

## INNOVACIONES A LA PSICOTERAPIA EN LA ERA POSTPANDEMIA. RETOS PARA EL CONTEXTO LATINOAMERICANO

INNOVATIONS IN PSYCHOTHERAPY IN THE POST-PANDEMIC ERA.  
CHALLENGES FOR THE LATIN AMERICA CONTEXT

**Carlos Augusto Hernández Armas.**

Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo.

*Correspondencia:* carlos\_hernandez8973@uaeh.edu.mx

### Resumen

En el presente documento se hace una reflexión teórica sobre las nuevas circunstancias que está afrontando la psicología en la era postcovid, analizando dos dificultades identificadas: las afectaciones psicológicas derivadas de la pandemia y la falta de contextualización teórica y metodológica de las estrategias de intervención recomendadas para estas afectaciones.

Para ello, primero se revisan las alteraciones psicológicas que se están identificando como consecuencia de las circunstancias vividas durante la pandemia y posteriormente se examinan los lineamientos de instituciones reguladoras de la práctica psicológica, tales como la Organización Mundial de la Salud y la Asociación Psicológica Americana, bajo la perspectiva sociocultural de la psicología de la liberación.

**Palabras clave:** Pandemia, psicoterapia, contextualización, efectos psicológicos, nuevas circunstancias.

## Abstract

In this paper a theoretical reflection is made on the new circumstances that psychology is facing in the post-pandemic era, analyzing two identified difficulties: the psychological affectations derived from the pandemic and the lack of theoretical and methodological contextualization of the intervention strategies recommended for these affectations.

To this end, we first review the psychological alterations that are being identified as a consequence of the circumstances experienced during the pandemic and then examine the guidelines of institutions regulating psychological practice, such as the World Health Organization and the American Psychological Association, under the sociocultural perspective of liberation psychology.

**Keywords:** Pandemic, psychotherapy, contextualization, psychological effects, new circumstances.

## Introducción

La psicología es una ciencia que responde a las necesidades imperantes del momento y el contexto en donde se desarrolla, por ello su evolución es permanente, así como la adhesión de nuevos fenómenos psicosociales en sus objetos de estudio. Dicho de otra manera, la psicología es un reflejo de las condiciones sociales del momento, debido a que las producciones teóricas y empíricas emanadas de ella implican un esfuerzo por explicar una problemática específica del presente, y como *el presente* es una noción siempre en movimiento, los hallazgos que se obtienen en un momento a menudo pierden su innovación; ante ello dichos preceptos se ven en la necesidad de modificarse o ser sustituidas por otros nuevos.

Bajo ese entendido es que se desarrolla esta disertación, aludiendo a dos dificultades que enfrenta la psicología en la actualidad: 1. Las afectaciones

psicológicas derivadas de la pandemia por COVID-19 y 2. La falta de contextualización teórica y metodológica de la psicoterapia. El abordaje se hace desde la realidad latinoamericana, preponderando sus particularidades y necesidades, con la finalidad de abrir nuevas zonas de sentido en el proceso de adaptación de la práctica psicológica, durante el periodo post-pandemia.

La primera dificultad se refiere a las manifestaciones psicológicas derivadas del confinamiento prescrito a nivel mundial como una medida gubernamental para frenar la pandemia por el COVID-19. Si bien es cierto, que existen estudios anteriores sobre los efectos psicológicos del encierro obligado, los motivos del mismo habían sido distintos (por ejemplo, el secuestro o la prisión); y por otro lado, aunque la pandemia por coronavirus es una de muchas que ha enfrentado la humanidad, durante la mayoría de ellas no existía la psicología como ciencia, por lo tanto no se generaron datos formales sobre este fenómeno. Ante ello, se puede inferir que estamos ante una situación inédita que requiere investigaciones empíricas y reflexiones teóricas que estén a la altura de las circunstancias.

