcrisis Covid-19 del Centro Psicológico Acuarela ubicado en la parroquia de Calderón en la ciudad de Quito/Ecuador.

Objetivo: Reconocer la capacidad de afrontamiento que tienen los pacientes ante la enfermedad Covid-19.

Solicito su colaboración con la siguiente investigación, completando el siguiente cuestionario, con un tiempo aproximado de 10 minutos.

Instructivo: Marque con la X la respuesta que usted considere pertinente.

CARACTERIZACIÓN

Dirección domiciliaria: Género: Masculino _____
Femenino _____

Edad en años: 20 a 30 _____ 31 a 40 _____ 41 a 50 _____ 51 a 60 _____

CUESTIONARIO DE AFRONTAMIENTO POSTCRISIS COVID-19

COMPORTAMIENTO EN TIEMPO DE POSTPANDEMIA		Nunca	Pocas veces	A veces	Frecuente-mente	Casi siempre
ESCALA DE VALORACIÓN		0	1	2	3	4
1	Logro desconectarme en mi tiempo libre la situación que se atraviesa actualmente debido a la crisis causada por la pandemia.					
2	Tengo el gusto de realizar las cosas que antes me daba tranquilidad y bienestar.					
3	Tengo preferencia estar solo/a incluso en mi casa.					
4	Siento que culpo, molesto y/o me burlo de los demás por las afecciones emocionales que ha provocado la pandemia.					
5	Siento reacciones fisiológicas intensas (sobresaltos,					

	<p>sudoración, mareos, falta de respiración, insomnio, etc.), relacionadas con la crisis provocada por la pandemia.</p>					
6	<p>Creo que la salud mental no es abordada de forma eficiente por las entidades de salud gubernamentales y/o privadas.</p>					
7	<p>Tengo una gran preocupación por contagiarme, me provoca una tensión difícil de sobrellevar.</p>					
8	<p>Siento que en mi trabajo se aprovechan de los problemas causado por la pandemia para tener una menor remuneración y hacerme laborar más horas del trabajo intimidándome a que puedo perder el trabajo.</p>					
9	<p>Siento que mi vida volverá a la normalidad una vez que se termine la crisis pandémica actual.</p>					
10	<p>Tengo dificultades para empatizar con las personas que han sufrido Covid o que han perdido a un familiar en la pandemia.</p>					

Anexo 2: DASS-21

DASS-21

Por favor lea las siguientes afirmaciones y coloque un círculo alrededor de un número (0, 1, 2, 3) que indica en qué grado le ha ocurrido a usted esta afirmación *durante la semana pasada*. La escala de calificación es la siguiente:

0: No me ha ocurrido; 1: Me ha ocurrido un poco, o durante parte del tiempo; 2: Me ha ocurrido bastante, o durante una buena parte del tiempo; 3: Me ha ocurrido mucho, o la mayor parte del tiempo.

1.	Me ha costado mucho descargar la tensión.....	0	1	2	3
2.	Me di cuenta que tenía la boca seca	0	1	2	3
3.	No podía sentir ningún sentimiento positivo.....	0	1	2	3
4.	Se me hizo difícil respirar.....	0	1	2	3
5.	Se me hizo difícil tomar la iniciativa para hacer cosas.....	0	1	2	3
6.	Reaccioné exageradamente en ciertas situaciones.....	0	1	2	3
7.	Sentí que mis manos temblaban.....	0	1	2	3
8.	He sentido que estaba gastando una gran cantidad de energía.....	0	1	2	3
9.	Estaba preocupado por situaciones en las cuales podía tener pánico o en las que podría hacer el ridículo.....	0	1	2	3
10.	He sentido que no había nada que me ilusionara.....	0	1	2	3
11.	Me he sentido inquieto.....	0	1	2	3
12.	Se me hizo difícil relajarme.....	0	1	2	3
13.	Me sentí triste y deprimido.....	0	1	2	3
14.	No toleré nada que no me permitiera continuar con lo que estaba haciendo...	0	1	2	3

15.	Sentí que estaba al punto de pánico.....	0	1	2	3
16.	No me pude entusiasmar por nada.....	0	1	2	3
17.	Sentí que valía muy poco como persona.....	0	1	2	3
18.	He tendido a sentirme enfadado con facilidad.....	0	1	2	3
19.	Sentí los latidos de mi corazón a pesar de no haber hecho ningún esfuerzo físico	0	1	2	3
20.	Tuve miedo sin razón.....	0	1	2	3
21.	Sentí que la vida no tenía ningún sentido.....	0	1	2	3

Anexo 3: Tabulación de respuestas de Depresión

Tabla 43: Tabulación Depresión

Items-Depresión									
	3	5	10	13	16	17	21	Total	Subescala
1	0	0	0	0	0	0	0	0	Normal
2	0	0	0	0	0	0	0	0	Normal
3	0	0	0	0	0	0	0	0	Normal
4	0	0	0	1	0	0	0	1	Normal
5	0	0	0	1	0	0	0	1	Normal
6	0	0	0	1	0	0	0	1	Normal
7	0	0	0	1	0	0	0	1	Normal
8	0	0	0	1	0	0	0	1	Normal
9	0	0	0	1	0	0	0	1	Normal
10	0	0	0	1	0	0	0	1	Normal
11	1	0	0	1	0	0	0	2	Normal
12	1	0	0	1	0	0	0	2	Normal
13	1	0	0	1	0	0	0	2	Normal
14	1	0	0	1	0	0	0	2	Normal
15	1	0	0	1	0	0	0	2	Normal
16	1	1	0	1	1	0	0	4	Normal
17	1	1	0	1	1	1	0	5	Leve
18	1	1	0	1	1	1	0	5	Leve
19	1	1	1	1	1	1	0	6	Leve
20	1	1	1	1	1	1	0	6	Leve
21	1	1	1	2	1	1	0	7	Moderada

