



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA



**DOCUMENTO PROBATORIO DEL EXAMEN DE CARÁCTER COMPLEXIVO  
PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE LICENCIADO EN  
PSICOLOGIA**

**PROBLEMA:**

CONFINAMIENTO POR COVID-19 Y ANSIEDAD EN UNA ADULTA MAYOR DEL CANTÓN  
VALENCIA.

**AUTOR:**

CALERO OSORIO RUBÉN DARÍO

**TUTORA:**

PSC. PIZA BURGOS NARCISA DOLORES

**BABAHOYO – ECUADOR**

**2022**



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA



## Resumen

El presente estudio de caso trata de encontrar una relación entre el confinamiento por covid-19 y la ansiedad de una adulta mayor del Cantón Valencia la cual no presentaba una sintomatología de ansiedad hasta que inicio el confinamiento por covid-19, el confinamiento por covid-19 fue un evento que duro por una año y medio, perjudico de diferentes maneras a distintas personas según su contexto, en este caso gracias a la situación tan dantesca vivida y las noticias tan desoladoras que se veían en los medios de comunicación, estos síntomas de ansiedad tuvieron un tiempo de prevalencia de 3 años provocándole dolencias como preocupación excesiva, problemas de sueño, entre otros.

Utilizando las técnicas cognitivas conductuales se buscó ayudar a reducir los síntomas que tanto le aquejaban a lo largo de estos 3 años, con la ayuda de la técnica de respiración, técnicas de relajación muscular progresiva y la reestructuración muscular, ya que las técnicas cognitivo conductuales son la mejor opción debido a que en corto tiempo en el cual se pueden obtener resultados además de también utilizar herramientas psicométricas como el test de ansiedad de Hamilton y el inventario de ansiedad de Beck para tener una constancia de los niveles de ansiedad que esta puede presentar.

Al obtener los resultados de los test psicométricos se demostró que la adulta mayor sufría de ansiedad moderada que provocaba los síntomas somáticos además de los psíquicos, gracias a la intervención con las técnicas y la explicación de cómo realizar estas la individuo logro reducir su ansiedad hasta niveles más manejables para ella además de poder progresar y desahogar los sentimientos y emociones que esta tenía.

**Palabras clave:** Confinamiento, COVID-19, ansiedad, pandemia, adulto mayor, ansiedad generalizada.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA



### Abstract

The present case study tries to find a relationship between the confinement due to covid-19 and the anxiety of an older adult from the Canton of Valencia who did not present symptoms of anxiety until the confinement due to covid-19 began, the confinement due to covid-19 was an event that lasted for a year and a half, harming different people in different ways depending on their context, in this case thanks to the very Dantesque situation experienced and the devastating news that was seen in the media, these symptoms of anxiety had a prevalence time of 3 years causing ailments such as excessive worry, sleep problems, among others.

Using behavioral cognitive techniques, we sought to help reduce the symptoms that had afflicted him so much throughout these 3 years, with the help of the breathing technique, progressive muscle relaxation techniques and muscle restructuring, since behavioral cognitive techniques are the best option because in a short time in which results can be obtained in addition to also using psychometric tools such as the Hamilton anxiety test and the Beck anxiety inventory to have a record of the levels of anxiety that it may present. When obtaining the results of the psychometric tests, it was shown that the older adult suffered from moderate anxiety that caused somatic symptoms in addition to the psychic ones, thanks to the intervention with the techniques and the explanation of how to carry out these, the individual managed to reduce her anxiety to levels more manageable for her in addition to being able to progress and vent the feelings and emotions that she had.

**Keywords:** Confinement, COVID-19, anxiety, pandemic, older adults, generalized anxiety.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

INDICE

Resumen .....	II
Abstract .....	III
Contextualización .....	1
Planteamiento del problema .....	1
Justificación.....	3
Objetivos del estudio .....	4
Objetivo General .....	4
Objetivos Específicos.....	4
Línea de Investigación.....	4
Marco conceptual.....	5
Pandemia .....	5
Pandemia por Covid-19.....	5
Confinamiento .....	6
Confinamiento por COVID-19 .....	7
¿Qué tipo de confinamiento se puede aplicar para la pandemia por COVID-19?.....	7
Ansiedad .....	9
Niveles de ansiedad.....	10
Ansiedad generalizada .....	11
Marco metodológico .....	12

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

Tipo de investigación .....	12
Diseño de investigación .....	12
Enfoque de investigación.....	12
Técnicas.....	13
Entrevista: .....	13
Observación clínica: .....	13
Test psicométricos: .....	13
Instrumentos.....	14
Cuestionario de preguntas abiertas.....	14
Test de Hamilton .....	14
Test de ansiedad de Beck.....	15
Resultados .....	16
Presentación del caso .....	16
Primera sesión.....	16
Segunda sesión.....	18
Tercera sesión .....	18
Cuarta sesión.....	20
Situaciones detectadas .....	22
Criterios diagnósticos de la ansiedad generalizada .....	23
Soluciones planteadas .....	24

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

Discusión de resultados.....	27
Conclusiones.....	29
Recomendaciones .....	30
Bibliografía.....	31
Anexos .....	34

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

Contextualización

Planteamiento del problema

En vista de la pandemia y confinamiento vivido en el año 2019 hasta el año 2021 se llegó a presenciar distintas problemáticas de distintos caracteres en lo que duró este proceso, uno de ellos fueron los problemas de salud mental que se dieron en aumento de manera general y que también afectaba a ciertos grupos, de manera cotidiana llegué a ver la aparición de los síntomas progresivos de ansiedad en una adulta mayor donde me pregunté, ¿Cómo influye el confinamiento por pandemia en la aparición de ansiedad en una adulta mayor del Cantón Valencia?

Según la Organización Mundial de la Salud (2022) la prevalencia de la depresión y de la ansiedad subieron en un 25% a nivel mundial. En vista del creciente aumento de los problemas de la salud mental como la ansiedad por parte de del confinamiento que se vivió por el covid-19 no es extraño pensar que en una persona adulta mayor se hayan manifestados estos mismos males ya que la pandemia y el confinamiento fueron vividos de igual manera por toda la población.

De acuerdo con Ramírez et al. (2020) en un estudio titulado "impacto psicológico del confinamiento por covid-19 hacia un nuevo constructo clinimétrico ansioso-depresivo en mujeres adultas de Azogues" se logró averiguar mediante el uso de psicometría y varios instrumentos que la ansiedad no fue un predictor significativo inverso o negativo de la edad y que este mismo era de los más significativos en los días donde se encontraban más en cuarentena existiendo una relación entre factores que también pudieron afectar a la adulta mayor.

Por su parte gracias a las practicas preprofesionales en el ámbito de la psicología la cual fue realizada a los residentes del cantón Quevedo, que pertenece a la provincia de Los Ríos, realizado en el periodo Mayo 2021 - Septiembre 2021, se manifestó en una adulta mayor un estado de preocupación excesiva de intensidad alta que también afectaba a las actividades

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

diarias que esta realizaba y que también repercutió en otros aspectos de su vida llevándola en ocasiones llegar al punto del llanto (Moreno Romero, 2020).



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

Justificación

El estudio de caso presentado se ha realizado debido a que durante la pandemia y confinamiento vividos por el covid-19 se llegó a presenciar en una adulta mayor, residente del Cantón Valencia, un estado de ansiedad el cual llegó a afectar sus relaciones familiares y sociales además de afectar sus actividades diarias, esto por el estado de preocupación excesiva, insomnio, fatiga, sobresalto exagerado y dificultad para concentrarse o quedarse con la mente en blanco.

Debido a que la pandemia y el confinamiento por covid-19 fue un evento relativamente reciente en nuestra sociedad, estudiar su relación con el estado emocional, en este caso como impacta en el estado emocional de una adulta mayor del cantón Valencia, es de importancia debido a que así podemos conocer las consecuencias del confinamiento por covid-19 y su impacto en la salud mental.

Al conocer las consecuencias del confinamiento por covid-19 sobre la salud mental se pueden encontrar maneras en las cuales se pueden ayudar a las personas afectadas por esta situación y que con ayuda de la información aportada en este estudio se puedan encontrar similitudes las cuales puedan apoyar en el diagnóstico de futuros casos.

Al elegir un tipo de investigación correlacional se busca describir el grado de relación entre el confinamiento por pandemia covid-19 y la ansiedad en una adulta mayor, con un diseño de investigación no experimental encontramos que, sin manipular las variables, buscamos observar y analizar el fenómeno estudiado, por último, usamos un enfoque cualitativo al estar estudiando a un solo sujeto y sus características.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

Objetivos del estudio

*Objetivo General*

- Determinar de qué manera el confinamiento por COVID influye en la ansiedad que presenta el adulto mayor para mejorar su calidad de vida.

*Objetivos Específicos*

- Investigar de qué manera el confinamiento covid-19 influye en el estado de ansiedad en el adulto mayor.
- Conocer la manera en la que la ansiedad repercute en el adulto mayor.
- Describir el impacto del confinamiento por covid-19 sobre el estado emocional de una adulta mayor del Cantón Valencia.

Línea de Investigación

El presente estudio se encuentra realizado acorde a los lineamientos de la Universidad Técnica de Babahoyo en "Educación y desarrollo social" como línea de investigación de la carrera de "Clínica", con la sub línea bienestar y prevención de riesgo psicosocial, y gerontología al ser este un estudio relacionado con esa línea.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

## Marco conceptual

### Pandemia

La pandemia es una palabra que como menciona Liliana Henao-Kaffure (2010) de manera etimológica esta palabra proviene del vocablo pandêmonnosêma que tiene como significado enfermedad del pueblo dando a entender que se refiere a una enfermedad o mal que afecta de manera generalizada a todo un grupo de personas que puede extender y que su contención es algo muy dificultoso, de manera general también podemos entender a las pandemias como algo que afecta a todos sin distinción de grupos.