La segunda dificultad, el dogmatismo metodológico, ha sido una tendencia identificada en la psicología, en la que los practicantes de ella toman un partido específico entre las distintas escuelas y corrientes metodológicas y se niegan a las demás. Esto ha provocado una profunda escisión en nuestra disciplina, en la que las distintas perspectivas se pugnan la verdad de forma infructífera. Relacionado con ello, está la segunda dificultad – la falta de contextualización teórica-, en la que se denota que la mayoría de los marcos teóricos utilizados en los países latinoamericanos son de importación estadounidense y europea, a pesar de las diferencias obvias entre los diferentes contextos. Esto implica el forzar los conceptos

extranjeros a fin de que *calcen* con la realidad local, dejando así fuera a múltiples fenómenos locales que no aparecen en los paradigmas clásicos; y esto aunado al dogmatismo con que estos marcos son adoptados por los psicólogos latinoamericanos, aleja las teorías de las realidades sociales. Este fenómeno ya ha sido discutido por autores importantes latinoamericanos como Ignacio Martín Baró (1942-1989), fundador de la Psicología de la Liberación, y en el presente trabajo se enfocará el análisis en la praxis clínica de la psicología.

## **Desarrollo**

### ***Las afectaciones psicológicas derivadas de la pandemia por COVID-19***

A inicios del 2020, la Organización Mundial de la Salud (OMS), declaró que el brote del nuevo coronavirus (SRAS-CoV-2), tenía un alto riesgo de diseminación en la mayoría de los países del mundo, por lo que, después de evaluaciones epidemiológicas, en marzo decidió que podía ser caracterizado como una pandemia (OMS, 2020a). A partir de ese momento, los gobiernos de todo el mundo priorizaron este tema y emprendieron medidas de contención que pudieran atenuar las afectaciones en sus respectivos países; con el paso de los días se hizo evidente la alta morbilidad de la enfermedad, por lo que el aislamiento en casa fue una de las principales estrategias, en algunos países impuesta, en otros sugerida.

Independientemente del nivel de obligatoriedad de la medida, el aislamiento en casa implicó una serie de modificaciones en la vida social de los países, a niveles macro y micro. A nivel macro-social, se experimentaron las consecuencias económicas por el cierre de empresas, los recortes de personal, la suspensión de actividades deportivas y culturales, así como la implementación de las clases escolares en línea. A nivel micro social, las personas modificaron las formas de relacionarse con los demás. Por ejemplo:

el uso del cubrebocas limitó el intercambio del lenguaje no verbal entre los interlocutores (en particular en la gesticulación), y su normalización implicó que las miradas y ademanes tomaran un papel central en el proceso. Otro ejemplo: en los países latinoamericanos –de manera similar a otros países del mundo–, los rituales de muerte facilitan el proceso de duelo que experimentan los dolientes primarios y secundarios cuando alguien fallece (Instituto Mexicano de Tanatología, 2003); sin embargo, la muerte por COVID-19 exigió la omisión de estos rituales, debido a las restricciones sanitarias para el manejo de los cuerpos; esto implicó la transformación del proceso de duelo, por lo que la experiencia llega a equipararse a los duelos inconclusos que ocurren en los casos de desapariciones, en los que no hay un cuerpo que velar. Un ejemplo más: se sabe que en el proceso educativo son igual de importantes las actividades académicas (las tareas, las clases), que las actividades sociales que suceden fuera de las aulas (el recreo, los juegos, las charlas con los compañeros) (Delval, 1993). Pero entonces, con el confinamiento, la experiencia educativa fue parcial porque con las clases virtuales únicamente se pudo atender lo cognitivo, pero no lo afectivo y lo social. Y así se podría continuar la lista de las condiciones especiales que se enfrentaron: el hecho de estar en casa durante muchas horas con las mismas personas, el no poder visitar a los familiares de mayor edad, el escuchar todos los días noticias desalentadoras, el enfrentar un futuro incierto. Ante lo anterior, se puede afirmar que en esta contingencia no sólo la salud física se puso en juego, sino también se desequilibró el estado psicosocial de las personas.

