

Intervención psicoterapéutica breve en estudiantes caribeños de Medicina con reacciones psicológicas por impacto ante la COVID-19

Brief psychotherapeutic intervention in Caribbean Medicine students with psychological reactions due to impact of the COVID-19

Dr. C. Alberto Erconvaldo Cobián Mena^{1*} <https://orcid.org/0000-0002-5526-5706>

Dr. Adolfo Rafael Lambert Delgado² <https://orcid.org/0000-0001-9977-6033>

Dr. Michel Torres Leyva³ <https://orcid.org/0000-0001-7729-9715>

Dr. Irsel Antonio Camejo Santacruz Pacheco⁴ <https://orcid.org/0000-0001-5777-7118>

Dr. Sergio Del Valle Díaz⁴ <https://orcid.org/0000-0001-7535-0273>

¹Facultad de Medicina No. 1, Universidad de Ciencias Médicas. Santiago de Cuba, Cuba.

²Hospital Infantil Docente Norte Dr. Juan de la Cruz Martínez Maceira, Universidad de Ciencias Médicas. Santiago de Cuba, Cuba.

³Policlínico Docente Armando García Aspuru, Universidad de Ciencias Médicas. Santiago de Cuba, Cuba.

⁴Hospital Provincial Docente Clinicoquirúrgico Saturnino Lora, Universidad de Ciencias Médicas. Santiago de Cuba, Cuba.

*Autor para la correspondencia. Correo electrónico: alberto.cobian@infomed.sld.cu

RESUMEN

Introducción: La propagación de la COVID-19 y su exponencial crecimiento como pandemia, abarcando a todas las regiones del mundo, ha sido, sin duda, un estresor social, psicológico y fisiológico sin precedentes.

Objetivo: Evaluar la efectividad de la psicoterapia breve en un grupo de estudiantes caribeños de Medicina.

Métodos: Se efectuó un estudio de intervención psicoterapéutica, monocéntrico, en 16 estudiantes caribeños de la Facultad de Medicina No. 1 en la Universidad de Ciencias Médicas de Santiago de Cuba, durante abril de 2020, los cuales presentaron diversas manifestaciones psicológicas y/o psicopatológicas debido al impacto ante la COVID-19. A cada uno se le aplicó la escala de autoevaluación de depresión de Zung y Conde y el IDARE para evaluar el estado de ansiedad antes y después del tratamiento; también se les realizó una entrevista semiestructurada para profundizar en el problema y determinar el funcionamiento emocional y las situaciones generadoras de esos estados.

Resultados: El sexo predominante fue el femenino y el rango etario de mayor frecuencia el de 20-30 años. Luego de la intervención existió una reducción tácita de los niveles de ansiedad y los síntomas depresivos, y se obtuvo una evolución clínica favorable.

Conclusiones: La intervención psicoterapéutica resultó ser efectiva, pues se actuó directamente sobre los aspectos relacionados con la enfermedad que infundían temor a los educandos, y con ello se logró una buena respuesta clínica.

Palabras clave: COVID-19; estudiantes de medicina; salud mental; ansiedad; depresión.

ABSTRACT

Introduction: The propagation of the COVID-19 and its exponential growth as pandemic, extended to all the regions of the world, has been, undoubtedly, a social, psychological and physiologic stressor without precedents.

Objective: To evaluate the effectiveness of the brief psychotherapy in a group of Caribbean Medicine students.

Methods: A monocentric study of psychotherapeutic intervention was carried out in 16 Caribbean students from the No. 1 Medicine Faculty in the University of Medical Sciences in Santiago de Cuba, during April, 2020, which presented diverse psychological and/or psychopathological signs due to the impact of COVID-19. The depression self-appraisal scale of Zung-Conde and IDARE was applied to all of them to evaluate the state of anxiety before and after the treatment; a semistructured interview was also carried out to deepen in the problem and to determine the emotional performance and the generating situations of those states.

