

MIEDO A LA MUERTE Y ANSIEDAD EN EL CONTEXTO DE COVID-19

FEAR OF DEATH AND ANXIETY IN THE CONTEXT OF COVID-19

Ludmila Daiana Gagliardi: ludmila.gagliardi@uflouniversidad.edu.ar
Universidad de Flores, Psicología, Psicología de la Salud, Argentina.

Cómo citar este artículo / Citation: Gagliardi, L. (2022). Miedo a la muerte y Ansiedad en el contexto de Covid-19. *Revista Científica Arbitrada de la Fundación MenteClara*, Vol. 7 (304).
DOI: <https://doi.org/10.32351/rca.v7.304>

Copyright: © 2022 RCAFMC. Este artículo de acceso abierto es distribuido bajo los términos de la licencia [Creative Commons Attribution 4.0 International License \(CC BY 4.0\)](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/). Recibido: 12/08/2022. Aceptado: 14/08/2022 Publicación online: 15/08/2022

Conflicto de intereses: Ninguno que declarar.

Resumen

El objetivo del presente trabajo es realizar una revisión bibliográfica que permita describir la variable “*miedo a la muerte*” y, por otro lado, la variable “*ansiedad*”. Una vez conceptualizadas, se buscó una relación entre ambas, en el contexto del Covid-19, para determinar si están vinculadas o no. Se concluyó que las dos variables están sumamente vinculadas. El grado de ansiedad ante la muerte fue de tendencia alcista en el respectivo contexto, ya que la pandemia, de naturaleza incontrolable e impredecible, causó un mayor impacto negativo a nivel psicológico en los individuos. La alta letalidad del virus, y el colapso del sistema sanitario, ocasionaron gran incertidumbre y temor hacia la muerte, y esto generó mayor ansiedad hacia ella.

Abstract

The objective of this work is a conceptual bibliographic review of the variable "*fear of death*" and, on the other hand, the variable "*anxiety*". Once conceptualized, a relationship between the two was sought, in the context of Covid-19, to determine whether they are linked or not. It was concluded that the two variables are highly linked. The degree of anxiety in the face of death showed an upward trend in the respective context, since the pandemic, of an uncontrollable and unpredictable nature, caused a greater negative impact at the psychological level on individuals. The high lethality of the virus, and the collapse of the health system, caused great uncertainty and fear of death, and this highlighted greater anxiety towards it.

Palabras Claves: miedo a la muerte; ansiedad; Covid 19

Keywords: fear of death; anxiety; Covid 19

Introducción

El virus SARS-Cov-2 se ha expandido al mundo, causando temor, sufrimiento y afectando la economía de todos los países a nivel global. Los crecientes contagios y enfermedad generaron que muchos individuos sufran problemas emocionales graves (Vera, 2021).

La muerte, abstracta y compleja, tiene múltiples formas de ser abordada y entendida, ya que depende de muchos factores. La ansiedad, respuesta natural del cuerpo al estrés, es un sentimiento de miedo sobre lo que está por llegar. En última instancia, la ansiedad ante la muerte, es un miedo básico subyacente al desarrollo y mantenimiento de múltiples afecciones psicológicas del individuo (Vera, 2021).

Miedo a la muerte

La muerte, una de las mayores preocupaciones del ser humano, además de ser un hecho biológico, posee una dimensión psicológica, social y cultural, que varía según el contexto: el momento histórico, las costumbres, creencias y códigos de la sociedad (Fernández Martínez, et al., 2019). Las experiencias de vida condicionan el significado que las personas le dan a la muerte y el proceso de morir. Si el individuo es capaz de aceptar la muerte, puede afrontarla de una manera más positiva (Duran Badillo, et al., 2020).

Pensar en el fin de la existencia genera discusiones. Se podría inferir que el miedo a la muerte presenta componentes como, por ejemplo, la angustia de abandonar esta vida, la incertidumbre respecto a la existencia o no de un más allá y el miedo a la forma en la que suceda, como por ejemplo a sufrir. Es por eso, que la concepción de la muerte y la actitud del hombre frente a ella tiende a cambiar según su contexto de

acuerdo con las creencias, las actitudes y fantasías operantes. En la Edad Antigua, los romanos mostraban miedo a sus muertos y, es por eso que realizaban rituales para imposibilitar “su regreso”. Mientras que en la Edad Media cada cultura personificaba la muerte y elaboraba ceremonias y ritos para enfrentarla (Morais, 2012; citado en Silva Soares et al., 2021).