Es por ello que las versiones institucionales y académicas han coincidido en la alta probabilidad de que la tercera ola de la pandemia sea de tipo mental (Bravo, 2020; OMS, 2020b), y esto se debe a la prolongación de situaciones estresantes como la falta de empleo, la falta de control de tiempo

y de actividades de recreación, pero sobre todo, a la amenaza circundante permanente, la cual provoca sensaciones de angustia, vulnerabilidad y miedo. En palabras de la OMS (2020), “Muchas personas han aumentado su consumo de alcohol o drogas y sufren crecientes problemas de insomnio y ansiedad. Por otro lado, la misma COVID-19 puede traer consigo complicaciones neurológicas y mentales, como estados delirantes, agitación o accidentes cerebrovasculares”. De igual manera, problemáticas como la violencia contra las mujeres y niñas también se incrementó, según distintos informes (UNWOMEN, 2020; Olavarrieta y Philips, 2020), debido a que hubo más tiempo de convivencia entre agresores y víctimas. Un punto que complicó aún más esta situación fue que la mayoría de los servicios de salud mental esenciales sufrieron graves perturbaciones alrededor del mundo. Un estudio realizado por la OMS entre junio y agosto de 2020 en 130 países de las seis regiones de la OMS, con el objetivo de evaluar las afectaciones sufridas en los servicios de salud mental, neurológicos y de tratamiento de las toxicomanías como consecuencia de la COVID-19, arrojó que más del 60% de los países señaló perturbaciones en los servicios de salud mental destinados a las personas vulnerables, incluidos los niños y los adolescentes (72%), las personas mayores (70%) y las mujeres que requieren servicios prenatales o postnatales (61%); mientras que el 67% observaba perturbaciones en los servicios de orientación psicológica y de psicoterapia.

Lo anterior, combinado, nos dice que el contexto mundial evidencia un alza de las alteraciones psicológicas, pero al mismo tiempo una deterioro en los servicios de salud mental. Ante ello la psicología, y específicamente la psicología clínica, se enfrentan a circunstancias especiales en temas de diagnóstico e intervención. En cuanto al área diagnóstica, existen intentos de agregar nuevas alteraciones psicopatológicas relacionadas con el estado

del confinamiento, tales como el *síndrome de la cabaña* (Salinas, 2020) y la *fatiga pandémica* (De la Fuente, 2020), sin embargo, hasta este momento, se trata únicamente de alocuciones teóricas, debido a que carecen de datos empíricos que las respalden.

En la parte de la intervención, específicamente en el campo de la psicoterapia, se están gestando distintos modelos de intervención respondientes a las condiciones específicas del periodo postpandemia (Ministerio de Salud de Costa Rica, 2020; OPS, 2020; Osiris, Et. Al, 2020; Save the Children, 2020; Chacón; Fernández y García, 2020; Chacón, Fernández y García, 2020); la mayoría de ellos centrados en puntos básicos del autocuidado, como la dosificación de la información, la expresión emocional, el manejo del duelo, el contacto social a distancia y la creación de rutinas. Un factor común y protagónico dentro de estas propuestas, es la incorporación formal de la intervención telepsicológica (también llamada psicoterapia online, e-terapia, ciberterapia y e-salud), la cual existe de tiempo atrás, pero no había sido tan demandada como en los tiempos pandémicos. Esto se debe posiblemente a la intensificación de alteraciones emocionales, combinado con la restricción del contacto físico. La telepsicología es definida por De la Torre y Pardo (2019), como: “La provisión de servicios psicológicos mediante tecnologías que permiten la comunicación no presencial, entre las que se incluyen el teléfono, email, texto, videoconferencia, aplicaciones móviles y programas estructurados en una web” (p.20). Actualmente puede llevarse a cabo en plataformas síncronas como Google Meet, Skype y Zoom, las cuales permiten la transmisión de video y audio en tiempo real, con requerimientos técnicos mínimos en los equipos (teléfono celular, tabletas, laptops, pc’s) y en la red de internet (wifi por servicio de telefonía, red 3G o 4G).