Results: The predominant sex was the female and the age range of more frequency was that of 20-30 years. After the intervention it existed a tacit reduction of the anxiety levels and the depressive symptoms, and there was a favorable clinical course.

Conclusions: The psychotherapeutic intervention was effective, because it directly acted on the aspects related to the disease that instill fear to the students, and a good clinical answer was achieved.

Key words: COVID-19; medicine students; mental health; anxiety; depression.

Recibido: 13/07/2020

Aprobado: 29/08/2020

Introducción

La aparición de la COVID-19, declarada como pandemia por su exponencial propagación a todas las regiones geográficas, ha sido, sin dudas, un factor estresante social, psicológico y fisiológico sin precedentes en este siglo.^(1,2)

Este fenómeno ha tenido gran repercusión en la economía mundial y las leyes migratorias de todo el globo terráqueo. Para evitar el contagio, las familias han tenido que dejar la normalidad cotidiana y sustituirla por una anormalidad que se ha extendido durante meses. Sin embargo, a pesar de estas medidas, las cifras de contagiados y fallecidos han ido en aumento, con más de 6 millones de enfermos y más de 491 000 personas que han perdido sus vidas a causa de la enfermedad.⁽³⁾

La epidemia ha producido grandes estragos en países como China, Italia, España, Francia, Inglaterra, EE.UU. y Brasil. Actualmente el continente americano presenta el mayor número de casos de contagios y las muertes están por encima de las 200 mil personas. Los efectos de la COVID-19 se han manifestado en todos los órdenes, sobre todo en el psicológico; reacciones de pánico, angustia, ansiedad, depresión, irritabilidad y agresividad son algunas de las tantas consecuencias psicológicas.^(4,5)

Cuba no ha estado exenta de la propagación de esta enfermedad infecciosa, por lo que se han aplicado medidas radicales, desde la suspensión de la docencia presencial y el transporte público urbano e interprovincial, hasta el cierre de los aeropuertos y otras plataformas de transporte internacional. Se ha acudido a las tecnologías de la información y la comunicación para sostener contactos con familiares y amigos, lo que ha generado un enorme flujo de información en las redes sociales y otros medios, que no siempre tienen un fundamento científico y sí un inmenso carácter especulativo.^(6,7,8)

En el ámbito del pregrado de Medicina, han existido temores en los estudiantes; el miedo a infectarse y a perder a los familiares y el curso escolar ha disparado los estados psicológicos, por lo que se ha requerido una atención especializada para evitar una evolución hacia la cronicidad o una manifestación mayor. Este problema social condujo a efectuar la actual investigación.

Métodos

Se realizó un estudio de intervención terapéutica cuasiexperimental, monocéntrico, del tipo antes-después, donde el mismo grupo de casos fue el de control, durante el mes de abril del 2020, en estudiantes caribeños con manifestaciones reactivas y psicopatológicas por el impacto ante la COVID-19, a fin de evaluar la efectividad de la psicoterapia breve en ellos.

El universo estuvo integrado por todos los estudiantes de ambos sexos provenientes de los países del Caribe y becarios en la Facultad de Medicina No. 1 de la Universidad de Ciencias Médicas de Santiago de Cuba, y de este se seleccionó una muestra de 16, basada en los siguientes criterios de inclusión:

- Haber expresado a las autoridades consulares de sus países y/o las autoridades académicas de la Facultad, estados de angustia, nerviosismo, tristeza y preocupación marcada ante la situación creada por la COVID-19.
- Dar el consentimiento de recibir la intervención terapéutica.

Asimismo, fueron excluidos de la intervención los que nunca expresaron situación alguna y los que se negaron a ser atendidos. Como criterios de salida se consideraron el deseo espontáneo de abandonar el tratamiento y el ausentarse a dos de las tres sesiones psicoterapéuticas.