Según Wong et al. (1994) citado en el artículo de Silva Soares et al. (2021), el miedo a la muerte consiste en una reacción provocada por situaciones que ponen en riesgo la vida o la integridad. Existen herramientas para medir la variable mencionada, una de las más destacadas es la Escala de Miedo a la Muerte de Collett-Lester. Estos autores conciben el miedo a la muerte en cuatro dimensiones: miedo a la propia muerte, a la muerte de otras personas, al proceso de la misma muerte y al proceso de la muerte ajena (Collett & Lester, 1969; citado en Silva Soares et al., 2021).

Ansiedad

El término ansiedad tiene sus orígenes del latín “anxietas” que significa estado de agitación o inquietud. Cabe destacar que esta definición se solapa con el término “angustia”, en donde comparten su raíz etimológica (Pichot, 1999; citado en Díaz Kuaik & De la Iglesias, 2019). Dicha terminología se originó a partir de la traducción del vocablo alemán “angst” incorporado por Freud en 1894. Tanto en español como en francés, se utilizó el término “anxiety”. Sin embargo, se recurrió a dos vocablos para diferenciar terminológicamente los aspectos fisiológicos, de los psicológicos, mencionados por Freud. Se tradujo con los términos “anxiété” o “ansiedad” cuando se hace referencia a los aspectos fisiológicos y “angoisse” o “angustia” cuando hace referencia los aspectos psicológicos (González, 1993; citado en Díaz Kuaik & De la Iglesia, 2019). Ambas acepciones parecen alternativas válidas y podrían utilizarse como sinónimos (Hanns, 2001; citado en Díaz Kuaik & De la Iglesia, 2019). El

psicoanálisis y el humanismo utilizan el término “angustia”, en cambio, la psicología científica utiliza el término “ansiedad”.

La ansiedad se puede definir como la anticipación a una amenaza futura que surge de la percepción de los estímulos, potencialmente dañinos, generando un estado de agitación, preocupación, inquietud e hipervigilancia. Se la ha conceptualizado como un mecanismo de respuesta fisiológica y conductual producida para evitar un daño hacia la propia integridad. Desde una mirada evolutiva, se la considera una conducta adaptativa de supervivencia, ya que induce al individuo a mantenerse alejado de situaciones o lugares de potencial peligro. No obstante, la ansiedad puede tornarse en un trastorno mental, cuando la conducta, ya sea real o supuesta, surge como una respuesta anticipatoria involuntaria e intensa ante una amenaza. La ansiedad patológica es considerada un trastorno psiquiátrico (Macías Carballo et al., 2019).

Para determinar el nivel de ansiedad de un individuo, los psicólogos, médicos clínicos y psiquiatras se basan en criterios pactados en el DSM (*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*). Además de esta clasificación, en el mundo también es utilizada la Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE). De esta forma, las organizaciones de salud pública y la comunidad científica determinan su prevalencia en cada país y a nivel mundial (Macías Carballo et al., 2019).

Refiriéndonos a la fase inicial de la pandemia del COVID-19, según el artículo de Vivanco Vidal et al. (2020), concluyeron que hubo mayor ansiedad a nivel mundial. Estas manifestaciones eran debido a que los individuos pueden llegar a tener percepciones negativas de su salud, lo que aumenta su ansiedad, dificulta su capacidad para tomar decisiones y comportarse de manera racional.

Miedo a la muerte y ansiedad en el marco de la pandemia de Covid-19

El brote de coronavirus, SARS-Cov-2, tuvo impacto a nivel mundial y fue catalogado como pandemia por la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022). Se reportaron al 13 de mayo de 2022, 517.648.631 casos confirmados, incluidas 6.261.708 muertes, a nivel mundial, según la OMS (2022). Las medidas tomadas para la prevención de la transmisión del virus fueron: aislamiento social, distanciamiento, mascarilla e higiene de manos.

Con estas medidas tomadas, contiguo a la cantidad de contagios y muertes, la pandemia generó un impacto negativo en la salud mental de la población. El miedo y la ansiedad son los hallazgos más comunes de este contexto, por la propia naturaleza que conlleva la muerte. El miedo incrementa los niveles de ansiedad, en individuos sanos y en aquellos que ya tienen trastornos mentales se intensifica (Becerra Canales & Becerra Huamán, 2020).

Debido a esta situación de elevado estrés psicológico que produjo la excesiva y repetitiva información circulante en las noticias -que dio como resultado el pensamiento constante sobre la enfermedad-, la población sufrió problemas emocionales graves que desembocaron en trastornos psicológicos como ansiedad, depresión, obsesión, entre otros, sumamente insalubres y perjudiciales para la salud (Vera, 2021).