Se han vivido varias pandemias a lo largo de la historia humana, una de las más significativas fue la pandemia de la peste negra que según Juaristi, J. (2020) más allá de sus siglos este evento sigue siendo algo reciente y que pesa aún en colectivo imaginario de las personas, la mayoría de las personas nunca esperan que las cosas que pasan en los libros de historia vuelvan a suceder, pero al ser un peligro incontrolable el riesgo siempre se encuentra allí. A diferencia de la pandemia de la peste negra que fue una de las más grandes en la historia contemporánea, la pandemia por covid-19 fue una actual que muchos hemos vivido en carne propia y nos afectó a niveles inimaginables en los ámbitos económicos, psicológicos y físicos, de los que fueron más notables en ver fue los escasos de dinero y empleo que llevo a muchos a una situación económica difícil y que a por otro lado, la salud mental de muchos se vio comprometida a diferentes niveles.

### *Pandemia por Covid-19*

El covid-19 (SARS COV 2) fue el virus causante de la pandemia vivida en de noviembre del 2019 hasta mayo del 2021, de acuerdo con la OMS (2021) el coronavirus es una enfermedad que es causada por el sars-cov-2 y presenta síntomas como si esta fuera una enfermedad de tipo respiratorio, así fue como la enfermedad empezó a presentar en los

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

pobladores de Wuhan, provincia de Hubei, China a finales de 2019 Pérez Abreu et al. (2020) siendo este también el punto de origen.

Los síntomas mencionados que se llegan a presentar los pacientes infectados son entre los más comunes la fiebre, la tos, el cansancio y la pérdida del gusto y el olfato, entre otros menos comunes son el dolor de garganta, dolor de cabeza , dolores y molestias, diarrea ,erupción en la piel o decoloración de los dedos de las manos o pies y ojos rojos o irritados, por último en los graves presenciados son la dificultad para respirar o falta de aire, pérdida del habla o la movilidad, o confusión dolor en el pecho.

En la prevención de la enfermedad, se dieron varias pautas para que el riesgo de contagiarte de covid-19 se reduzca y así no vivir los posibles síntomas antes tratados, entre estas pautas de prevención se encuentran las vacunas que ya disponibles, el distanciamiento social, el uso de mascarillas, estar en espacios ventilados y abiertos, lavarse las manos con regularidad, cubrir boca y nariz al toser o estornudar y quedarse en casa en caso de sentirse mal y esperar hasta recuperarse.

### Confinamiento

El confinamiento de acuerdo con Sánchez y de la Fuente (2020) esta es una medida de contención que se aplica como forma final de contener el contagio de una enfermedad, el confinamiento es una de otras medidas aplicadas para los casos en donde se necesita para la propagación de alguna enfermedad, entre otras más se tienen a la cuarentena, el aislamiento, el distanciamiento social y por último tenemos a el confinamiento como medida de contención.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

*Confinamiento por COVID-19*

La crisis causada por la pandemia por COVID-19 ha sido sinónimo de un difícil manejo para muchas personas, muchas personas tuvieron que mantenerse en confinamiento y/o aislamiento cumpliendo con las medidas de protección y prevención establecidas por las autoridades sanitarias del país. Esta situación afecta mucho a las personas cuyas necesidades eran difícil de cumplir, debido a que las plazas de trabajo se mantuvieron cerradas, aplazadas o en muchos casos en paro indefinido, esto llevo a que las personas enfrenten cambios de conductas y alteraciones de la salud mental a causa del encierro que tiene como fin evitar que los contagios aumenten (Sanchez Villena y De La Fuente Figuerola, 2020).

Luego del que periodo de confinamiento total se terminó ya que la economía de los países debía reactivarse y además a esto se iniciaba la vacunación controlada de la población, se mantuvieron restricciones que limitaban la libertad y posibilidad de movilidad de las masas, los equipos profesionales y familias debían tener espacios reservados, limitaciones de contacto, aislamiento de los miembros que presentaban síntomas y el uso de medidas de protección y prevención de forma continua. Por ello, el gobierno emitía en todos los medios de comunicación la información necesaria para concientizar a la población de las medidas, habilitó canales para la protección de la salud mental y física con profesionales netamente calificados (Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social, 2020).

*¿Qué tipo de confinamiento se puede aplicar para la pandemia por COVID-19?*

El confinamiento domiciliario fue la forma en la que los gobiernos ayudaban a combatir la propagación del virus Covid-19 durante la pandemia, este tipo de confinamiento tiene excepciones como salir de casa, acudir a centros de atención medica o acudir al puesto de trabajo, también la asistencia lugares no esenciales, como negocios de entretenimiento y recreación, comerciales minoristas entre otros más. Durante este confinamiento se promovió la amplia reducción de los contagios de modo que luego de un largo tiempo se decidió que las

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

personas podían integrarse a actividades de labor de forma controlada y siempre cumpliendo con las medidas de prevención (Sanitaria, 2022).

Por otro lado, existe el confinamiento perimetral que tan solo son los llamados “toque de queda”, este regula la movilidad de una población específica dispuesta mediante ordenanza gubernamental, aunque también presenta excepciones como asistir al trabajo o centros sanitarios. En otras palabras, es una completa limitación de los derechos de las personas para ejercer la libre movilidad; normalmente este se aplica con vigencias de tiempos establecidos y se retiran una vez que se determina que la situación social y epidemiológica mejora (Sanitaria, 2022).

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

Ansiedad

La ansiedad es común en la vida de las personas cuando esta se da de forma ocasional, pero aquellas que tienen trastornos de ansiedad frecuentemente sufren preocupaciones y miedos muy intensos, excesivos y persistentes en situaciones del día a día. Estos trastornos generan episodios consecutivos de sentimientos imprevistos de ansiedad intensa y miedo que llegan a un punto máximo en tan solo pocos minutos, a esto se le conoce como ataques de pánico (Mayo Clinic, 2021).

Este tipo de sentimientos de ansiedad y el pánico que producen se vuelven difíciles de controlar, siendo desproporcionales si en comparativa con el peligro real se trata; por esta razón las personas buscan la forma de evitar lugares, situaciones o incluso otras personas que pongan en riesgo el control que tratan de ejercer sobre los síntomas de ansiedad. Los cuadros de ansiedad son causados por varios factores de entre ellos el fundamental es el genético, lo que nos indica que el sujeto puede o no predisponer de algún trastorno, sin importar la forma de educación que haya tenido o la personalidad este grupo tiende a hacerseles mucho más difícil tener que afrontar acontecimientos estresantes. Por otro lado, los factores precipitantes son los acontecimientos estresantes, la dificultad en las relaciones interpersonales, las enfermedades físicas y los problemas laborales, así también la química cerebral y conductas aprendidas (Sánchez Pedreño, 2020).

La ansiedad presenta distintos cuadros clínicos o trastornos de los cuales se incluyen los siguientes:

- Trastorno de ansiedad generalizada
- Trastorno de ansiedad por separación
- Trastorno de ansiedad social
- Trastorno de pánico
- Mutismo selectivo
- Fobias específicas

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

*Niveles de ansiedad*

Los trastornos por ansiedad se definen dentro de cuatro niveles de ansiedad acorde a los efectos que produce:

Ansiedad leve está ligada a las preocupaciones y tensiones de la vida cotidiana en la que la persona se mantiene en estado de alerta por ello el campo de percepción se ve en aumento; este tipo es conocido por propiciar el aprendizaje y la creatividad en las personas. La persona se mantiene alerta dominando la situación, por ello es considerada una ansiedad benigna o de tipo ligero.

Ansiedad moderada indica cuando una persona se concentra solo en preocupaciones inmediatas lo que genera que la percepción de la persona se vea afectada, es decir, la persona bloquea ciertas áreas, pero a pesar de ello puede desempeñarse si se centra en ello. En esta las reacciones emocionales son: frecuente respiración entrecortada, tensión arterial elevada, estomago revuelto, boca seca, diarrea o estreñimiento, expresión facial de miedo, inquietud, dificultad de dormir o relajarse, etc.

Ansiedad grave, presenta repercusiones graves debido a la reducción del campo perceptivo, en este nivel la persona no racionaliza en pensar algo más, tan solo se centra en detalles específicos por lo que su conducta busca aliviar la ansiedad. A nivel neurovegetativo presenta repercusiones como respiración entrecortada, sensación de ahogo o sofocación, movimientos involuntarios o temblor corporal, expresión facial de miedo, hipertensión arterial, etc (Villanueva Kuong y Ugarte Concha, 2017).

Angustia, se presenta con sentimientos de temor, miedo, terror; en este el sujeto es incapaz de ejercer actividad alguna, lo que supone una desorganización de la personalidad que en un periodo de tiempo prolongado puede causar agotamiento y posteriormente la muerte. Se presenta cuando se da un aumento en la actividad motora, disminución de la capacidad de relacionar, distorsión de la percepción y perdida del pensamiento racional (Gobierno de Nabarra, 2020).



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

*Ansiedad generalizada*

El trastorno de ansiedad generalizada se trata de la presencia de un estado en el cual el sujeto sufre de preocupación y nerviosismo excesivo con mayor frecuencia en relación con múltiples actividades o acontecimientos, generalmente las personas padecen de ansiedad la mayoría de los días en al menos 6 meses o más.

