

DESBALANCE EN EL TEMPERAMENTO Y CARÁCTER A CAUSA DEL CONFINAMIENTO POR COVID-19

*Imbalance In Temperament And Character Due To Covid-19
Confinement*

Angel Israel Yáñez Lara¹

Universidad Técnica de Babahoyo, Ecuador
ayanez092@fcjse.utb.edu.ec

Heriberto Enrique Luna Alvarez²

Universidad Técnica de Babahoyo, Ecuador
hluna@utb.edu.ec

Fecha de recepción: 08 de octubre de 2020 – **Fecha de aceptación:** 28 de noviembre de 2020

RESUMEN

La relación entre las categorías temperamento y carácter está en permanente revisión al ser considerados elementos constituyentes de la personalidad, involucrados en los procesos de autorregulación del ser humano en su conducta interpersonal y social. El presente trabajo hace una revisión teórica desde las diferentes perspectivas de que contribuyen al acercamiento a una comprensión más clara como los eventos externos como el Covid-19 pueden alterarlo. Como metodología se inicia con una revisión de bibliografía desde libros y artículos científicos investigados en internet, para continuar con entrevistas a prestigiosos especialistas en diferentes ramas de la psicología, por lo que se prioriza el enfoque cualitativo, y el discurso de expertos, dónde la interpretación trata de afinarse desde la teoría para llegar al objetivo de caracterizar la relación entre el temperamento y el carácter de las personas expuestas a nuevas situaciones en diferentes

1 Estudiante de Psicología clínica, Universidad Técnica de Babahoyo, provincia Los Ríos, Ecuador. E-mail: ayanez@utb.edu.ec

2 Psicólogo clínico, Doctor en Ciencias Pedagógicas, Docente de psicología clínica, Universidad Técnica de Babahoyo, provincia Los Ríos, Ecuador. E-mail: hluna@utb.edu.ec Licenciada en Ciencias de la Educación Mención Computación, Contadora Pública Autorizada, Magister En Docencia y Currículo. Docente de la Universidad Técnica de Babahoyo.

entornos durante la pandemia vivida entre marzo y agosto de 2020. Los resultados son variados y destacan alteraciones vinculadas a la ansiedad, depresión y estrés, que se vuelven la base para trastornos más complejos.

ABSTRACT

The relationship between the categories temperament and character is under permanent review as they are considered constituent elements of the personality, involved in the processes of self-regulation of the human being in their interpersonal and social behavior. The present work makes a theoretical review from the different perspectives that contribute to the approach to a clearer understanding of how external events such as Covid-19 can alter it. As a methodology, it begins with a bibliography review from books and scientific articles investigated on the Internet, to continue with interviews with prestigious specialists in different branches of psychology, so the qualitative approach is prioritized, and the discourse of experts, where the interpretation It tries to refine itself from theory to reach the objective of characterizing the relationship between temperament and character of people exposed to new situations in different environments during the pandemic experienced between March and August 2020. The results are varied and highlight alterations linked to anxiety, depression and stress, which become the basis for more complex disorders.

This research work was developed with the intention of determining how Problem-Based

PALABRAS CLAVE

carácter, temperamento, confinamiento, alteración

KEYWORDS

character, temperament, confinement, psychological disturbance

INTRODUCCIÓN

En la actualidad vivimos un tiempo de pandemia por covid-19 que obliga a las autoridades de la mayoría de países a implementar medidas restrictivas con respecto a las actividades que se desarrollan a nivel productivo, investigativo, educativo, laboral y social, en virtud de precautelar la salud de los habitantes y evitar la propagación de la enfermedad cuyas consecuencias afectan especialmente a personas que se denominan vulnerables por tener una edad avanzada o estar afrontando enfermedades crónicas o catastróficas, incrementando las posibilidades de muerte a corto plazo.