Pero la telepsicología no se limita únicamente a las sesiones síncronas, sino que incluye cualquier otro uso de tecnologías de la información y comunicación para trabajar desde el hogar o cualquier otro sitio fuera de las oficinas tradicionales (en este caso, de los consultorios) (Ramos y Tejera, 2020); entonces puede tratarse también de mensajería instantánea, correos electrónicos, llamadas telefónicas, entre otras. Este inesperado giro en la forma de brindar atención psicológica, requiere la adaptación de metodologías que hasta hace poco permanecían estables, por ejemplo:

a) La tendencia ahora será hacia los modelos de intervención temporal corta, tales como la Terapia Breve Centrada en Soluciones, debido a que la estancia frente a las pantallas de los aparatos digitales es de bastantes horas, lo que puede resultar tedioso y agotador.

b) En los protocolos de intervención, se han adaptado algunos procedimientos, como la firma digital del consentimiento informado, el llenado de algunos datos del expediente clínico por formularios (como el Google Forms), y la respuesta de las pruebas psicológicas en su versión online.

c) De manera similar, en el encuadre ha sido necesario agregar algunas indicaciones, como la revisión de que se cuente con las características técnicas en la red de internet, para que sea posible el mantener una conexión estable durante una hora; también la instalación del consultante en un espacio privado y que el equipo digital sea colocado fijamente enfrente de la persona, a una distancia adecuada para ver las reacciones corporales.

d) Algunas técnicas tradicionales de la psicoterapia (pensemos, por ejemplo, en la desensibilización sistemática o la silla vacía), han quedado



inviabiles en el formato online, por lo que requiere su adaptación para poder utilizarse (por ejemplo, en las técnicas de relajación se puede hacer previamente un archivo de audio, con música de fondo y las indicaciones).

e) La investigación también está preponderando la utilización de formularios y cuestionarios online para el levantamiento de datos; esto significa la omisión de elementos muy importantes para la interpretación de datos (especialmente en las investigaciones cualitativas), como son los silencios, el *ruido*, el lenguaje no verbal, los acontecimientos espontáneos, las interacciones, etc. Por lo que es necesario crear vías alternas para conseguir estos datos.

f) Se vislumbra como un área de oportunidad, la utilización de materiales audiovisuales para la psicoeducación, tales como memes, infografías y banners; esto facilita la aprehensión de conceptos, que en ocasiones se diluyen cuando se comparten únicamente por medio de la palabra.

g) De igual manera, para la promoción de los servicios de psicología, se está ampliando enormemente el panorama, pues el uso de las redes sociales y las plataformas digitales aumentó debido al confinamiento, lo cual se puede traducir en clientes potenciales. En los últimos años se han multiplicado los cursos online, así como las páginas de psicólogos (as), y los *webinars*. Seguramente en los siguientes años esta tendencia permanecerá, por lo que es menester la capacitación en estos temas, en los profesionales de la psicología.

***La falta de contextualización teórica y metodológica de la psicoterapia.***

En su célebre libro “Psicología de la liberación” (1998), Ignacio Martín Baró puso en relieve una problemática epistemológica de la psicología en

Latinoamérica: la precariedad de sus aportaciones, debido a la dependencia teórica que tiene hacia los países europeos y hacia Estados Unidos. Ante su propio deseo de adquirir un reconocimiento científico y un estatus social, les ha pedido prestado a los países hegemónicos su bagaje conceptual, metodológico y práctico, desde un abordaje ahistórico y acrítico. En términos de Baró:

La aceptación acrítica de las teorías y modelos es precisamente la negación de los fundamentos de la misma ciencia. Y la importación ahistórica de esquemas conduce a la ideologización de los planteamientos cuyo sentido y validez, como nos lo recuerda la sociología del conocimiento, remiten a unas circunstancias sociales y a unos cuestionamientos concretos (1986, p. 4).

Esto ha derivado en un forzamiento de las teorías extranjeras a las realidades locales, a pesar de las profundas diferencias que existen entre una sociedad y otra. Y de esta manera, fenómenos psíquicos encontrados por Freud en las personas de la Viena aristócrata de 1900 se siguen intentando encontrar, por ejemplo, en los indígenas de la Huasteca Hidalguense, en el México de 2023; sólo basta imaginar lo distintos que pueden ser ambos mundos, incluyendo sus contextos, sus lenguajes, sus personas, sus interacciones, y por lo tanto, sus mentes.