El trastorno de ansiedad generalizada podría ser causado de forma hereditaria, debido a que el cerebro y los procesos biológicos del sujeto tienen por objeto el miedo y la ansiedad; estudios de cómo funciona el cerebro y el cuerpo permiten contribuir a la determinación de las causas externas tales como un evento traumático o el encontrarse en un ambiente estresante, lo que aumenta el desarrollo de este trastorno. Una forma clave para el tratamiento del trastorno de ansiedad generalizada es la psicoterapia, que consiste en terapia de dialogo, el uso de medicamentos o la combinación de estos, mejorando los resultados en el tratamiento (National Institute of Mental Health, 2022).

El TAG es el trastorno de ansiedad más visto por el médico general con una prevalencia entre la población general de alrededor del 3% y entre el 5-7% entre los pacientes que acuden a la consulta de atención primaria. Además, es un padecimiento que presenta la más alta prevalencia en personas de entre 40-50 años y en menor grado en la población mayor de 60 años. Las mujeres son 2 veces más afectadas por este cuadro que los hombres y el TAG declina su incidencia conforme avanza la edad en hombres, pero se incrementa en las mujeres (Boletín de Información Clínica Terapéutica de la Academia Nacional de Medicina, 2013).

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

## Marco metodológico

### Tipo de investigación

Investigación Correlacional, este tipo de investigación pretenden la presente investigación la búsqueda por establecer la relación entre las variables investigativas, entre el confinamiento por COVID-19 y la ansiedad, sea esta una relación positiva o negativa, y la forma en que afecta a una adulta mayor de la ciudad de Valencia, del mismo modo nos permite determinar si la ansiedad en la adulta mayor es leve, moderada o grave, teniendo repercusiones que son nocivas para la salud.

### *Diseño de investigación*

#### No experimental

Es aquel que se realiza sin manipular deliberadamente variables. Se basa fundamentalmente en la observación de fenómenos tal y como se dan en su contexto natural para después analizarlos.

### Enfoque de investigación

Este estudio de caso se abordará con un enfoque de investigación mixto el cual permite la recolección y análisis de datos cuantitativos y cualitativos dentro del mismo estudio, en otras palabras, este método nos da una explicación y comprensión de los hechos. Para conocer la experiencia de la adulta mayor conforme a lo vivido durante el confinamiento se le realizará una entrevista y evaluación cerrada en la cual mediante análisis detallado se cumplirán los objetivos planteados.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

Técnicas

En este estudio de caso se utilizarán técnicas como: entrevista con cuestionario de preguntas abiertas, se realizará observación clínica a la adulta mayor y posteriormente el uso de prueba psicométricas.

*Entrevista:* esta técnica nos permite recabar información a partir de un intercambio de dialogo entre el entrevistador y la adulta mayor, para esto se utilizan preguntas abiertas que hacen que el paciente se desenvuelva con sus propias palabras revelando información fidedigna y necesaria para la confirmación de su estado.

*Observación clínica:* Es un instrumento de diagnóstico médico fundamental, no solo para el esclarecimiento diagnóstico, terapéutico y pronóstico, sino para su utilización en sistemas preventivos y rehabilitatorios según indica Rivera González et al. (1997); para el estudio se propone un abordaje metodológico para la observación clínica de una adulta mayor que tras el confinamiento debido a la pandemia sufre de ansiedad.

*Test psicométricos:* Estos tuvieron su origen a inicios del siglo XX, cuando un médico y psicólogo francés Alfred Binet, creó un instrumento de evaluación con el fin de determinar que niños tenían un nivel de inteligencia superior a la del resto (Jaime, s.f.). Con este tipo de test se requiere recabar información acerca del estado de ansiedad que sufre la adulta mayor durante el confinamiento.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

Instrumentos

*Cuestionario de preguntas abiertas*

Este tipo de instrumento nos brinda información de carácter textual, puntos de vista u opiniones, explicaciones, justificaciones; las respuestas son libres y abiertas lo que naturalmente crea un lazo durante el cuestionamiento en el que la persona entrevistada habla con sus propias ideas, lo que en este estudio proporcionaría las pautas para generar ítems de respuestas para preguntas cerradas. La adulta mayor debe responder de forma clara y concisa revelando información valiosa sobre su estado, es decir, lo que ha sentido durante el confinamiento por la pandemia.

*Test de Hamilton*

El test de Hamilton es uno de los cuestionarios psicológicos mayormente utilizados para determinar el grado de ansiedad por el que está atravesando una persona. Fue creado en 1959 por Max R. Hamilton, con el fin de evaluar y determinar que no todos los casos de ansiedad son iguales, permitiendo a los evaluadores psicológicos formular nuevas estrategias terapéuticas. Este instrumento consta de 14 ítems, cada una de estas con cinco opciones de respuesta. La valoración de puntuación de 17 o menor revela una ansiedad leve, una puntuación de entre 18 y 24 nos da información de un caso de ansiedad moderada, mientras que de 24 a 30 indicaría un caso de ansiedad severa (Sabater, 2022).

Este tes esta dirigido hacia una persona adulta mayor con el fin de determinar que nivel de ansiedad esta pasando a causa de la situación que dejo la pandemia por covid-19, esta será respondida de forma presencial y a mano, en un ambiente tranquilo y libre de interrupciones.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

*Test de ansiedad de Beck*

El test de ansiedad de Beck (BAI) es una herramienta que nos permite obtener una valoración de los síntomas somáticos de ansiedad, tanto para los desórdenes existentes de ansiedad y para los cuadros depresivos. El cuestionario de Beck este compuesto de 21 preguntas las cuales tienen un rango de puntuación de entre 0 y 63, siendo menores a 21 ansiedad baja, de entre 22 y 35 un nivel de ansiedad moderada, y más de 36 para un nivel de ansiedad severa (García Brahm y Herrera Pérez, 2020).

Cada ítem se puntúa de 0 a 3, correspondiendo la puntuación 0 a "en absoluto", 1 a "levemente, no me molesta mucho", 2 a "moderadamente, fue muy desagradable, pero podía soportarlo" y la puntuación 3 a "severamente, casi no podía soportarlo". La paciente tendrá un tiempo aproximado de 20 minutos para resolver el tes de ansiedad, con este determinaremos y corroboraremos el nivel de ansiedad por el que esta pasando, y a su vez determinar las causas más probables para que se presentara.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

## Resultados

### Presentación del caso

Adulta mayor de 65 años, residente de la ciudad de Valencia, Provincia de los Ríos, con una religión cristiana, su ocupación es ama de casa, vive con su familia conformada por su esposo y un nieto, mantiene una buena relación con su nieto mientras que con su esposo es una de tipo conflictiva, la individuo maneja un estado de salud mental normal, su problemática recae en la ansiedad que ha empezado debido al confinamiento causado por la pandemia por COVID-19 ya que le ha causado mucha angustia por la malversación de información en los noticiarios, el descontrol social causado por la mala administración medica en la evaluación y encontrarse dentro de los grupos de riesgo de la enfermedad covid-19. Se realizaron 4 sesiones para este estudio de caso, los cuales se detallan a continuación:

#### *Primera sesión*

Sesión realizada el jueves 30 de junio de 2022 aproximadamente a las 9 de la mañana, previamente a la entrevista se adecuó y adaptó el medio donde se realizarían las sesiones acorde a las necesidades del paciente para que esta se encuentre cómoda y así lograr que la entrevista sea optima y sin interrupción alguna, la entrevista duró un tiempo de 60 minutos con el objetivo de recopilar toda la información en la que la paciente indique todos los síntomas que está viviendo, ella manifestó que “se sentía preocupada por la situación que estaba viviendo en todo el país, estaba en un estado de alerta constante y de preocupación debido a las noticias que presentaban escenas crudas sobre el virus covid-19 y como este está afectando a todos y mayormente adultos mayores y enfermos, debido a lo anterior descrito se encontraba en tal estado que ante cualquier acción descuidaba o ruido se sobresaltaba y no lograba concentrarse, no podía dormir o conciliar el sueño por noches enteras generándome fuerte dolores de cabeza que le causaban fatiga y sentía mucha tensión en todo el cuerpo que no se iba “.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

Además, el estado en el que se encontraba no solo se limitaba a cosas relacionadas con el virus covid-19, sino también a partes diarias de su día a día y a situaciones que no tenían que ver, cuenta el individuo “cuando mi hijo no me llama cada noche a decirme que ya llegó a casa del trabajo pienso lo peor, comienzo a pensar que se accidentó o le robaron y trato de llamarlo y si no contesta me pongo peor”.

de los síntomas presentados, se obtuvo información para la elaboración de su historia clínica de la anamnesis hasta la exploración del estado mental.

En esta primera sesión la sujeto se mostró tranquila al principio aunque después de unos minutos empezó a mirar de lado a lado y se aferró a su bolso todo el tiempo, mantenía las piernas juntas y respondía a las preguntas de manera rápida y corta, cuando empezó a hablar acerca de cómo se sentía inicio a quebrarse su voz y luego de un minuto aproximadamente estallo en llanto, el llanto no era fuerte pero tenía varias lagrimas que recorrían su rostro, se intentaba cubrir la cara con la mano y bajaba la cabeza a lo cual se procediendo a ofrecerles unas servilletas que estaban cerca, mientras la sujeto se desahogaba trataba de articular algunas palabras pero se le imposibilitaba, cuando logró calmarse continuo relatando como se sentía y lo agobiada que se encontraba por todas esas sensaciones y emociones que tenía y que le gustaría que pararan, además de los estragos físicos que le estaba causando encontrarse en ese estado y de cómo también extrañaba juntarse con algunos familiares a hablar pero debido a la situación en la cual se encontraban esta no los debía ni acercarse por un miedo al contagio. Una vez finalizada la sesión expresó sentirse un mejor después de haber llorado ya que se encontraba con muchas emociones atrapadas y que no había podido hablar con alguien debido a que no quería hacer preocupar a su nieto a pesar de tener una buena relación y al final despidiéndose con un “gracias” y procediendo a retirarse después de que acordáramos la siguiente cita.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

*Segunda sesión*

Esta sesión fue realizada el jueves 7 de julio de 2022 aproximadamente a las 9 horas de la mañana, con una duración de 40 minutos, después del saludo y de un intercambio de palabras se procedió a la explicación de como realizara la aplicación de los test psicométricos como lo son el test de ansiedad de Hamilton y el inventario de ansiedad de Beck, luego de la explicación se procedió a entregarles son instrumentos para su realización.