22	1	1	1	2	1	1	0	7	Moderada
23	1	1	1	2	1	1	1	8	Moderada
24	1	1	1	2	1	1	1	8	Moderada
25	2	1	1	2	1	1	1	9	Moderada
26	2	1	1	2	2	1	1	10	Moderada
27	2	1	2	2	2	1	1	11	Severa
28	3	1	2	2	2	2	1	13	Severa
29	3	2	2	2	2	2	1	14	Extremadamente severa
30	3	2	2	2	3	3	2	17	Extremadamente severa

Elaborado por: El autor

Fuente: Microsoft Excel 2013

Anexo 4: Tabulación de Respuestas de Ansiedad

Tabla 44: Tabulación Ansiedad

Items-Depresión									
	2	4	7	9	15	19	20	Total	Subescala
1	0	0	0	0	0	0	0	0	Normal
2	0	0	1	0	0	0	0	1	Normal
3	0	0	1	0	0	0	0	1	Normal
4	0	0	1	0	0	0	0	1	Normal
5	0	0	1	1	0	0	0	2	Normal
6	0	0	2	1	0	0	0	3	Normal
7	0	0	2	1	0	0	0	3	Normal
8	0	0	2	1	0	0	0	3	Normal
9	0	0	2	1	0	0	0	3	Normal
10	0	0	2	1	0	0	0	3	Normal
11	0	0	2	1	0	0	0	3	Normal
12	0	0	2	1	0	0	1	4	Normal
13	0	0	2	2	0	0	1	5	Leve
14	0	0	2	2	0	0	1	5	Leve
15	0	0	2	2	1	0	1	6	Leve
16	0	1	2	2	1	0	1	7	Moderada
17	0	1	2	2	1	1	1	8	Moderada
18	0	1	2	2	1	1	1	8	Moderada
19	0	1	2	2	1	1	1	8	Moderada
20	0	1	2	2	1	1	1	8	Moderada

21	0	1	2	2	1	1	1	8	Moderada
22	1	1	2	2	1	1	1	9	Moderada
23	1	1	2	2	1	1	1	9	Moderada
24	1	1	2	2	1	1	1	9	Moderada
25	1	1	2	2	1	1	1	9	Moderada
26	1	1	2	2	1	1	1	9	Moderada
27	1	1	2	2	1	2	2	11	Severa
28	2	1	2	2	2	2	2	13	Severa
29	2	2	2	2	2	2	2	14	Extremadamente severa
30	3	2	2	2	2	2	2	15	Extremadamente severa

Elaborado por: El autor

Fuente: Microsoft Excel 2013

Anexo 5: Tabulación de repuestas de Estrés

Tabla 45: Tabulación de Estrés

Items-Estrés									Total	Subescala
	1	6	8	11	12	14	18			
1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Normal
2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Normal
3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Normal
4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Normal
5	0	0	1	0	1	0	0	0	2	Normal
6	0	0	2	0	1	0	0	0	3	Normal
7	1	0	2	0	1	0	0	0	4	Normal
8	1	0	2	0	1	0	0	0	4	Normal
9	1	0	2	0	1	0	0	0	4	Normal
10	1	1	2	0	1	0	0	0	5	Leve
11	1	1	2	0	1	0	0	0	5	Leve
12	1	1	2	1	1	0	0	0	6	Leve
13	1	1	2	1	1	1	0	0	7	Moderada
14	1	1	2	1	1	1	1	1	8	Moderada
15	1	1	2	1	1	1	1	1	8	Moderada
16	1	1	2	1	1	1	1	1	8	Moderada
17	1	1	2	1	1	1	1	1	8	Moderada
18	1	1	2	1	1	1	1	1	8	Moderada
19	1	1	2	1	1	1	2	2	9	Moderada

20	1	1	2	1	1	1	2	9	Moderada
21	2	2	2	2	2	1	2	13	Severa
22	2	2	2	2	2	2	2	14	Extremadamente severa
23	2	2	2	2	2	2	2	14	Extremadamente severa
24	2	2	2	2	2	2	2	14	Extremadamente severa
25	2	2	2	2	2	2	2	14	Extremadamente severa
26	3	2	2	2	2	2	2	15	Extremadamente severa
27	3	2	2	2	2	2	2	15	Extremadamente severa
28	3	2	2	2	2	2	3	16	Extremadamente severa
29	3	2	2	2	3	2	3	17	Extremadamente severa
30	3	2	2	2	3	2	3	17	Extremadamente severa

Elaborado por: El autor
Fuente: Microsoft Excel 2013

Alex Mauricio Robayo Villalta

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6615-3868>

Correos: psicologiadedavid@gmail.com

alex.robayo@ces.gob.ec

alexdauidrobayoortiz@hotmail.com

gabrielalexao@hotmail.es

psicologiadedadavid@gmail.com

Servidor Público; Consejo de Educación Superior (CES)

Alejandra Carolina Arcos Arévalo

Docente medio tiempo - UNEMI VIRTUAL

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8895-8253>

Correos: aarcosa5@unemi.edu.ec

psicalejandraarcos@gmail.com

alejandra.arcos@ces.gob.ec

Vilma Raffo Babici

SUBDECANA DE LA FACULTAD DE SALUD UNIVERSIDAD ECOTEC

ORCID: 0000-0002-2399-981X

vraffo@ecotec.edu.ec

ISBN: 978-9942-33-686-6



compAs
Grupo de capacitación e investigación pedagógica



[@grupocompas.ec](https://www.facebook.com/grupocompas.ec)

compasacademico@icloud.com