La importación de los modelos cognoscitivistas, conductuales, psicoanalíticos y humanistas, provenientes de lares tan lejanos, se debe a distintas causas; la más obvia sería que estos modelos son los más vastos jamás creados, algunos de ellos han influido no sólo en las ciencias psicológicas, sino en las sociedades en general (como ejemplo, el consenso

para ubicar a Freud como uno de los pensadores más importantes del siglo XX<sup>3</sup>). Sin embargo, éste no es el único motivo: posturas como la del sociólogo Boaventura de Sousa Santos, postulan que los procesos de opresión y explotación excluyen grupos y prácticas sociales, así como los conocimientos usados por esos grupos para llevar a cabo esas prácticas (a este fenómeno le llama *epistemicidio*) (De Sousa, 2009). Bajo esta idea, el modelo totalitario de racionalidad científica ha negado la racionalidad de todas las formas de conocimiento que no se pauten por sus principios y reglas metodológicas. Estas normas se han construido desde y para las necesidades de los países colonizadores y se han institucionalizado, rigiendo así las acciones del resto de los científicos que deseen integrarse a la comunidad científica global. En el caso de la psicología, su principal marco de referencia es la American Psychological Association, fundada en 1892 en la Universidad de Clark. Ésta indica el formato en el que se debe elaborarse cualquier documento académico, los tests psicológicos autorizados, las teorías aceptadas, los psicólogos a los que hay que reconocer, los eventos académicos con validez oficial y en general da la pauta sobre qué leer y cómo aplicar la psicología.

Esto no debe comprenderse solamente como una afrenta institucional, ya que permite regular la práctica de la psicología y nos ofrece un lenguaje común del que todos los psicólogos (as) podemos participar; sin embargo, también esta regulación deja excluidas a múltiples realidades que no encajan con la de Estados Unidos o Europa. Pensemos en la diversidad de la cultura mexicana en la que el 21% de los habitantes del país son indígenas (INEGI, 2015), pero a pesar de ese alto porcentaje, no existen modelos psicológicos de diagnóstico e intervención psicoterapéutica que atiendan las condiciones específicas de esta población<sup>4</sup>, y ante la carencia

3 Incluso Freud fue nominado 12 veces al premio Nobel de medicina y una vez al de literatura.

4 Los principales logros al respecto se han generado desde la psicología social y la etnopsicología propuesta por Rogelio Díaz Guerrero (Díaz, 1994).

de estos bagajes, lo que queda es forzar la realidad para que se parezca lo más posible a los modelos existentes. Otro ejemplo: en México son dos las editoriales que controlan el comercio de pruebas psicológicas: TEA Ediciones y Manual Moderno; la primera de origen y ubicación española, construye sus pruebas bajo los parámetros sociales de Europa y los envía a Latinoamérica para que, -en algunos casos-, sea estandarizada acá (en la mayoría de los casos sólo es traducida). Por su parte, Manual Moderno tiene su casa matriz en la Ciudad de México, por lo que sí cuenta con pruebas construidas en el país<sup>5</sup>, pero su catálogo tiene una clara inclinación hacia las hechas en Estados Unidos. Esto puede significar un sesgo importante en nuestra manera de diagnosticar, ya que si bien es cierto que los esfuerzos de adaptar y estandarizar las pruebas dan frutos importantes en el área del psicodiagnóstico, también es cierto que tienen limitaciones para medir y registrar los fenómenos psíquicos generados por las condiciones socioculturales locales (que según las perspectivas sociales, son la mayoría de los casos).

En el contexto actual, esta discusión ha tomado relevancia y ha exigido que las instituciones oficiales tomen una postura ante las necesidades locales y reconozcan la necesidad de tomarlas en cuenta en los procedimientos de intervención psicoterapéutica. Dos claros ejemplos de ello, son el Plan de Acción Integral sobre Salud Mental 2013-2030 de la Organización Mundial de la Salud y el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-V), de la Asociación Americana de Psiquiatría. En el primero, la OMS declara en su objetivo 2, la recomendación de proporcionar servicios de asistencia social y de salud mental, integrales, integrados y adaptables en entornos comunitarios, por medio de la colaboración entre prestadores de atención formales e informales (OMS, 2022, p.9).