Durante la sesión y la aplicación de los test el sujeto se mostró concentrada en contestar las preguntas, se la noto algo tensa mientras esta lo realizaba y acercándose mucho a la hoja para poder leer y marcar las respuestas a las preguntas, luego de 7 minutos con 35 segundos la individua termino de realizar el inventario de ansiedad de Beck y continuamos con la siguiente prueba psicométrica que fue el test de ansiedad de Hamilton, en este caso lo culmino con 8 minutos y 17 segundos.

En la finalización de la sesión se le resolvieron algunas dudas que ella tenía con respecto al proceso que estábamos llevando, como fueron ele tiempo en el cual se va a estar realizando el proceso y cuando podría darle o recomendarle alguna técnica o ejercicio para poder tratar de reducir sus síntomas, a lo cual respondí a sus dudas y que en la siguiente sesión empezáramos con las técnicas para ayudarla.

*Tercera sesión*

La sesión se realizó el 14 de julio de 2022 a las 9 de la mañana con una duración de 60 minutos, para esta sesión se inició con un saludo y las preguntas correspondientes, al inicio de sesión se empezó a hablar acerca de las técnicas que utilizaremos para poder ayudar a reducir su ansiedad, como inicio con técnicas de relajación. Tenemos las técnicas de respiración en las cuales empezamos con la explicación de los pasos de los ejercicios. primer lugar, al principio se le guio sobre cómo se debe elaborar la técnica de respiración y luego se le pidió que hiciera una demostración por si sola para corroborar que lo haya



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

entendido a lo cual ella lo realizó de manera satisfactoria, el mismo proceso fue realizado con 2 ejercicios más los cuales lograron que ella se relaja un poco a palabras de la misma paciente.

Dando paso al siguiente ejercicio el cual es de relajación muscular progresiva se le empieza a explicar la individual sobre cómo se realiza tal ejercicio, siendo este uno físico para lograr relajar la tensión que esta siente en el cuerpo.

Como primer punto se le explica cómo debe realizar el ejercicio y se le pide que lo replique para asegurar que lo haya entendido, la sujeto lo demuestra de manera que se entiende que ya lo ha entendido y manifiesta que se siente un poco menos tensa.

En siguiente punto tratamos de disminuir los pensamientos e interpretaciones que hacen que la paciente tenga tantos malestares abordando la reestructuración cognitiva, comenzamos a hablar acerca de que pensamientos nocivos son los que a ella le impide poder estar tranquila, hablo acerca de varios de ellos como pueden ser el miedo al contagio, a que pase algo malo a sus seres queridos, a infectarse del virus covid-19 y miedo a que algunos de sus familiares muera, por siguiente pasamos a tratar uno de los pensamientos como ejemplo de cómo lo puede hacer ella misma, comenzamos por el pensamiento que describió sobre su hijo, “si no me llama para decirme que ya llego a casa después del trabajo le pudo haber pasado algo malo y si no me contesta me pongo peor”, analizamos sobre qué tan cierto puede ser este pensamiento y de que tanta utilidad le brinda tenerlo casi cada noche a lo que su hijo no le llama para avisarle, muchas veces el hijo termina llamándola un poco más tarde para decirle que estaba de camino a casa a esas horas y por eso no le podía contestar, ella puso su mano en su mejilla como analizando la situación y diciendo que tenía razón, que muchas veces esto ya había pasado antes.

Luego de esta práctica se le recomendó que cada vez que su hijo no llame para avisar acerca de su llegada a casa y no conteste el teléfono, en vez de tener los pensamientos nocivos identificados trate de pensar en la otra posibilidad y más probable que es que este viajando de camino a casa y es mejor esperar su llamada.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

Para la finalización de la sesión se le pidió poner en práctica lo aprendido y explicado con relación a los pensamientos nocivos en esta y que si llega a sentir los síntomas que la molestan que recurra a los ejercicios de respiración y de estiramiento que se le fue proporcionado además de mencionarle que la siguiente sesión sería la última que se realizaría.

*Cuarta sesión*

Sesión realizada el 21 de julio de 2022 a las 9 de la mañana con una duración aproximada de 60 minutos en esta última sesión se empezó con el saludo correspondiente y un intercambio de palabras en el cual la individuo comenzaría a relatar como se ha sentido después de ayudarla con las herramientas que se le proporciono en la sesión anterior, ella cuenta que las ha puesto a practica con la frecuencia establecida y además de eso que también empezó a completar un libro para caligrafía por su cuenta que en este caso es uno conocido como "Nacho" a lo cual le di mis correspondientes felicitaciones por iniciar una actividad por su cuenta, también cuenta que su hija la fue a visitar y lo dejo pasar hasta el patio donde él se sentó mientras ella estaba en la sala de la casa y conversaron a lo lejos, los ejercicios de respiración también la han ayudado a cuando ella se siente que va a empezar a sentirse mal, la ayuda a calmarse hasta un punto donde puede manejar mejor la situación, así mismo se ha puesto hacer los estiramientos y que incluso por ella misma busco estiramientos para hombros que ella pudiera hacer, la individuo es una persona que se ha mostrado colaborativa en todas las sesiones preguntando cuando no entendía algo y también ha estado abierta a recibir el tratamiento por voluntad propia.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

Manifiesta tener problemas para la aplicación de la reestructuración cognitiva, siendo por siguiente tratar de resolver aquellos problemas que no le permiten aplicarla, dice que se le dificulta evaluar en algunos casos los pensamientos nocivos y no sabe cuáles son, por siguiente empezamos a buscar algunos otros pensamientos nocivos los cuales podemos utilizar como ejemplo y de paso tratar de reestructurarlos, comenzamos con otro bastante común en ella el cual es “no puedo ver a mis familiares porque me pueden contagiar”, comenzamos con la evaluación de ese pensamiento y comenzando a razonarlo, ¿qué tan probable es que me contagie de personas que han respetado el confinamiento y siguen las medidas de precaución?, ella comienza a tratar de razonar el pensamiento, dice cosas como “es que uno nunca sabe, ¿y si me contagio de igual manera?, mi hijo sale a trabajar y uno nunca sabe”, se le pregunto si su hija también trabajaba, ella conto que lo hace desde casa a lo que ella por siguiente ella si respeta las medidas de precaución ante el covid-19 además de usar cubrebocas todo el tiempo, cuenta que esa es la razón por la que la dejo pasar en primer lugar hasta el patio pero aun así se sentía ansiosa y preocupado por ello, este es un proceso que toma tiempo y aunque las cosas ahora son están más controladas con respecto al virus esta clase de pensamientos pueden seguir siendo difíciles de cambiar, se le dijo que mientras continúe así de apoco vamos a ir cambiando aquello que la aqueja.

En una siguiente instancia empezó a hablar sobre la relación con su nieto, dice que aunque es buena él no sale de casa y eso es lo que le da la confianza de poder estar cerca de él sin preocuparse pero dice que ha empezado a notarlo molesto debido a la insistencia de ella porque se bañe cada que hable con alguien o use mascarilla aunque no haya estado en contacto con nadie, volvimos a razonar estas acciones y llegar a que aunque estas son las medidas, si no hay razones para que se use y ya que le parecen molestas a su nieto lo mejor es tratar de cambiar el pensamiento por “mi nieto no ha salido a ningún lado y ha estado en casa” para así disminuir esta preocupación y acciones que molestan a su nieto.

Para finalizar la sesión se le pregunto a la sujeto sobre cómo se ha sentido durante todo el proceso, manifiesta que se siente cómoda y escuchada, que desde la primera sesión en la

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

cual pudo desahogar todo aquello que había retenido pudo estar más tranquila en casa y que al aplicar los ejercicios y técnicas ha podido estar un poco más tranquila aunque no de descuido con las medidas de protección ante el virus covid-19 y que gracias al Nacho que está resolviendo ha tenido una actividad en la cual mantenerse ocupada y distraída de los pensamientos e interpretaciones que esta tiene.

**Situaciones detectadas**

A lo largo de las sesiones junto con las técnicas, el discurso del paciente y las herramientas psicométricas utilizadas se pudo recopilar mucha información destacable, dentro de esta información importante están los resultados, luego de la revisión el puntaje los resultados fueron para el inventario de ansiedad de Beck un total de 35 puntos los cuales corresponden a la ansiedad moderada, mientras tanto en el test de ansiedad de Hamilton el puntaje obtenido fue de 14 puntos en el área de ansiedad psíquica y de 11 en ansiedad somática dando un total de 25 puntos los cuales corresponden a ansiedad moderada, con esto y debido a que su estado de preocupación excesiva también a afectado a diferentes áreas de su vida como lo son en sus relaciones interpersonales, a sus actividades diarias, etc. Con ayuda de toda la información podremos esclarecer los signos y síntomas para llegar a un diagnóstico válido.

Debido a la pandemia por covid-19, el confinamiento que la mantuvo encerrada y el miedo que le generaban los medios de comunicación sobre la alarmante situación la llevo a estar en un estado constante de preocupación excesiva que le impedía mantener una rutina de sueño, le generaba tensión muscular, sobresaltos exagerados y fatiga.