Para llevar a cabo la investigación, fue necesaria la selección de algunas técnicas y tests psicológicos, a saber:

- Entrevista semiestructurada: Con el objetivo de profundizar en el problema del paciente y esclarecerlo, y además comprender el funcionamiento de su personalidad, se evaluaron algunos indicadores de su funcionamiento emocional en cuanto a la presencia de estados emocionales negativos (ansiedad y depresión) y el tipo de situaciones generadoras de estos estados.
- Observación: A través de la observación como método científico se llevó a cabo una percepción atenta, intencional, planificada y sistemática, de fenómenos y manifestaciones relacionados con los objetivos de la investigación en condiciones naturales, con la finalidad de brindar una explicación científica de la naturaleza interna del fenómeno en estudio. Se empleó durante la interacción con los sujetos, fundamentalmente durante las sesiones de evaluación y tratamiento, como una vía de triangular la información recogida con otras técnicas.
- Inventario diagnóstico de la ansiedad como rasgo y estado (IDARE): Para evaluar dos dimensiones distintas de ansiedad: como rasgo y estado.
- Escala de depresión de Zung y Conde: Su objetivo es evaluar la presencia de depresión en sus diferentes escalas.

Etapas de la intervención

1. Diagnóstico y clasificación: A todos los pacientes se les realizó una entrevista médica, incluido el examen psiquiátrico, con el objetivo de recoger el dato primario y determinar las características de cada caso en particular. Se les explicó, en el consentimiento informado por escrito, las particularidades de la investigación y el tratamiento. También

se les aplicaron los tests psicológicos de IDARE y de Zung y Conde. Tanto la entrevista como el examen psiquiátrico sirvieron para elaborar la planilla de recolección de datos (historia clínica) creada al efecto.

2. Intervención terapéutica: A los estudiantes, ya convertidos en pacientes, se les aplicó una psicoterapia breve utilizando como principales recursos la información, el apoyo, la catarsis, los ejercicios de relajación, así como la psicoterapia individual (en dos pacientes por la complejidad de los casos). Esta contó con 3 sesiones:

- Sesión 1. El objetivo fue establecer una relación empática con cada paciente. Esta sesión estuvo dirigida a obtener información diagnóstica, poniendo énfasis en la ansiedad y en los elementos distímicos (a través de la entrevista), así como en buscar fortalezas y debilidades de la personalidad. Se acordó el número de sesiones y su duración, con el compromiso de asistencia a cada una como expresión del contrato terapéutico. Se aplicaron las dos pruebas psicológicas previstas para establecer una calificación inmediata y brindarle a cada estudiante los resultados, a fin de comenzar la intervención grupal.
- Sesión 2. Se procedió a evaluar los estados psíquicos a través de las intervenciones individuales en el marco grupal; en cada caso se escudriñaron los aspectos o elementos en que habían mejorado, así como las preocupaciones fundamentales que aún subsistían y generaban ansiedad, para poder brindar información precisa y recursos de soporte y apoyo emocional.
- Sesión 3. Se aplicó el mismo procedimiento que en la sesión 2 para cerrar el ciclo de intervención grupal, y aquellos que aún tenían problemas fueron remitidos al equipo de salud mental para tiempos de la COVID-19, conformado por los docentes del Departamento de Psicología Médica, con vistas a brindarles una atención más personalizada y especializada.

3. Evaluación: Al grupo se les realizó una valoración integral en el primer encuentro y una evaluación evolutiva durante las dos semanas subsiguientes en que duró la intervención. En el último encuentro se efectuó una reevaluación y de manera objetiva se constató el nivel de evolución de los estudiantes.

Se confeccionó la historia clínica individual de cada paciente y se plasmó el dato primario en la planilla de recolección creada a tal efecto, lo que constituyó la fuente de información. Luego se creó una base de datos en el software estadístico SPSS 22 donde fue procesada dicha información. Los resultados se presentaron en porcentaje como medida de resumen.

Resultados

En la serie predominó el sexo femenino y existió igual número de pacientes en los rangos de edades establecidos (tabla 1). El total de los estudiantes provenían de países latinoamericanos: 13 de Granada, 1 de Jamaica, 1 de República Dominicana y 1 de Santa Lucía.