---

5 Un ejemplo notable es la prueba neuropsicológica Neuropsi de Ostrosky, Gómez, Matute, Roselli, Ardila y Pineda (2019).

Sin embargo, al mismo tiempo indica que estos servicios deben tratarse de protocolos y prácticas basadas en evidencias, lo cual, aunque no debe verse del todo como algo negativo, sí nos remite nuevamente a los estándares internacionales de las instituciones científicas hegemónicas. Caso similar el segundo ejemplo, el DSM, el cual es la principal guía diagnóstica en el ejercicio de la psicología clínica; en su versión 5 ha agregado un breve apartado titulado Formulación Cultural, en donde proporciona un marco para evaluar la información relacionada con las características culturales del problema de salud mental, tales como la raza, la etnia y el nivel socioeconómico, para ello recomienda el uso de una entrevista de formulación cultural (EFC) como refuerzo en el procedimiento diagnóstico (APA, 2014, p. 750). Sin embargo, esfuerzos como los anteriores ejemplos, aún no son contundentes al tratarse de recomendaciones complementarias, cuyo uso aún no es común en la práctica clínica, priorizando aún los modelos generales estipulados a nivel internacional.

Ante ello, en el contexto postpandémico, los psicólogos estamos frente a la disyuntiva de asumir con completitud los modelos hegemónicos de la psicología o apostar por la contextualización de las intervenciones, lo cual podría significar la ruptura con algunas pautas científicas. Tal es el caso de la renuncia a la universalización y la replicabilidad, que son unos de los ideales de la ciencia positivista. Al hacer investigación centrada en los fenómenos locales, es posible que algunos de sus hallazgos no puedan llevarse a otras latitudes, por ser de manifestación única y, por lo tanto, las intervenciones que se hicieran allí serían útiles únicamente para ese entorno. En términos de Juan Soto (2006), que a su vez, recuerdan algunos postulados de la teoría del campo de Kurt Lewin<sup>6</sup>, se trata de hacer micropsicología en la que se preponderen los elementos *borrosos* de

<sup>6</sup> La Teoría del Campo enuncia que la conducta es resultado de la conjunción entre ambiente, pensamiento, la naturaleza innata y las experiencias. Las circunstancias o condiciones en cualquier parte del campo se ven influidos y dependen todas las otras partes del campo.

la psique, más que las obviedades generalizables; o en palabras de Baró (1986) “la psicología debe despreocuparse de su status científico y social y proponerse un servicio eficaz a las necesidades de las mayorías populares. Son los problemas reales de los propios pueblos, no los problemas que preocupan otras latitudes, los que deben constituir el objeto primordial de su trabajo” (p.8).

Tal vez, la solución no esté en los dogmas o la división entre universalistas y localistas; macro y micro psicólogos; individualistas y sociales; investigaciones institucionalizadas y contextualizadas; sino en el reconocimiento de la contraparte de donde uno esté situado. Por un lado, el valor de los esfuerzos científicos es más que evidente: la formación de redes, la defensa de la psicología como ciencia en las instituciones, el trabajo colegiado, la incorporación de las psicologías en prácticamente todas las áreas de conocimiento, su oficialización, su institucionalización, nos permiten realizar un trabajo regulado que cada vez es más reconocido y aceptado por la sociedad. Y por otro lado, las psicologías colectivas, sociales, históricas, no sólo se centran en los procesos de recuperación del control o desarrollo de las conciencia a nivel individual, sino que apelan por la desalienación social, la cual es una necesidad imperante de los pueblos latinoamericanos. Por lo tanto, se infiere que la integración de las psicologías en una sola, ofrece un futuro más esperanzador que el divisionismo que es tendiente en nuestra ciencia. Y yendo más allá: la complejidad de los fenómenos psicológicos exige abordajes e intervenciones transdisciplinarios (Duarte, 2002), para los cuales es necesaria la apertura de las fronteras entre la psicología y otras ciencias como la sociología, la antropología, la historia, la economía, etc. De nuestra capacidad de enlazarnos con otros abordajes depende la profundidad que le imprimamos a nuestras estrategias y técnicas en el

consultorio (o en cualquier otro espacio profesional), por lo que debemos aceptar el salir de nuestros umbrales conocidos para aventurarnos al aprendizaje de distintas metodologías y marcos teóricos. Inmersos en un periodo inédito de postpandemia, esta apertura podría facilitar que en la praxis psicoterapéutica se tomen en cuenta las condiciones sociales, económicas e históricas del entorno, ya que aunque la pandemia fue un fenómeno mundial, las formas de interpretación y afrontamiento han sido distintas en cada contexto.