<u>Función</u>	<u>Signo y síntoma</u>	<u>Síndrome</u>
<u>Cognitivo</u>	<u>Preocupación, problemas para concentrarse</u>	<u>Ansiedad generalizada</u>
<u>Afectivo</u>	<u>Miedo</u>	<u>Ansiedad generalizada</u>

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
 FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
 PSICOLOGIA

		<u>Fobia específica</u>
<u>Pensamiento</u>	<u>Pensamientos nocivos, temor al contagio y miedo al su propio fallecimiento o algún ser querido</u>	<u>Ansiedad generalizada</u> <u>Fobia específica</u>
<u>Conducta social-escolar</u>	<u>Uso de medidas de precaución excesiva</u>	<u>Trastorno obsesivo-compulsivo</u>
<u>Somática</u>	<u>Problemas de sueño</u>	<u>Ansiedad generalizada</u> <u>Trastorno depresivo persistente</u>

Gracias a los signos y síntomas recopilados y analizados, junto con ayuda del DSM-V (2014) se logró llegar a un diagnóstico, basándose en los criterios correspondientes, que la paciente tiene un diagnóstico de ansiedad generalizada con la codificación 300.02 (F41.1).

*Criterios diagnósticos de la ansiedad generalizada*

- A. Ansiedad y preocupación excedida, que se mantiene durante más días de los que ha pasado ausente durante un mínimo de seis meses, en relación con diversos sucesos o actividades.
- B. Al individuo le es difícil controlar la preocupación.
- C. La ansiedad y la preocupación se encuentran relacionados a tres o más de los seis síntomas siguientes:
  1. Inquietud o sensación de estar atrapado o con extremadamente nervioso.
  2. Facilidad para fatigarse.
  3. Dificultad para concentrarse, demasiados pensamientos o mente en blanco.
  4. Irritabilidad.
  5. Tensión muscular
  6. Problemas de sueño.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

- D. La ansiedad, la preocupación y los síntomas físicos son causantes de malestar clínicamente significativo o deterioro en el ámbito social, laboral y otras áreas importantes del funcionamiento.
- E. Los cambios no se pueden atribuir a los efectos fisiológicos de una sustancia ni a otra afección médica.
- F. Las alteraciones no se explican mejor por otro trastorno mental o síntomas de estos (Asociación Americana de Psiquiatría, 2014).

**Soluciones planteadas**

Gracias a los resultados obtenidos podemos proceder con las ayudas que pudimos proporcionarles y la elaboración de un plan terapéutico, comenzamos con la evaluación de la adulta mayor para proseguir con la detección de la problemática y buscar opciones terapéuticas acorde a las necesidades de la individuo y aplicarlas.

Se optó por un enfoque cognitivo-conductual debido a que este tipo de enfoque se adapta a las necesidades de la individuo y poder resolver sus problemáticas, así mismo son de utilidad debido a que se pueden aplicar en un corto periodo de tiempo una efectividad comprobada en ese corto periodo, en el cual gracias a la colaboración y compromiso de la paciente también se pudo llevar de manera satisfactoria el proceso.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
 FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
 PSICOLOGIA

<b>Hallazgos</b>	<b>Meta terapéutica</b>	<b>Técnica</b>	<b>Número de sesiones</b>	<b>Resultados obtenidos</b>
Preocupación excesiva	Disminuir el malestar causado por la preocupación excesiva que siente.	Técnicas de respiración	2 sesiones	La preocupación excesiva que sentía se vio disminuida y se tornó más manejable
Tensión muscular	Reducir la tensión en los músculos	Relajación Muscular progresiva	2 sesiones	Se redujo la tensión que sentía en piernas y hombros
Pensamientos distorsionados	Cambiar los pensamientos nocivos por pensamientos racionales	Reestructuración cognitiva	2 sesiones	Varios de los pensamientos destronconados se lograron cambiar a racionales

La técnica de respiración fue seleccionada debido a que la ayudara a reducir los sentimientos de preocupación que esta presenta y poder aclarar su mente, la paciente al mostrarse colaborativa y con la constancia que esta lo hacía manifestó una mejoría que hizo que

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

redujera su ansiedad hasta hacerla algo más manejable. La técnica de relajación muscular progresiva le ayudo a reducir la tensión que sentía en sus músculos.

También se utilizó la técnica de reestructuración cognitiva para lograr cambiar los pensamientos nocivos que la aquejaban y hacían que su ansiedad se disparara, aunque la individua manifestó aun tener algunas dificultades para poder analizar y cambiar algunos pensamientos a lo que se instruyó una vez más en la última sesión, esperando que pueda continuar con las modificaciones de los pensamientos.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

### Discusión de resultados

Mediante este estudio de caso se han obtenido resultados objetivos, coherente y concluyentes que con respecto al marco conceptual concuerda con las sintomatologías presentadas por el paciente, que demuestra estas ansiosa debido al confinamiento que le tocó vivir tras la pandemia por COVID-19.

Sin embargo, cabe mencionar que la psicopatología presentada no es de carácter patológico, su origen viene dado por muchos meses de encierro en el hogar, del cual no ha podido salir por temor a contagiarse y transmitir el virus a su conviviente y nieto que residen con ella. La ansiedad también afecto la relación con ellos, ya que verlos todos los días y escucharlos quejarse por la situación económica del hogar y del país, le frustraba aún más.

Como se mencionó anteriormente la adulta padecía de cambios en su comportamiento y experimentaba repercusiones físicas a causa de la ansiedad, siendo muchas veces irracional, de mal carácter y otros síntomas clásicos de la ansiedad. Cabe recalcar que no era una persona que tuviera estos comportamientos, generalmente era amable, comprensible y muy positiva, pero se sintió muy afectada tras toda la información que circulaba en los medios de comunicación y que eran parte de la razón para mantener el confinamiento.

Mediante la revisión del DMS-V se evidenció que la paciente experimenta los criterios de diagnósticos utilizados para determinar la ansiedad generalizada, experimentando pánico, preocupación excesiva, irritabilidad, se siente fatigada fácilmente, presenta problemas de tensión muscular, problemas para conciliar el sueño a tal grado que durante el día se irritaba aún más por no poder haber dormido la noche anterior.

Con ayuda de las técnicas y herramientas de evaluación se determinó que el nivel de ansiedad por el que estaba pasando era moderado con tendencia a volverse alto, considerando que actualmente ella ya puede visitar otros lugares, aún siente esa nostalgia causada por el temor a contagiarse, sin embargo, trata a socializar con otras personas y

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

visitar centros comerciales con el fin de distraerse, momentáneamente esto es favorable para la paciente pero los síntomas de ansiedad se mantienen como moderados.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

## Conclusiones

Se determinó que el confinamiento por covid-19 fue un evento a nivel global que afectó de muchas maneras a los adultos mayores, por lo que la paciente analizada en el presente estudio de caso presentó varios de los índices de enfermedades mentales de dispararon haciendo que muchos tengan dificultades por esta área, sobre todo se puede observar en ella incremento de la ansiedad, no solo al encontrarse aislada sino también con respecto a lo que vivía en su propio contexto.

Se dio a conocer que la adulta mayor del Cantón Valencia inicio a tener síntomas leves de ansiedad en un principio, pero gracias al tiempo en los que se mantuvieron en confinamiento y las dantescas noticias que se presentaban en los medios de comunicación estos fueron aumentando hasta el punto en el cual ella mantenía ese estado de preocupación excesiva y a esto se le sumaron los otros síntomas anteriormente descritos como fueron la fatiga, tensión muscular, problemas de sueño y de concentración, en lo cual si podemos corroborar, gracias a la información recolectada que en efecto, el confinamiento por covid-19 si afecta en iniciar la ansiedad de adulta mayor del Cantón Valencia.

Se pudo describir que el estado se ha mantenido durante 3 años en los cuales no podía expresar lo que sentía debido a no querer preocupar al resto de sus familiares, a pesar de ir al médico a tratar los síntomas somáticos esto no se fue de mucha ayuda debido a que la preocupación excesiva continuaba y hacía que los síntomas continuaran. Gracias a lo colaborativo y consiente que fue la paciente de su problemática se pudo avanzar de manera satisfactoria y rápida, logrando algo de mejoría y brindando a la individuo algunas técnicas cognitivas conductuales que podrá seguir aplicando para que pueda controlar las sensaciones que tiene, estas técnicas también lograron ser una opción acertada debido a su corto tiempo de aplicación y avance que se pudo lograr con la adulta mayor.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

### Recomendaciones

Como parte de las recomendaciones finales, se recomienda que la adulta mayor siga asistiendo a un proceso terapéutico para poder seguir tratando los síntomas que presenta de la ansiedad generalizada y pueda irlos tratando para poder lograr volver a tener tranquilidad en su vida.

Se le recomienda a la paciente que continúe practicando los ejercicios presentados en las sesiones anteriormente descritas ya que parece servirle para mantener un nivel controlable de ansiedad y que esta no la llegue a afectar tanto como lo hacía desde antes de poder ayudarla, la técnica de reestructuración cognitiva la ha ayudado a tener menos pensamientos nocivos acerca de ella y sus familiares que le han permitido dejar que se acerquen un poco a ella así que continuar con ello es lo mejor.

Se recomienda que la individuo busque la integración familiar tomando las medidas de precaución que guste para que se sienta más cómoda, con el objetivo de que hable con sus familiares sobre lo que siente para que puedan ayudarla y entenderla y deje de acumular los sentimientos y sensaciones que la llevaron al llanto en la primera sesión.

