

# La pandemia dispara las fobias y estrés

ALFREDO MAZA

La pandemia por Covid-19 ha traído malestares psicológicos como angustia, ansiedad y estrés, explicó Francisco Díaz, psicólogo de la plataforma Doctoralia.

“Hay muchas personas que si de por sí ya tenían problemas de ansiedad ahora generan algo que se llama agorafobia, que quiere decir la fobia al exterior”, dice el especialista en trastornos de ansiedad y depresión en entrevista con **El Sol de México**.

Díaz explicó que actualmente no existen muchos datos de si la pandemia incrementó la depresión entre las personas, pero ya hay casos de personas que se culpan por los contagios e incluso la muerte de alguna familiar, lo que los lleva a entrar en “un cuadro depresivo muy severo, que podrían traer incluso repercusiones de suicidio”.

El especialista comentó que hay sectores de la población con problemáticas específicas, por ejemplo los niños que por el encierro están perdiendo sus capacidades psicosociales necesarias para la integración social, o los adultos mayores que entran en un estado de indefensión.

Otra de las consecuencias de la pandemia es que los problemas mentales ya se están manifestando en lo físico.

Por ejemplo, explicó Díaz, en materia de salud bucal se han incrementado los casos de bruxismo, que es cuando una persona presiona o

rechina los dientes mientras duerme, o también incremento en casos de enfermedades gastrointestinales, como colitis o gastritis, provocadas por altos niveles de angustia, ansiedad o estrés.

## Sentimientos de culpa son comunes entre quienes se contagiaron de Covid

ROBERTO HERNÁNDEZ