Aunque la alerta es común y obligatoria a nivel nacional, se ha detectado diferentes niveles de reacción que promueven la adaptación asertiva en unos casos y alteraciones

psicológicas en otros. Desde la psicología se asume que existen determinantes históricos que construyen predisponentes a este tipo de reacciones, además de factores de protección y de riesgo que inciden en el comportamiento y la asimilación de la nueva forma de vida que proponen las autoridades ante esta reciente amenaza sanitaria de consecuencias graves.

En este contexto, es regular ver que en un mismo hogar o familia se manifiesten diferentes actitudes y reacciones ante las restricciones propuestas y la información disgregada (real y falsa) de forma variada, causando desequilibrio en las relaciones familiares y generación de síntomas adicionales que se incrementan con el tiempo desde la percepción de ser temporal o el desinterés de lo psicológico por la priorización de lo biológico. Es aquí donde aparecen personas en las mismas condiciones del resto de la familia, o familias completas en las mismas condiciones que sus vecinos, que manifiestan una resiliencia que determina un beneficio en la salud integral de los que se mimetizan con esta capacidad.

De esta realidad se generan preguntas que buscan encontrar esas diferencias y que apuntan a diferentes elementos de la personalidad como el temperamento y el carácter que influyen de manera particular en cada uno de ellos para generar una conducta adaptativa, autorregulada y asertiva, ó alguna que busque cabida en los criterios definidos para algún trastorno en los diferentes manuales de diagnóstico psiquiátrico, llámese este Manual de diagnóstico de enfermedades psiquiátricas versión 5 (DSM-V), Clasificación Internacional de enfermedades (CIE-10), o Guía latinoamericana de diagnóstico psiquiátrico (GLADP).

La relación entre las categorías temperamento y carácter está en permanente revisión al ser considerados elementos constituyentes de la personalidad, involucrados en los procesos de autorregulación del ser humano, en su conducta interpersonal y social. Se inicia esta investigación con una revisión bibliográfica desde libros y artículos científicos investigados en internet, para continuar con entrevistas a prestigiosos especialistas en diferentes ramas de la psicología, por lo que se prioriza el enfoque cualitativo, y el discurso de expertos, dónde la interpretación trata de afinarse desde la teoría para llegar al objetivo de caracterizar la relación entre el temperamento y el carácter de las personas

expuestas a nuevas situaciones en diferentes entornos durante la pandemia vivida entre marzo y agosto de 2020.

DESARROLLO

El modelo psicobiológico de Cloninger (citado por Antolin, Perez, Luria & Ramos, 2010) entiende la personalidad como un fenómeno multidimensional que se debe distinguir entre el temperamento y el carácter. El temperamento es moderadamente estable durante toda la vida de una persona, y tiene cuatro dimensiones que se relacionan con los hábitos, las emociones y las respuestas automáticas: búsqueda de novedades, evitación del daño, dependencia de la recompensa y persistencia. El carácter se refiere a los procesos cognitivos que influyen en nuestras intenciones y actitudes, no es hereditario, es moderadamente susceptible de ser influenciado por factores sociales y culturales, madura desde la infancia y se compone de tres dimensiones: autodirección, cooperación y autotranscendencia.

Mientras que por temperamento se entiende que “la base biológica del carácter y está determinado por el proceso fisiológico y factores genéticos que inciden en las manifestaciones conductuales”. Gaitán (2006, 2) señala que el carácter “hace referencia al conjunto de disposiciones psicológicas que tienen su origen en el temperamento, modificado por la educación y el trabajo de la voluntad y consolidado por el hábito”. Es decir, mientras que el temperamento es un componente heredado y no modificable, estando su carga en el ADN de la persona, asociado al genotipo, el carácter, por el contrario, se vincula al fenotipo de una persona, que se forja mediante el aprendizaje afectado por el medio ambiente, la cultura y el entorno social donde cada persona vive, crece, se relaciona y se configura como ser social (Navas 2016).

La siguiente tabla nos puede ayudar a entender mejor esta diferencia.