### **Conclusiones**

El posicionamiento actual de la psicología como una de las ciencias más necesarias en el contexto mundial, exige una permanente auto-revisión de procedimientos, marcos de comprensión y zonas de sentido, a fin de que ser capaces de responder a la evolución de las sociedades y las problemáticas de reciente aparición.

La pandemia por COVID-19 ha provocado una serie de ajustes en la vida como la conocíamos y esto ha incluido la praxis de la mayoría de las ciencias. La psicología como encargada de atender la salud mental de las personas, tiene sobre sus hombros la responsabilidad de encontrar las formas de seguir haciendo su trabajo en circunstancias postconfinamiento y aislamiento social; para ello se debe contemplar la aparición de posibles nuevas alteraciones psicológicas, la adaptación de las técnicas originalmente diseñadas para su aplicación presencial y la incorporación de instrumentos tecnológicos en sus actividades. Esto no es necesariamente algo negativo, ya que está abriendo nuevos caminos que se pueden convertir en fortalezas si es que se incorporan de manera ética y formal en nuestros marcos metodológicos (y como muchas cosas valiosas, tal vez no se hubieran puesto en relieve de no existir una crisis).

Por otro lado, también es momento de retomar viejas reflexiones sobre la dependencia de la psicología latinoamericana a los marcos teórico-metodológicos de Europa y Estados Unidos. Siendo que estos tiempos serán fuente de múltiples y nuevas propuestas de intervención, es necesario ponderar las necesidades locales ante las propuestas de las psicologías extranjeras; esto nos permitirá que nuestra praxis sea más coherente con la realidad de nuestros pueblos latinoamericanos, y tome en cuenta las particularidades (culturales, económicas, sociales) con que se han afrontado las secuelas de la pandemia. Para ello será menester conciliar las posturas de la ciencia positivista con las perspectivas sociales, al mismo tiempo que la psicología abra sus fronteras hacia disciplinas como la economía, la sociología y la historia.



## Referencias

- American Psychiatric Association (2014). *Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales*. Madrid: Panamericana
- Baró, I. (1989). *Psicología de la Liberación*. Trotta
- Bravo, M. (2020). La tercera ola de la pandemia impactará en la salud mental y será por causas económicas. *Organización Médica Colegial de España*. Recuperado en: <http://www.medicosypacientes.com/articulo/la-tercera-ola-de-la-pandemia-impactara-en-la-salud-mental-y-sera-por-causas-economicas>
- Chacón, F., Fernández, J.; García, M. (2020). La Psicología ante la Pandemia de la COVID-19 en España. La Respuesta de la Organización Colegial. *Clinica y Salud*.
- De la Fuente, J. (2020). Fatiga por pandemia. UNAM. Recuperado en: <https://www.pveu.unam.mx/informacion/pveu/notas/fatigaporPandemia2008.pdf>
- De la Torre, M., Pardo, R. (2019). *Guía para la Intervención Telepsicológica*. Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid
- Delval, J. (1993). *Los fines de la educación*. Madrid: Siglo XXI.
- De Sousa, B. (2009). *Una epistemología del Sur*. CDMX
- Díaz, R. (1994). *Psicología del Mexicano. Descubrimiento de la etnopsicología*. Trillas
- Duarte, E. (2002). Los retos de la psicología en la actualidad, ¿una respuesta a la sociedad o un producto social? *UADY*. 221, 3, 3-19
- Instituto Mexicano de Tanatología A.C. (2003). ¿Cómo enfrentar a la muerte?. CDMX: Trillas
- Instituto Nacional de Geografía y Estadística. *Encuesta Intercensal 2015*. Recuperada en: <https://www.inegi.org.mx/programas/intercensal/2015/>