Por último se sugiere a la adulta mayor la realización de actividades físicas como salir a caminar que también la pueden ayudar a despejar la mente de las ideas y de la preocupación que siente, con la respectiva compañía de un miembro cercano para que pueda ayudarla a sentirse más tranquila y segura.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

**Bibliografía**

- Asociación Americana de Psiquiatría. (2014). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales, DSM-5*. Arlington: Editorial Médica Panamericana.
- Boletín de Información Clínica Terapéutica de la Academia Nacional de Medicina. (2013). El trastorno de ansiedad generalizada. *Revista de la facultad de Medicina (Méx.)*. Obtenido de [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0026-17422013000400009](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0026-17422013000400009)
- García Brahm, C., & Herrera Pérez, A. (2020). *Clínica Las Condes*. Obtenido de <https://www.clinicalascondes.cl/CENTROS-Y-ESPECIALIDADES/Especialidades/Departamento-de-Medicina-Interna/Unidad-de-Geriatria/Inventario-de-Ansiedad-de-Beck#:~:text=El%20Inventario%20de%20Ansiedad%20de,puntuaci%C3%B3n%20entre%200%20y%2063>.
- Gobierno de Navarra. (2020). *Navarra.es*. Obtenido de Salud Navarra: [http://www.navarra.es/home\\_es/Temas/Portal+de+la+Salud/Ciudadania/Mi+enfermedad/Trastornos+de+ansiedad/Introduccion/Tipos+trastornos+ansiedad/](http://www.navarra.es/home_es/Temas/Portal+de+la+Salud/Ciudadania/Mi+enfermedad/Trastornos+de+ansiedad/Introduccion/Tipos+trastornos+ansiedad/)
- Henaok Kaffure, L. (12 de 2010). El concepto de pandemia: debate e implicaciones a propósito de la pandemia de influenza de 2009. *Revista Gerencia y Política de Salud*, 9(19), 53-58. Obtenido de <http://www.scielo.org.co/pdf/rgps/v9n19/v9n19a05.pdf>
- Jaime, H. (s.f.). *Holmes HR*. Obtenido de <https://www.holmeshr.com/blog/test-psicometricos/>
- Juaristi, J. (2020). La peste negra y sus secuelas en la historia y en la cultura. *Cuadernos de Pensamiento Político*, 98-101.
- Mayo Clinic. (23 de 09 de 2021). *Mayo Clinic*. Obtenido de <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/anxiety/symptoms-causes/syc-20350961>
- Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social. (2020). *Plena Inclusión*. Obtenido de [https://www.plenainclusion.org/sites/default/files/plena\\_inclusion.\\_confinamiento\\_y\\_aislamiento.pdf](https://www.plenainclusion.org/sites/default/files/plena_inclusion._confinamiento_y_aislamiento.pdf)

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

- Moreno Romero, C. F. (2020). Caracterización de la ansiedad en un adulto mayor jubilado en tiempos de pandemia por el Covid-19. *Magazine De Las Ciencias: Revista de Investigación e Innovación*. Obtenido de <https://revistas.utb.edu.ec/index.php/magazine/article/view/1147>
- National Institute of Mental Health. (2022). *Trastorno de ansiedad generalizada: Cuando no se puede controlar la preocupación*. Bethesda: Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos.
- Organización Mundial de la Salud. (2021). *Organización Mundial de la Salud*. Obtenido de [https://www.who.int/es/health-topics/coronavirus#tab=tab\\_1](https://www.who.int/es/health-topics/coronavirus#tab=tab_1)
- Organización Mundial de la Salud. (02 de 03 de 2022). *World Health Organization*. Obtenido de <https://www.who.int/news/item/02-03-2022-covid-19-pandemic-triggers-25-increase-in-prevalence-of-anxiety-and-depression-worldwide>
- Perez Abreu, M. R., Gomez Tejeda, J. J., & Dieguez Guach, R. A. (11 de 04 de 2020). Características clínico-epidemiológicas de la Covid-19. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*, 19(2), 3254. Obtenido de <http://www.revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/article/view/3254/2505>
- Ramírez Coronel, A. A., Cardenas Castillo, P. F., Martínez Suárez, P. C., Yambay Bautista, X. R., Mesa Cano, I. C., Michala Urgilés, R. E., . . . Arcos Coronel, F. E. (2020). impacto psicológico del confinamiento por COVID-19 hacia un nuevo constructo dlinimétrico ansioso - depresivo en mujeres adultas de Azogues. *Revista AVFT*. doi:<http://doi.org/10.5281/zenodo.4542465>
- Rivera González, R., Sánchez Pérez, M. d., & Mandujano Valdés, M. A. (12 de 1997). Criterios clínico-metodológicos para la observació del desarrollo de la movilidad espontánea en lactantes. *Imbiomed*, 3(1), 139-161. Obtenido de <https://www.imbiomed.com.mx/articulo.php?id=2097#:~:text=La%20observaci%C3%B3n%20de%20los%20sistemas%20preventivos%20y%20rehabilitatorios>.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

- Sabater, V. (01 de 02 de 2022). *La mente es maravillosa*. Obtenido de <https://lamenteesmaravillosa.com/la-escala-de-ansiedad-de-hamilton/>
- Sánchez Pedreño, F. O. (2020). *Clínica Universidad de Navarra*. Obtenido de <https://www.cun.es/enfermedades-tratamientos/enfermedades/ansiedad#:~:text=La%20ansiedad%20es%20una%20emoci%C3%B3n,un%20peligro%20externo%20o%20interno.>
- Sanchez Villena, A. R., & De La Fuente Figuerola, V. (06 de 2020). COVID-19: cuarentena, aislamiento, distanciamiento social y confinamiento, ¿son lo mismo? *Science Direct*, 93, 1695-4033. doi:<https://doi.org/10.1016/j.anpedi.2020.05.001>
- Sanitaria. (2022). *Redacción Médica*. Obtenido de <https://www.redaccionmedica.com/recursos-salud/faqs-covid19/que-tipos-de-confinamientos-se-pueden-aplicar-durante-la-pandemia>
- Villanueva Kuong, L. E., & Ugarte Concha, Á. R. (2017). Niveles de ansiedad y la calidad de vida en estudiantes de una universidad privada de Arequipa. *Unife*, 153-169.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

Anexos

Anexo A

**HISTORIA CLÍNICA**

HC. #

FECHA: 30/06/2022

**1. DATOS DE IDENTIFICACIÓN**

**NOMBRES:** M.G.H

**EDAD:** 65 AÑOS

**LUGAR Y FECHA DE NACIMIENTO:** QUEVEDO, 12 DE FEBRERO DE 1957

**GÉNERO:** FEMENINO

**ESTADO CIVIL:** CASADA

**RELIGIÓN:** CRISTIANA

**INSTRUCCIÓN:** BASICA

**OCUPACIÓN:** AMA DE CASA

**DIRECCIÓN:** NO REFIERE

**TELÉFONO:** NO REFIERE

**REMITENTE:** NO REFIERE

**2. MOTIVO DE CONSULTA**

Adulta mayor, mujer de 65 años de edad llega a consulta por una serie de molestias que a estado experimentando por más de 3 años los cuales incluyen problemas de sueño, problemas de concentración, fatiga, tensión en todo el cuerpo, preocupación excesiva, dolores de cabeza y estreñimiento.

**3. HISTORIA DEL CUADRO PSICOPATOLÓGICO ACTUAL**

La sujeto cuenta que en su niñez se crio sola con su madre y le ayudaba en un pequeño restaurante en un mercado desde los hasta los 35 años, a los 14 años conoce a su esposo y posteriormente se casa con él a los 16 años de edad , su madre muere a la edad de 56 años por cáncer de mama cuando la individua tenía 35 años de edad ,a la edad de 62 años, cuando inician las alertas por el nuevo virus que se estaba esparciendo por todo el mundo conocido como covid-19 y se dan las medidas de contención, más específico el confinamiento, ella comienza a preocuparse sobre la situación que se estaba viviendo en esos momentos, al principio la preocupación era leve y no presentaba algún problema más allá de ese, mientras se encontraba en confinamiento con su esposo y su nieto a lo largo de 2 meses cuando la situación del país se



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

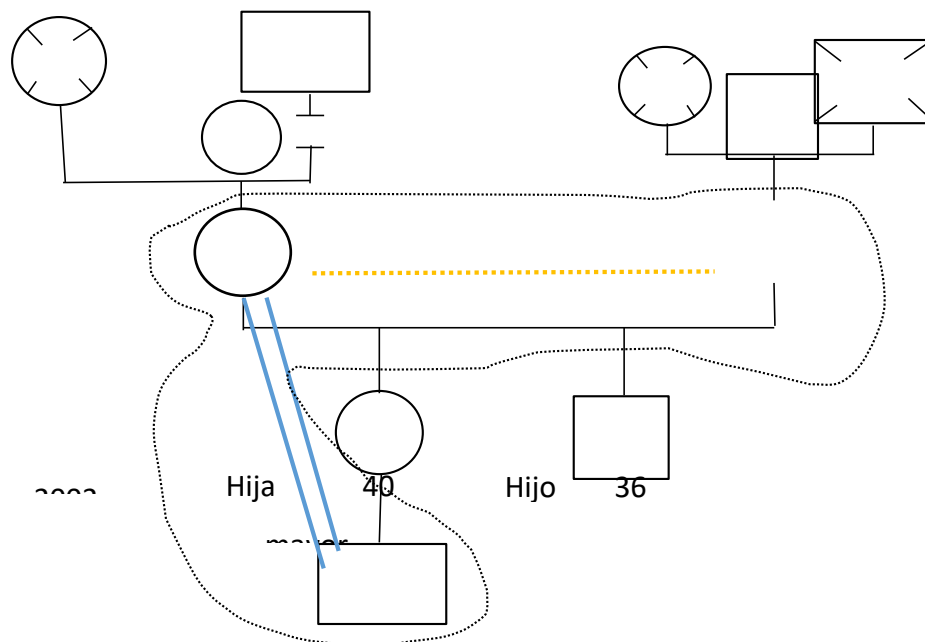
puso en crisis debido al colapso del ministerio de salud, las noticias acerca de muertos en las calles, entre otras situaciones que solo volvían más difícil oír y la relación conflictiva que tenía con su esposo, ella empieza a preocuparse cada vez más y más hasta el punto en donde ya no podía conciliar el sueño con normalidad, la preocupación excesiva, los problemas de sueño y la incapacidad para poder relajarse persistieron a lo largo de 1 año donde se fueron añadiendo otros como lo son la tensión que sentía en todo el cuerpo, la fatiga, los problemas de concentración, los dolores de cabeza y el estreñimiento, a partir del segundo año y de varios viajes al doctor para tratar las molestias presentadas dice no sentirse mejor solo pudiendo dormir si toma la medicina recetada, 2 años después las mismas molestias se seguían presentando a pesar de que la situación con el covid-19 mejorara y se lograra controlar y que ya no se estuviera en confinamiento.