Tabla 1. Pacientes según sexo y grupos etarios

Grupo etarios (años)	Sexo				Total	
	Masculino		Femenino		No.	%
	No.	%	No.	%		
De 20 - 24	5	31,2	3	18,8	8	50,0
De 25 - 29	2	12,5	6	37,5	8	50,0
Total	7	43,7	9	56,3	16	100,0

Fuente: historia clínica

Antes de la intervención preponderaba el nivel medio de ansiedad en los estudiantes, pero luego de la psicoterapia todos presentaron un nivel de ansiedad bajo (tabla 2).

Tabla 2. Evaluación de la ansiedad como estado según el IDARE antes y después del tratamiento

Nivel de ansiedad	Tratamiento			
	Antes		Después	
	No.	%	No.	%
Bajo	6	37,5	16	100,0
Medio	7	43,7		
Alto	3	18,8		
Total	16	100,0	16	100,0

La depresión fue una constante en todos los sujetos estudiados (tabla 3), con elevada frecuencia de la depresión normal sin psicopatología (87,4 %).

Tabla 3. Evaluación de la depresión según la escala de autoevaluación de Zung y Conde antes y después del tratamiento

Impresión equivalente	clínica	global	Tratamiento			
			Antes		Después	
			No.	%	No.	%
Normal sin psicopatología			14	87,4	16	100,0
Depresión de mínima a leve			1	6,3		
Depresión de moderada a notable			1	6,3		
Depresión de grave a extrema						
Total			16	100,0	16	100,0

En las primeras dos semanas primaron los pacientes con ansiedad marcada e irritabilidad. Al finalizar las 3 semanas de intervención ningún sujeto presentaba síntomas psicopatológicos (tabla 4).

Tabla 4. Manifestación de los síntomas principales en los pacientes según semana de tratamiento

Síntomas	Período de tratamiento		
	Semana 1	Semana 2	Semana 3
Ansiedad marcada	10	5	
Irritabilidad	4	3	
Hipotimia	2	1	
Trastornos del sueño	1	1	
Ideas suicidas	1		

Fuente: historia clínica

Antes de la intervención la respuesta clínica psicológica era inadecuada en todos los pacientes, pero al finalizar la psicoterapia dicha respuesta se modificó y resultó ser adecuada en el total de la casuística.

Discusión

El test IDARE reveló que la ansiedad como estado estaba presente en todos los estudiantes en el momento del diagnóstico inicial, aunque hubo un predominio en las categorías de bajo y medio. Es necesario destacar que el concepto de ansiedad como estado se refiere a las alteraciones que siente el sujeto en el momento particular en que es estudiado, mientras que cuando se refiere a rasgo abarca a cómo se siente habitualmente. Cuando se aplicó la reevaluación al final de la psicoterapia, ninguno de los estudiantes presentaba manifestaciones de ansiedad en las categorías mencionadas previamente, lo que indica que hubo una disminución de los puntajes, que correspondieron a un muy bajo nivel de ansiedad. La presencia de ansiedad entre estos estudiantes coincidió con un estudio realizado por Bostan *et al*,⁽⁹⁾ en el cual el personal de la salud también presentó significativos niveles de ansiedad.

Los esquemas de respuesta a estímulos en los pacientes deprimidos van a estar orientados a la selectividad de aquellos negativos, incluso cuando la situación en la que estos interactúen esté compuesta por un amplio conjunto de estímulos. Este modo de percibir el entorno, a partir de la combinación de estos estímulos específicos, desemboca en la estructuración de la experiencia. En estos sujetos se intervino sobre la propia organización estructural del pensamiento depresivo y se le dieron herramientas para eliminar los posibles errores del procesamiento de la información, propios de la depresión.^(10,11)