Tabla 1. Comparación entre temperamento y carácter

TEMPERAMENTO	CARÁCTER
--------------	----------

Desarrollo	Innato	Adquirido
Constitución	Heredada	Heredada + hábitos aprendidos (educativos y relacionales)
Dimensión	Biológica	Biológica + Social
Origen	Genético	Genético + aprendido
Modificable	No	Sí
Controlable	No	Sí
Educable	No (Somática)	Sí (Somática + social)

Fuente: Autores

Existe evidencia científica psicológica previa de enfermedades similares a Covid-19, como lo es el MERS, que fue catalogado como una nueva infección de carácter respiratorio en el año de 2012 en Arabia Saudita. En medio de la pandemia realizaron un estudio, encontrando que tanto el estigma como la resistencia- conceptualizada, como disposición del compromiso, control, desafío, ejercen un efecto directo sobre la salud mental (Urzúa, 2019).

Para el psicólogo clínico Pedro Peralta, docente técnico especialista de la Universidad Técnica de Babahoyo, con el distanciamiento social cada vez interactuamos menos con las personas, nos vemos a través de pantallas y no es lo que la humanidad está acostumbrada a vivir, sentir la respiración de la otra persona, ver el ambiente que se crea con otra persona, la comunicación verbal junto a la no verbal alimenta nuestro aprendizaje y reafirma nuestra dimensión social desde la necesidad de estar en contacto con los demás y de impulsar ciertas actividades en conjunto. Unas personas construyen su carácter con pensamientos que tienden a buscar un afrontamiento a la situación de manera más saludable de acuerdo a vivencias pasadas que han sido superadas, pero así mismo, en otras personas, se reitera la sensación de fragilidad y frustración, similar a experiencias

pasadas, al no poder asumir adecuadamente el problema o conflicto que percibe en la pandemia.

Decir que el peligro de la pandemia es falso no tiene lógica, decir que debemos estar tranquilos para asegurar nuestra salud en esta situación tampoco lo es, pues se agregan componentes como la situación económica, la restricciones de trabajo, la pérdidas de familiares, etc. Existe el peligro, estar tranquilos no es suficiente, se requiere de acciones preventivas acertadas y de estar alerta ante los riesgos que se pueden presentar, ante las alternativas que se dan en los medios para “sobrevivir a la pandemia”, esto significa ir socialmente nos adaptamos a esta nueva forma de vivir, encerrado en casa más tiempo, no tener ese contacto con la naturaleza, hacer esa descarga que promueven tanto los psicólogos yendo al campo, a la playa, la parte lúdica, la parte del ocio sin llegar a la exageración se considera también importante como parte de la relajación que necesita el ser humano para descargar toda esa tensión por trabajo familia dinero y la parte académica y depende también de propuestas que hagan los gobiernos, las sociedades incluso depende de la tecnología que están ofreciendo vías de comunicación para interactuar más.

Partiendo desde el punto de vista del Psicoanálisis, Walter Cedeño Msc. en Psicoanálisis y Educación, manifestó las problemáticas que puede contraer un individuo en los aspectos: psicológico, cognitivo, conductual y social, además de cómo puede verse afectada a causa del confinamiento por covid-19, d

modificando nuestro carácter para responder a esta nueva condición de vida. (Pedro Peralta, comunicación personal, 3 de agosto de 2020).

Para el psicólogo Walter Cedeño (2020), master en psicoanálisis y educación que fue entrevistado; el confinamiento y el mantenerse aislado de la interacción social acostumbrada es un factor predisponente que aumenta las posibilidades de surgimiento de alteraciones a nivel mental entre las cuales pueden ser más frecuentes los trastornos depresivos y los de ansiedad, ya que el sujeto está limitado a sus hábitos sociales, además el hecho de tener en cuenta un peligro inminente debido a una pandemia, puede convertir la vivencia en un conjunto de momentos perturbadores de la tranquilidad actual y futura.

Cedeño señala que el confinamiento puede traer consecuencias ya que si hablamos del aspecto cognitivo, nos referimos a proceso mental y forma de percibir los estímulos externos, eso tiene que ver con lo cognitivo entonces a nivel de procesamiento de información puede existir alteraciones en la forma de concebir el mundo y en la forma de concebir el futuro, puede haber pensamientos de desesperanza, puede haber poca certeza en el sujeto de que va a estar bien, y claro está que si hay afectaciones en el nivel cognitivo se reflejarán a nivel conductual.