- Ministerio de Salud de Costa Rica. *Lineamientos de salud mental y apoyo psicosocial en el marco de la alerta sanitaria por Coronavirus (COVID-19)*. Ministerio de Salud de Costa Rica
- UN WOMEN (2020). *La pandemia en la sombra: violencia contra las mujeres en el confinamiento*. Recuperado en: [https://www.unwomen.org/es/news/in-focus/in-focus-gender-equality-in-covid-19-response/violence-against-women-during-covid-19?gclid=Cj0KCCQiA3NX\\_BRDQARIsALA3fILY8GBCJkcSFKF3Bdb-x1rVByTxYESYgxey5OojcTXnxa1MI0Utz8waAhwnEALw\\_wcB](https://www.unwomen.org/es/news/in-focus/in-focus-gender-equality-in-covid-19-response/violence-against-women-during-covid-19?gclid=Cj0KCCQiA3NX_BRDQARIsALA3fILY8GBCJkcSFKF3Bdb-x1rVByTxYESYgxey5OojcTXnxa1MI0Utz8waAhwnEALw_wcB)
- Olavarrieta, C.; Phillips, V. (2020). *COVID-19 y violencia basada en género/ violencia intrafamiliar*. ANMM
- Organización Mundial de la Salud. (2022). *Plan de Acción Integral sobre la Salud Mental 2013-2030*. OMS
- Organización Mundial de la Salud. (2020a). *Los servicios de salud mental se están viendo perturbados por la COVID-19 en la mayoría de los países, según un estudio de la OMS*. OMS
- Organización Panamericana de la Salud. (2020b). *Consideraciones psicosociales y de salud mental durante el brote de COVID-19*. OMS
- Organización Mundial de la Salud. (2020). *Cuidar nuestra salud mental*. OMS. Recuperado en: [https://www.who.int/es/campaigns/connecting-the-world-to-combat-coronavirus/healthyathome/healthyathome-mental-health?gclid=Cj0KCCQiA3NX\\_BRDQARIsALA3fIIH3c1bXLTkysy9XYL5A9ByB1Mzwr9QSdUza\\_NeO0naza\\_AtrcoT9saAuifEALw\\_wcB](https://www.who.int/es/campaigns/connecting-the-world-to-combat-coronavirus/healthyathome/healthyathome-mental-health?gclid=Cj0KCCQiA3NX_BRDQARIsALA3fIIH3c1bXLTkysy9XYL5A9ByB1Mzwr9QSdUza_NeO0naza_AtrcoT9saAuifEALw_wcB)
- Osiris, R. M.; Guerrero, E.; Herrera, A.; Ascencio, L.; Esquivias, H.; Beltrán, U.; Ibarreche, B. (2020). *Manual operativo del curso para el acompañamiento del duelo en situaciones especiales durante la pandemia de la COVID.19 en México*. Secretaría de Salud
- Ramos, V.; Ramos, C.; Tejera, E. (2020). *Teletrabajo en tiempos de COVID-19*. *Revista Interamericana de psicología*. 54, 3, 1-29
- Salinas, P. (2020). *El síndrome de la cabaña y otros efectos psicológicos del encierro*. Reserch Gate. Recuperado en: <https://www.researchgate>.

net/publication/342819631\_El\_sindrome\_de\_la\_cabana\_y\_otros\_de\_los\_ efectos\_psicologicos\_del\_encierro/citation/download

Save the Children (2020). *Qué es la Resiliencia*. Save the Children

Soto, J. (2006). *Psicología social y complejidad*. CDMX

**Envió a dictamen:** 27 de septiembre 2023

**Reenvió:** 22 de noviembre 2023

**Aceptación:** 7 diciembre 2023

**Carlos Augusto Hernández Armas.** Psicólogo, Doctorado en Ciencias Sociales por la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo y la University of Hradec Králové. Docente de psicología en la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, México. Miembro del Sistema Nacional de Investigadores, Director General de Grupo Cenit Consultoría Psicológica. Líneas de investigación: psicoterapia, psicotraumatología, violencia, crimen, estigma. Correo electrónico: carlos\_hernandez8973@uaeh.edu.mx.