Solo dos estudiantes de este estudio presentaron signos de depresión (de mínima a leve y de moderada a notable, respectivamente) según la escala de autoevaluación de Zung y Conde, y en ninguno hubo manifestación de depresión grave o extrema. Luego de realizada la intervención, ninguno de los pacientes mostró manifestación alguna. Esto fue condicionado por el contenido de apoyo y el soporte informativo referente a todas las expectativas que, concebidas por parte de los estudiantes o no, les permitió percibir su medio externo e interno de una manera diferente, mostrándoles que contaban con el apoyo y la comprensión de los directivos del centro donde estudian para enfrentar sus problemas, con redes de apoyo y, sobre todo, protección moral, económica, material y

salubrista. También se les aclaró que jamás serían perjudicados ante las contingencias adversas que pudieran darse en el país y con el curso escolar.

En la segunda sesión fue invitada la Vicerrectora Académica, la que respondió a todas las inquietudes relacionadas con lo que acontecía en sus vidas y, sobre todo, con el curso escolar y el sistema de apoyo con que podrían contar en tan adversas contingencias, lo cual, según ellos, "les quitó la mayor de las angustias".

Beck *et al*⁽¹¹⁾ plantean que los tres componentes de la triada cognitiva negativa —parte sustancial de la depresión— son precisamente las cogniciones negativas sobre los demás, sobre sí mismo; el sujeto interpreta sus experiencias de una manera negativa, pues los obstáculos y las cogniciones adversas sobre su futuro le parecen insuperables. Todo ello se integra en la visión de estos sujetos respecto a la posibilidad de contagio con la COVID-19 y el desenlace en una posible fatalidad (visión negativa acerca del futuro), de manera que esta inminencia es el “obstáculo insuperable” idealizado en esta situación. La percepción de indefensión e incertidumbre fue modificada al contribuir a revertir las manifestaciones depresivas.

Afanasiev,⁽¹²⁾ en su obra “La dirección científica de la sociedad”, considera al hombre como un sistema autogobernado, y este sistema, que incluye a los sistemas sociales, necesita estar informado adecuadamente para mantenerse “vivo” y con un buen nivel de funcionamiento, como necesaria capacidad de contrarrestar las fuerzas entrópicas, que destruyen a tales sistemas y que en este caso "oportunistamente" actúan con fuerza si los niveles de información son insuficientes y las personas se exponen a cualquier tipo de información, incluida la tóxica, generada por la angustia y, al mismo tiempo, generadora de esta. A más información útil habrá mayor estabilidad de los sistemas. La información tergiversada y carente de fundamento científico que circula en las redes sociales y que desemboca en la desinformación y confusión, fue precisamente un detractor de la salud mental en estos estudiantes intervenidos psicoterapéuticamente. En este contexto, las herramientas cognoscitivas poseen una función fundamental, puesto que ayudan a establecer modelos lógicos de respuesta y a evitar la desorganización de la conducta.⁽⁷⁾

Durante el periodo de tratamiento, comprendido por tres semanas, ya en la segunda semana el número de pacientes con ansiedad marcada, hipotimia e irritabilidad descendió. Por otra parte, aún se mantenían trastornos del sueño en uno de los pacientes.

En la tercera semana no hubo manifestación sintomática alguna, lo que sugiere una muy buena respuesta clínico-psicológica al tratamiento.

Para concluir, la intervención psicoterapéutica resultó ser efectiva en los estudiantes, pues al actuar directamente sobre los aspectos relacionados con la enfermedad, logró una buena respuesta terapéutica expresada en una buena evolución clínica.