En lo que refiere a lo emocional señala que puede sufrir alteraciones a nivel emocional, debido a que las emociones están fuertemente ligadas con los pensamientos, es decir que esta situación de confinamiento genera alteraciones a nivel de pensamiento, en el aspecto de construcción subjetiva de cada individuo; y dará como resultado desequilibrio a nivel emocional, porque las emociones responderán al pensamiento que surjan ante dicha circunstancia, lo que quiere decir que si hay pensamientos alterados disfuncionales se reflejarán emociones también desfavorables.

El aislamiento que en este momento no es tan estricto como antes el aislamiento es una condición que va en consistencia con las características básicas innatas del ser humano ya que el hombre es un ser social, por eso es que se define al hombre como un ente biológico psicológico y social y el hecho que se mantenga aislado da lugar a que se vayan en inconsistencia con ese aspecto social.

El aislamiento es un factor predisponente, cada persona lo afronta y lo vive de una forma diferente, claro que afecta sí, pero quizás a algunos les afecte más que a otros, quizás algunos tengan recursos a nivel cognitivo para afrontar el aislamiento y saberlo sobrellevar quizás a otros les cueste más.

Tiene que ver los problemas externos, siempre se encontraran mediatizados por el sujeto; es decir no van a influir de la misma manera en todas las personas, pero el problema va influir de manera diferente en unas más en otras menos, depende de cada sujeto el cómo afronte la situación y esa forma de afrontamiento es respuesta a una historia de vida y a los recursos a nivel intelectual que tenga.

Ante la duda de saber si existen o no signos y síntomas de algún tipo somático por el confinamiento a causa de covid-19, el neuropsicólogo infantil Cristhian Quintana, profesional del Ministerio de inclusión económica y social (MIES); manifiesta en una entrevista que el covid-19 vino a cambiar todo el sistema social, económico, familiar, integrativo y de apoyo, que tenemos los seres humanos.

Lógicamente nosotros tenemos ciertas dificultades temperamentales y de conducta, cuando nos privan, uno de los procesos más básicos humanos como lo es la libertad, nosotros no podemos en ocasiones discernir lo que es bueno o malo para nosotros, y por eso es lo que deseamos salir, estamos dentro de casa, nuestro temperamento, nuestro carácter, nuestra forma de ver, nuestra percepción va cambiando lógicamente, de un tiempo acá me dijeron que tengo que encerrarme, tengo que quedarme en casa, tengo que cuidarme, tengo que acudir y hacer una nueva rutina de vida, y el cambiar de rutina de vida es un proceso muy delicado donde que se necesita trabajar principalmente uno de los formales del conductismo de conducta humana propia para poder establecer, causando gran molestia en muchos pacientes los cuales vienen con este problema de temperamento donde que ya se vuelve explosivo, donde no es comunicativo y sobre todo no se vuelve una comunicación asertiva lo que se conoce ni empática tampoco sino “yo decido lo que hago y hago esto y sino lo hago. me enojo, me molesto y mando todo a otro planeta mis intenciones” tenemos una gran falla para abordar directamente tenemos una gran molestia dentro del carácter porque se ha ido modificando ya que en nosotros jamás hay cambios, hay evoluciones, sino modificándose el carácter en ocasiones no hay esa fijación para poder estructurar bien una conversación.

Al hablar de este famoso confinamiento social, impuesto, porque eso hay que decirlo es un confinamiento impuesto atacando la razón propia, a la razón de cada ser humano a ese sentido nosotros tenemos.

