



---

# UNIVERSIDAD CENTRAL DEL ECUADOR

## DIRECCIÓN DE COMUNICACIÓN

### BOLETÍN DE PRENSA N° 255

#### 20 de julio de 2021

## DEPRESIÓN Y ANSIEDAD

La Facultad de Ciencias Psicológicas y la Dirección de Bienestar Universitario de la Universidad Central del Ecuador organizaron el 14 de julio un webinar sobre el tema: "Agobiado por la pandemia: ¿Qué puedo hacer? Hablemos sobre ansiedad", con la participación de las Psicólogas Clínicas Ignacia Páez Monge y Emilia Jiménez, a través del proyecto de Salud Mental #EscucharnosPrimero.

La Dra. Nilka Pérez, directora de Bienestar Universitario en la apertura del evento, expresó: "Ojalá la pandemia nos permita ser mejores personas, más solidarias y que todo sea un aprendizaje para ser mejor". Por su parte, las estudiantes de décimo semestre de la Carrera de Psicología Clínica, pusieron como nota introductoria un estudio de la Escuela Politécnica Nacional y de la Universidad San Francisco de Quito, que sostiene que la población entre 18 a 36 años se ha visto afectada por el incremento considerable en sus estados de ansiedad, y ha sido la que más ha ido a consultas médicas por la pandemia.

La Psicóloga Clínica Ignacia Páez tomó como referencia de su exposición la obra "Neurofisiología de la Ansiedad versus la Angustia como afecto que se siente en el cuerpo" de Gloria Gómez. En la soledad, el ser humano se encuentra consigo mismo y reflexiona sobre esa imposible negación que es la finitud de la existencia. Desde la filosofía, Descartes propone que el pensamiento está ubicado por fuera de los espacios corporales; para Aristóteles en cambio no podemos ser sin nuestro cuerpo. Simbiosis inseparable de cuerpo y alma, que permite comprender, desde lo aristotélico, a Lacan y su posición frente a la teoría freudiana de la pulsión, de lo netamente corpóreo o instintivo. En la postmodernidad, Susan Griffith, plantea llevar nuestra historia a un análisis. "El sujeto que hay en ese cuerpo que sufre, impide que haya tratamientos estándares para enfermedades estándares, impide que los pacientes diagnosticados con trastornos de ansiedad puedan ser tratados por igual. La prescripción tiene lugar en el marco de la clásica relación médico-paciente. Debe haber una historia, un consentimiento, un acuerdo".

Por su parte la Psicóloga Clínica Emilia Jiménez habló sobre el Abordaje de la Ansiedad en situación Post Covid 19. Se centró en el Modelo Integrativo focalizado en la Personalidad, del Dr. Lucio Valarezo. En esa obra se indica que hay varios tipos de personalidad. La intervención clínica propone tratar con las Terapias de Tercera Generación según los estilos de personalidad. La primera terapia es el Mindfulness EP para personalidades de tipo afectivo; la segunda terapia es la de aceptación y compromiso, TAC EP, para personalidades cognitivas y relacionales; y la tercera terapia es la dialéctica conductual, TDC EP, para personalidades comportamentales.

Los dispositivos comunitarios son necesarios para la transición, el afrontamiento y la adaptación social, añadió Jiménez. El impacto no ha sido individual y parte de la solución se debe hacer en colectivo. "Actualmente los grupos de apoyo, las actividades complementarias con los usuarios y sus familias, el acompañamiento en lo cotidiano y la vinculación comunitaria, en espacios de reinserción, promoción y educación, puede brindar una oportunidad de recuperación. Somos seres sociales y parte de la adaptación es reformular, construir y sostener los lazos colectivos y pienso que unidos podemos transitar en el camino de la ansiedad" finalizó. HG

Enlace

<https://www.facebook.com/fcp.uce/videos/895431331011078>