Según la investigación realizada por Becerra Canales & Becerra Huamán (2020), las mujeres sienten más ansiedad ante la muerte que los hombres. Aunque por el contrario, las mujeres tienen menos miedo hacia su propia muerte. Encontraron que los adultos de 30 a 59 años experimentaron mayor ansiedad respecto a los que comprenden de 18 a 29 años y de 60 años en adelante. Las personas que tuvieron un familiar enfermo de Covid-19, presentaron mayor miedo a la enfermedad y los que

tuvieron un familiar fallecido por COVID-19, presentaron mayor miedo a la muerte. Encontraron mayor ansiedad y miedo a la muerte en las personas que se consideran religiosas respecto a las que no. Los profesores y amas de casa presentan niveles altos de ansiedad ante la muerte respecto a otras variables de ocupación: estudiantes, trabajadores en salud, policías, trabajadores independientes, trabajadores administrativos y desempleados.

Se puede concluir que la ansiedad a la muerte en el contexto del Covid-19 está influenciada por la edad, el origen étnico, la religiosidad, la experiencia de vida, la profesión, entre otras.

Conclusión

La pandemia trajo consigo enfermedad, muerte, miedo, generando múltiples problemas emocionales, que resultaron en trastornos psicológicos. La ansiedad y el miedo a la muerte, se vieron en tendencia creciente durante la pandemia. Según Becerra Canales & Becerra Huamán (2020), los factores sociodemográficos jugaron un papel importante en los niveles de ansiedad ante la muerte.

Como reflexión personal considero que la pandemia dejó una marca en la historia de la humanidad; desde mi punto de vista, la recordaré como una etapa de incertidumbre, miedo, pero aun así, de mucho aprendizaje y superación.

Referencias

- Becerra Canales, B. D. & Becerra Huamán, D. (2020). Ansiedad ante la muerte en adultos peruanos, durante la pandemia. *Revista Cubana de Enfermería*, 36, 1-14. Obtenido de <http://revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/3999>
- Díaz Kuaik, I. & De la Iglesia, G.. (2019). Ansiedad: Revisión y Delimitación Conceptual. *Summa Psicológica UST*, 42-50. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7009167>
- Duran Badillo. T. M., Maldonado Vidales, M. A., Martínez Aguilar, M. D. L. L., Gutiérrez Sánchez, G., Ávila Alpírez, H., & López Guevara, S. J. (2020). Miedo ante la muerte y calidad de vida en adultos mayores. *Enfermería Global*, 19(58).
- Fernández Martínez, E., Liébana-Presa, C., Martínez-Soriano, M., & López-Alonso, A. (2019). Miedo a la muerte y su relación con la inteligencia emocional. *Medicina Paliativa*, 26(3), 205-210. doi:10.20986/medpal.2019.1063/2019
- Freud, S. (1894). *Manuscrito E: ¿Cómo se genera la angustia?* Buenos Aires: Amorrortu Editores.
- Macías Carballo, M., Pérez-Estudillo, C., López-Meraz, L., Beltrán-Parrazal, L., & Morgado-Valle, C. (2019). Trastornos de ansiedad: revisión bibliográfica de la perspectiva actual. *eNeurobiología*, 10(24), 1-11. Obtenido de [https://www.uv.mx/enneurobiologia/vols/2019/24/Mac%C3%ADas/Mac%C3%ADas-24\(10\)090519.pdf](https://www.uv.mx/enneurobiologia/vols/2019/24/Mac%C3%ADas/Mac%C3%ADas-24(10)090519.pdf)
- Organización Mundial de la Salud (2022). *Tablero de la OMS sobre el coronavirus (COVID-19)*. Ciudad Autónoma de Buenos Aires, Argentina.
- Silva Soares, A. K. Barbosa, N. D. C. S., Moura, H. M. D., & Rezende, A. T. (2021). Percepción del miedo a la muerte: evaluando su relación con los valores humanos y el bienestar subjetivo. *Psicología: Conocimiento y Sociedad*, 11(1), 198-221. Obtenido de http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?pid=S1688-70262021000100130&script=sci_arttext
- Vera, C. R. (2021). Las relaciones dinámicas de red de la obsesión y la ansiedad ante la muerte por COVID-19 durante la segunda cuarentena en universitarios peruanos. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 50(3), 160-163. Obtenido de <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0034745021000731?via%3Dihub>
- Vivanco Vidal, A., Saroli Aranibar, D., Caycho Rodríguez, T., Carbajal León, C., & Noé Grijalva, M. (2020). Ansiedad por Covid - 19 y salud mental en estudiantes universitarios. *Revista de Investigación en Psicología*, 197-215. Obtenido de <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/58290>