

Del 6 de abril al 1 de junio, el 112 recibió 700 llamadas de auxilio psicológico vinculadas a la pandemia. El sector alertó del aumento, semana a semana, de tendencias suicidas

La *huella* psicológica de la Covid

PATRICIA ABET
SANTIAGO

En el momento de la redacción de este artículo, la Covid había matado a 619 personas en Galicia. Dos meses de confinamiento casi absoluto trasladaron a todo el país a una distopía que nadie hubiese podido prever. Las unidades de críticos se colapsaron y los muertos se contaban por centenares. En los peores días de la pandemia, la emergencia era sanitaria. Había que salvar vidas. Pero superado el pico, toca revisar los daños de tantas semanas de cerrazón y miedo. Según el Colegio Oficial de Psicólogos de Galicia (COPG), desde el 6 de abril al 1 de junio, el 112 recibió 700 llamadas de auxilio vinculadas a emergencias psicológicas. El 70 por ciento de ellas las hicieron mujeres. Del total, los motivos más frecuentes por lo que los gallegos pidieron ayuda en el confinamiento tuvieron que ver con ataques de ansiedad, malestar generalizado y miedo. En menor medida se encontraron personas con sentimientos de soledad, familiares de fallecidos y víctimas de la violencia machista, que con las restricciones de movilidad se recrudeció. Según un informe del COPG al que ha tenido acceso ABC, también repuntaron las ideaciones suicidas (un 2 por ciento de las llamadas registradas). En este punto, el estudio subraya que estas tendencias fueron en aumento a medidas que las semanas en confinamiento se sucedían.

Los más afectados

Más de la mitad de las personas que acudieron al 112 a través del servicio psicológico estaban en tratamiento, lo que da cuenta «de la alteración que tanto el estado de alarma como el paso a la nueva normalidad» está generando. Pero la incertidumbre también hizo mella, advierten los profesionales del gremio, en personas nunca medicadas que hasta el momento habían logrado encarar sus problemas vitales con éxito y sin precisar de apoyo psicológico.

Por categorías, los mayores y los niños y adolescentes fueron los grupos de edad más dañados por el encierro. Los primeros, por el miedo al contagio y la soledad. Los segundos, por la falta de comprensión de una situación para la que pocos estaban preparados. Por detrás en esta nómina de víctimas colaterales están los trabajadores más expuestos (caso de profesionales sanitarios, empleados de supermercados) que en ocasiones tuvieron que afronar,



Una familia, al finalizar el estado de alarma, en Santiago

MIGUEL MUNIZ

tar, además, el rechazo social por el temor a que fueran un foco de contagio. La ola del coronavirus también dañó a los supervivientes, que en muchos casos arrastran importantes secuelas psicológicas, y a las familias tanto de infectados como de fallecidos, que tuvieron que vivir la pérdida confinados y sin despedida.

Esta revisión de daños, radiografía de la huella del coronavirus en la sociedad gallega, arroja otras realidades. Atendiendo a la interpretación de los profesionales de la salud mental, «muchas personas que antes superaban adversidades cotidianas sin mayor dificultad, se encuentran ahora sujetas a nuevos estresores por la pandemia, que pueden limitar sus propios recursos y capacidades personales y conducirlos a experimentar ansiedad o angus-

tia, derivando en un problema de salud mental». Y como muestra enumeran el aislamiento, la pérdida de empleo efectivo o posible, la reducción de los ingresos, las restricciones de movilidad, el teletrabajo, las dificultades de conciliación...

«Todos ellos son elementos estresores que de un modo u otro afectaron a toda la población, casi sin excepción».

Para recuperar el equilibrio perdido, retomar la normalidad y adelantarse a posibles agravamientos, desde el COPG exigen que los centros de salud se doten de un psicólogo que ofrezca una primera atención, y también los colegios, a donde los grandes olvidados de la pandemia deberán volver casi cinco meses después de que su cotidianidad se quedase en 'standby'.

70
por ciento
Siete de cada llamadas al 112 las realizaron mujeres, en su mayoría por ansiedad

2
por ciento
Un dos por ciento del total de llamadas mostraron tendencias suicidas