La individuo sabiendo que tiene estas molestias y ya cansada decide buscar ayuda psicológica ya que desea poder estar tranquila de nuevo.

#### 4. ANTECEDENTES FAMILIARES

No refiere

##### 4.1. GENOGRAMA (COMPOSICIÓN Y DINÁMICA FAMILIAR).



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
 FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
 PSICOLOGIA

#### 4.2. TIPO DE FAMILIA

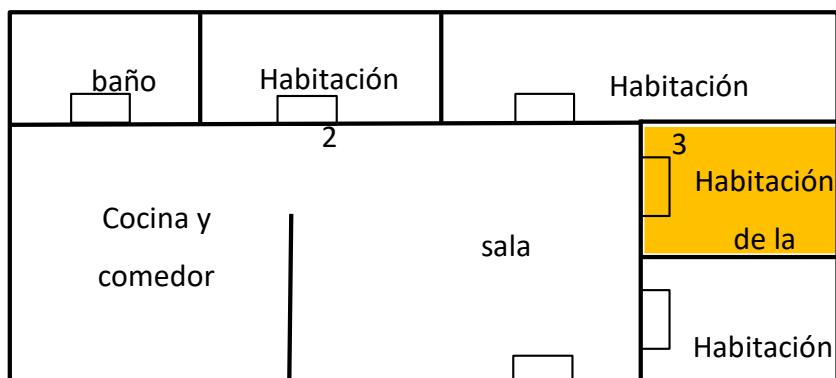
Vive con su esposo y su nieto en la misma casa, cuenta que conversa con su nieto, pero con su esposo no mantienen mucha comunicación, pasa la mayor parte del tiempo sola ya que su nieto pasa el día en su cuarto estudiando y realizando tareas.

#### 4.3. ANTECEDENTES PSICOPATOLÓGICOS FAMILIARES.

Su madre fallece de cáncer de mama

No refiere enfermedades en otros miembros de la familia

#### 5. TOPOLOGÍA HABITACIONAL



#### 6. HISTORIA PERSONAL

##### 6.1. ANAMNESIS

En el embarazo no hubo complicaciones, parto eutócico, recibió lactancia materna hasta los 2 años, empezó a decir sus primeras palabras a los 8 meses (monosílabos), al año y 2 meses da sus primeros pasos, a los 2 años empezó a controlar sus esfínteres.

##### 6.2. ESCOLARIDAD

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

La individuo cuenta que fue una estudiante ruda y terca que tenía notas bajas pero que se llevaba bien con profesores ya alumnos, llegando a la educación básica y posteriormente dejando de estudiar a la edad de 12 años, teniendo un comportamiento conflictivo dentro del panel educativo.

### **6.3. HISTORIA LABORAL**

Desde los 6 años a 35 años de edad ayudaba en el restaurando del mercado de su mama hasta que esta fallece y se dedica a ser ama de casa de tiempo completo.

### **6.4. ADAPTACIÓN SOCIAL**

Muestra dificultades para ajustarse a las exigencias familiares, afirmando que dichas problemáticas surgieron a partir del inicio del confinamiento por covid-19.

### **6.5. USO DEL TIEMPO LIBRE**

Se dedica a realizar las tareas del hogar además de tomar descansos por la tarde revisando redes sociales como Facebook.

### **6.6. AFECTIVIDAD Y PSICOSEXUALIDAD**

A pasar de querer pasar tiempo con su familia se muestra preocupada por el posible contagio del virus por lo que se mantiene a raya, en el área psicosexual refiere que ha tenido deseos sexuales disminuidos y no ha mantenido intimidad con su esposo en años.

### **6.7. HÁBITOS (CAFÉ, ALCOHOL, DROGAS, ENTRE OTROS)**

No refiere

### **6.8. ALIMENTACIÓN Y SUEÑO**

Lleva una dieta rica en fibra, con comidas constantes ya que debe cuidarse del estreñimiento y

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

tienen problemas para conciliar el sueño refiriendo que tarda hasta 3 horas para poder conciliar el sueño

#### **6.9. HISTORIA MÉDICA**

Sufre de presión alta y diverticulitis

#### **6.10. HISTORIA LEGAL**

No refiere

#### **6.11. PROYECTO DE VIDA**

Vivir una vida tranquila con sus familiares, sin conflictos

### **7. EXPLORACION DEL ESTADO MENTAL**

#### **7.1. FENOMENOLOGÍA**

Paciente con somatipo endomorfo, muestra un poco de obesidad y cuidado en su higiene personal.

#### **7.2. ORIENTACIÓN**

No presenta problemas para orientarse en espacio y tiempo

#### **7.3. ATENCIÓN**

A pesar de decir que tiene problemas de concentración se la noto atenta a las preguntas realizadas

#### **7.4. MEMORIA**

No refiere

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

**7.5. INTELIGENCIA**

No refiere

**7.6. PENSAMIENTO**

Presenta pensamientos pesimistas y nocivos que la llevan a la preocupación excesiva con respecto al virus y la seguridad suya y de sus familiares

**7.7. LENGUAJE**

No refiere

**7.8. PSICOMOTRICIDAD**

No refiere

**7.9. SENSOPERCEPCION**

No refiere

**7.10. AFECTIVIDAD**

La individua se presenta acomplejada sobre tener afecto a sus seres queridos

**7.11. JUICIO DE REALIDAD**

No refiere problemáticas

**7.12. CONCIENCIA DE ENFERMEDAD**

Presenta conciencia de su padecimiento, de tal manera que acude de forma voluntaria a atención psicológica

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

### 7.13. HECHOS PSICOTRAUMATICOS E IDEAS SUICIDAS

Muerte de su madre, confinamiento por el virus covid-19

### 8. PRUEBAS PSICOLOGICAS APLICADAS

Test de ansiedad de Hamilton

Inventario de ansiedad de Beck

### 9. MATRIZ DEL CUADRO PSICOPATOLOGICO

FUNCIÓN	SIGNOS Y SÍNTOMAS	SÍNDROME
<b>COGNITIVO</b>	Preocupación, problemas para concentrarse	Ansiedad generalizada
<b>AFECTIVO</b>	miedo	Ansiedad generalizada Fobia específica
<b>PENSAMIENTO</b>	Pensamientos nocivos, temor al contagio y miedo al su propio fallecimiento o algún ser querido	Ansiedad generalizada Fobia específica
<b>CONDUCTA SOCIAL - ESCOLAR</b>	uso de medidas de precaución excesiva	Trastorno obsesivo-compulsivo
<b>SOMÁTICA</b>	Problemas de sueño	Ansiedad generalizada Trastorno depresivo persistente

#### 9.1. FACTORES PREDISPONENTES:

Muerte de su madre

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
PSICOLOGIA

**9.2. EVENTO PRECIPITANTE:**

Confinamiento por covid-19

**9.3. TIEMPO DE EVOLUCIÓN:**

3 años

**10. DIAGNÓSTICO ESTRUCTURAL**

ansiedad generalizada 300.02 (F41.1).

**11. PRONÓSTICO**

Positivo

**12. RECOMENDACIONES**

Acudir a terapia psicológica

Fortalecer relaciones interpersonales

Realizar actividad física

Destinar el tiempo libre a actividades constructivas

**13. ESQUEMA TERAPÉUTICO**

HALLAZGOS	META TERAPÉUTICA	TÉCNICA	NÚMERO DE SESIONES	RESULTADOS OBTENIDOS

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
 FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
 PSICOLOGIA

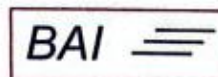
Preocupación excesiva	Disminuir el malestar causado por la preocupación excesiva que siente.	Técnicas de respiración	2 sesiones	La preocupación excesiva que sentía se vio disminuida y se tornó más manejable
Tensión muscular	Reducir la tensión en los músculos	Relajación Muscular progresiva	2 sesiones	Se redujo la tensión que sentía en piernas y hombros
Pensamientos distorsionados	Cambiar los pensamientos nocivos por pensamientos racionales	Reestructuración cognitiva	2 sesiones	Varios de los pensamientos destronconados se lograron cambiar a racionales
Preocupación excesiva	Disminuir el malestar causado por la preocupación excesiva que siente.	Técnicas de respiración	2 sesiones	La preocupación excesiva que sentía se vio disminuida y se tornó más manejable



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
 FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
 PSICOLOGIA