Referencias bibliográficas

1. Lizaraso Caparó F, Del Carmen Sara JC. Coronavirus y las amenazas a la salud mundial. Horiz Med (Lima). 2020 [citado 28/06/2020];20(1):4-5. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1727-558X2020000100004&script=sci_arttext
2. Lorenzo Ruiz A, Díaz Arcaño K, Zaldívar Pérez D. La psicología como ciencia en el afrontamiento a la COVID-19: apuntes generales. Anales de la Academia de Ciencias de Cuba. 2020 [citado 28/06/2020];10(2). Disponible en: <http://www.revistaccuba.cu/index.php/revacc/article/view/839/855>
3. Guanche Garcell H. COVID-19. Un reto para los profesionales de la salud. Rev Haban Cienc Méd. 2020 [citado 28/06/2020];19(2). Disponible en: <http://www.revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/article/view/3284/2544#text>
4. World Health Organization. Coronavirus Disease (COVID-19). Situation Report–159. Ginebra: WHO; 2020 [citado 28/06/2020]. Disponible en: https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200627-covid-19-sitrep-159.pdf?sfvrsn=93e027f6_2
5. Ali Khalaf M. Psychological Consequences of COVID-19 and Challenges for Post-traumatic Interventions. Psychology Research. 2020 [citado 28/06/2020];10(1):24-9. Disponible en: <http://www.davidpublisher.com/Public/uploads/Contribute/5ea52e6a25068.pdf>
6. Estado Mayor Nacional de la Defensa Civil. Nota Informativa No. 1 del Estado Mayor Nacional de la Defensa Civil. Medidas a adoptar para el cumplimiento de la cuarentena Covid-19 en nuestro país. Cuba. Granma. 9 Abr 2020 [citado 28/06/2020]. Disponible en:

<http://www.granma.cu/cuba-covid-19/2020-04-09/medidas-a-adoptar-para-el-cumplimiento-de-la-cuarentena-covid-19-en-nuestro-pais-09-04-2020-00-04-25>

7. Dubey S, Biswas P, Ghosh R, Chatterjee S, Dubey MJ, Chatterjee S, et al. Psychosocial impact of COVID-19. *Diabetes & Metabolic Syndrome: Clinical Research & Reviews*. 2020;14(5):779-88.

8. Macias Llanes ME. COVID-19: La respuesta social a la pandemia. *Rev Hum Méd*. 2020 [citado 28/06/2020];20(1). Disponible en:

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202020000100001&lng=es&nrm=iso&tlng=es

9. Bostan S, Akbolat M, Kaya A, Ozata M, Gunes D. Assessments of Anxiety Levels and Working Conditions of Health Employees Working in COVID-19 Pandemic Hospitals. *Electron J Gen Med*. 2020 [citado 28/06/2020];17(5). Disponible en:

<https://www.ejgm.co.uk/download/assessments-of-anxiety-levels-and-working-conditions-of-health-employees-working-in-covid-19-8228.pdf>

10. González Llaneza FM, Martín Carbonell M, Grau Abalo J, Lorenzo Ruiz A. González Llaneza FM. Instrumentos de evaluación psicológica para el estudio de la ansiedad y la depresión. En: *Instrumentos de evaluación psicológica*. La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2007.

11. Beck AT, Rush AJ, Shaw BF, Emery G. *Terapia cognitiva de la depresión*. 19 ed. Bilbao: Desclée de Brouwer; 2005. p. 400.

12. Afanasiev VG. *Dirección Científica de la sociedad*. Moscú: Editorial Progreso; 1977.

Conflicto de intereses

Los autores declaran no tener ningún conflicto de intereses.

Contribución de los autores

Alberto Erconvaldo Cobián Mena: Creación de la idea científica e intervención terapéutica. Recolección, análisis, procesamiento y presentación de la información. Participación: 35 %

Adolfo Rafael Lambert Delgado: Intervención terapéutica, búsqueda bibliográfica y procesamiento de la información. Participación: 30 %

Michel Torres Leyva: Revisión del dato primario. Redacción final del informe. Participación: 15 %.

Irsel Antonio Camejo Santacruz Pacheco: Revisión del dato primario y de bibliografía actualizada. Participación: 10 %

Sergio del Valle Díaz: Revisión del dato primario y del informe final. Participación: 10,0 %



Esta obra está bajo una [licencia de Creative Commons Reconocimiento-NoComercial 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).