Tensión muscular	Reducir la tensión en los músculos	Relajación Muscular progresiva	2 sesiones	Se redujo la tensión que sentía en piernas y hombros
Pensamientos distorsionados	Cambiar los pensamientos nocivos por pensamientos racionales	Reestructuración cognitiva	2 sesiones	Varios de los pensamientos destronconados se lograron cambiar a racionales

## Anexo B



Identificación M. G. H ..... Fecha 07/07/22

Indique para cada uno de los siguientes síntomas el grado en que se ha visto afectado por cada uno de ellos durante la última semana y en el momento actual. Elija de entre las siguientes opciones la que mejor se corresponda:

- 0 = en absoluto  
 1 = Levemente, no me molesta mucho  
 2 = Moderadamente, fue muy desagradable, pero podía soportarlo  
 3 = Severamente, casi no podía soportarlo

	0	1	2	3
1. Hormigueo o entumecimiento .....	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Sensación de calor .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Temblor de piernas .....	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Incapacidad de relajarse .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
5. Miedo a que suceda lo peor .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
6. Mareo o aturdimiento .....	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Palpitaciones o taquicardia .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
8. Sensación de inestabilidad e inseguridad física .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Terrores .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. Nerviosismo .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
11. Sensación de ahogo .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
12. Temblores de manos .....	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13. Temblor generalizado o estremecimiento .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
14. Miedo a perder el control .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
15. Dificultad para respirar .....	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16. Miedo a morirse .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
17. Sobresaltos .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
18. Molestias digestivas o abdominales .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
19. Palidez .....	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20. Rubor facial .....	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
21. Sudoración (no debida al calor) .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>

TOTAL: 35

**Anexo B.**

Test de ansiedad de Beck respondido por la paciente que valora el nivel de incidencia de la ansiedad.

**Anexo C**



Servicio Andaluz de Salud  
CONSEJERÍA DE SALUD

Nombre M. B. H.

Fecha 07/07/22

Unidad/Centro

Nº Historia

### ESCALA DE ANSIEDAD DE HAMILTON

**Población diana:** Población general. Se trata de una escala **heteroadministrada** por un clínico tras una entrevista. El entrevistador puntúa de 0 a 4 puntos cada ítem, valorando tanto la intensidad como la frecuencia del mismo. Se pueden obtener, además, dos puntuaciones que corresponden a ansiedad psíquica (ítems 1, 2, 3, 4, 5, 6 y 14) y a ansiedad somática (ítems 7, 8, 9, 10, 11, 12 y 13). Es aconsejable distinguir entre ambos a la hora de valorar los resultados de la misma. No existen puntos de corte. Una mayor puntuación indica una mayor intensidad de la ansiedad. Es sensible a las variaciones a través del tiempo o tras recibir tratamiento

#### Instrucciones para el profesional

Seleccione para cada ítem la puntuación que corresponda, según su experiencia. Las definiciones que siguen al enunciado del ítem son ejemplos que sirven de guía. Marque en el casillero situado a la derecha la cifra que defina mejor la intensidad de cada síntoma en el paciente. Todos los ítems deben ser puntuados.

SÍNTOMAS DE LOS ESTADOS DE ANSIEDAD	Ausente	Leve	Moderado	Grave	Muy grave/ Incapacitante
<b>1. Estado de ánimo ansioso.</b> Preocupaciones, anticipación de lo peor, aprensión (anticipación temerosa), irritabilidad	0	1	2	3	4
<b>2. Tensión.</b> Sensación de tensión, imposibilidad de relajarse, reacciones con sobresalto, llanto fácil, temblores, sensación de inquietud.	0	1	2	3	4
<b>3. Temores.</b> A la oscuridad, a los desconocidos, a quedarse solo, a los animales grandes, al tráfico, a las multitudes.	0	1	2	3	4
<b>4. Insomnio.</b> Dificultad para dormirse, sueño interrumpido, sueño insatisfactorio y cansancio al despertar.	0	1	2	3	4
<b>5. Intelectual (cognitivo)</b> Dificultad para concentrarse, mala memoria.	0	1	2	3	4
<b>6. Estado de ánimo deprimido.</b> Pérdida de interés, insatisfacción en las diversiones, depresión, despertar prematuro, cambios de humor durante el día.	0	1	2	3	4

ESCALA DE ANSIEDAD DE HAMILTON



Servicio Andaluz de Salud  
CONSEJERÍA DE SALUD

<b>7. Síntomas somáticos generales (musculares)</b> Dolores y molestias musculares, rigidez muscular, contracciones musculares, sacudidas clónicas, crujir de dientes, voz temblorosa.	0	1	2	3	4
<b>8. Síntomas somáticos generales (sensoriales)</b> Zumbidos de oídos, visión borrosa, sofocos y escalofríos, sensación de debilidad, sensación de hormigueo.	0	1	2	3	4
<b>9. Síntomas cardiovasculares.</b> Taquicardia, palpitaciones, dolor en el pecho, latidos vasculares, sensación de desmayo, extrasístole.	0	1	2	3	4
<b>10. Síntomas respiratorios.</b> Opresión o constricción en el pecho, sensación de ahogo, suspiros, disnea.	0	1	2	3	4
<b>11. Síntomas gastrointestinales.</b> Dificultad para tragar, gases, dispepsia: dolor antes y después de comer, sensación de ardor, sensación de estómago lleno, vómitos acuosos, vómitos, sensación de estómago vacío, digestión lenta, borborigmos (ruido intestinal), diarrea, pérdida de peso, estreñimiento.	0	1	2	3	4
<b>12. Síntomas genitourinarios.</b> Micción frecuente, micción urgente, amenorrea, menorragia, aparición de la frigidez, eyaculación precoz, ausencia de erección, impotencia.	0	1	2	3	4
<b>13. Síntomas autónomos.</b> Boca seca, rubor, palidez, tendencia a sudar, vértigos, cefaleas de tensión, piloerección (pelos de punta)	0	1	2	3	4
<b>14. Comportamiento en la entrevista (general y fisiológico)</b> Tenso, no relajado, agitación nerviosa: manos, dedos cogidos, apretados, tics, enrollar un pañuelo; inquietud; pasearse de un lado a otro, temblor de manos, ceño fruncido, cara tirante, aumento del tono muscular, suspiros, palidez facial. Tragar saliva, eructar, taquicardia de reposo, frecuencia respiratoria por encima de 20 res/min, sacudidas enérgicas de tendones, temblor, pupilas dilatadas, exoftalmos (proyección anormal del globo del ojo), sudor, tics en los párpados.	0	1	2	3	4

Ansiedad psíquica	14
Ansiedad somática	11
<b>PUNTUACIÓN TOTAL</b>	<b>25</b>

### Anexo C.

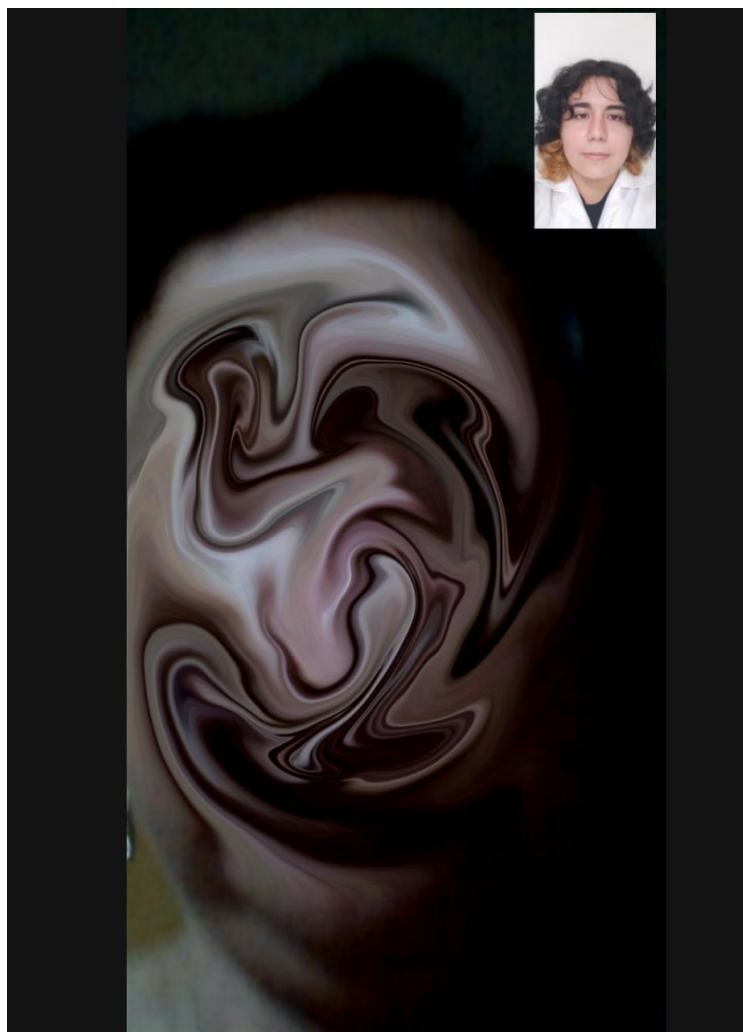
Test evaluativo para la escala de ansiedad de Hamilton resuelto por la paciente.

### **Anexo D**

#### **Entrevista**

1. ¿Cómo se siente al oír temas relacionados a la pandemia y el confinamiento?
2. ¿el estado en el que se encuentra empezó junto con la pandemia y el confinamiento?
3. ¿Estas sensaciones han afectado a otros aspectos de su vida?
4. ¿Qué tanto han afectado estas sensaciones en los otros aspectos de su vida?
5. ¿Por cuánto tiempo ha estado experimentando estas sensaciones?

### **Anexo E**



**Anexo E.**

Sesión de entrevista on-line haciendo uso de medios de comunicación