Quintana desde un punto de vista conductual enmarcado en ese desarrollo social, afectivo, cognitivo, integral que tenemos nosotros lógicamente vamos a tener serias dificultades a nivel de nuestro órgano superior, de nuestro máximo regulador, entonces nuestro cerebro nos juega unas pasadas increíbles manifestando somatizaciones, no podemos decir nos va atacar solo a nivel gastrointestinal, glandular, a nivel hipotalámico, a nivel de la hipófisis

en cada uno de sus aspectos, no se puede decir que se va a manifestar solo a través de dolores musculares, con cefaleas, no podemos decir nada de eso somos un conjunto cada persona bien diferente de acciones. Pero el confinamiento si ha atacado con:

- Problemas gastrointestinales
- Problemas conductuales
- Problemas sociales

Ha desarrollado el miedo al contacto en nosotros

Dentro de nosotros reflejamos el problema más enfocado a nuestra cognición, con un ejemplo mas practico en nosotros se a desarrollado el miedo. El miedo desarrolla en el ser humano ciertos aspectos muy fundamentales muy recurrentes como lo es la angustia, la angustia también es generada y va generada al pensamiento, el mismo que ha tenido una serie de cambios fundamentales del ser humano y trascendentales para irnos adecuando a esta nueva realidad de pandemia, pero tenemos serias dificultades afectivas cognitivas conductuales , emocionales hasta en neurotransmisores que lo vamos manejando, liberamos dopaminérgicas, gran cantidad de estos neurotransmisores y ahí es donde tenemos problemas por ejemplo tenemos:

- Dolores corporales a nivel muscular sin saber su causa
- Insomnio
- Problemas de alimentación
- Problemas en la movilidad corporal en nuestro aspecto kinestésico
- Se ve afectado nuestro quiasma óptico por mucho computador.
- Ataca también a nuestra parte 19, 18, 17, cerebro

Todo esto va sumando hasta transformarse en estos famosísimos problemas estudiados y sacados por los argentinos como lo es la psicopatización corporal a nivel general o a nivel de cada persona como lo vaya teniendo, a dicha persona le puede doler mucho la cabeza, una cefalea intensa a raíz de una palpitación subtalámica también puede ser un problema gastrointestinal, muscular lo que nuestro cuerpo está diciendo es mira tienes que acoplarte tienes que tratar de regresar a esa normalidad de alguna forma, “si no lo vas hacer te voy a seguir molestando diariamente”.

La somatización como tal no es un diagnóstico psiquiátrico, sino un denominador común de una serie de procesos patológicos agrupados según el DSM-IV (manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales) como trastornos somatomorfos. (Cabrera, 2016)

El trastorno por somatización, por tanto, se debe conocer y tener en cuenta en la consulta del médico de familia porque muchos de los síntomas somáticos que presenta un paciente puede ser la expresión de dificultades emocionales que resumen complejas interacciones psicológicas, vitales, familiares y sociales que pueden poner en peligro la relación médico-paciente. (Cabrera, 2016).

El neuropsicólogo Cristhian Quintana (2020) menciona además que, la psico somatización tiene un proceso en el ser humano; “ a nosotros nos prohíben seguir una rutina ya establecida, en nuestro caso nos prohíben ir a la universidad constantemente, por la dificultad que genera el contagio, entonces nosotros necesitamos un computador, este computador necesita un espacio, ambiente de silencio para poder trabajar, esto va causando poco a poco molestia, una molestia que en casa muchas de las veces no lo podemos decir, por ejemplo “cuando preguntan que te pasa, respondemos nada una simple molestia”. Al segundo día esa molestia aumenta, al 3er, 4to, etc. Estas molestias aumentan paulatinamente.

En el caso de la ira, hablando del temperamento va generando un problema de comunicación familiar, estrés dañino, (acumula ira, acumula un dolor, palpitación fuerte a nivel de la cabeza, no permite esa concentración), nuestros sentidos se están agudizando más, por eso es que la bulla que recibos de los demás ya nos molesta al momento de trabajar y otros ejemplos como:

- Fastidio a nivel del oído interno.
- Dificultad para reprimir ira.
- Aumenta la angustia.
- Tensión a nivel cervical.
- Molestia en la parte dorsal superior.
- Arritmias cardiacas sin necesidad de ser patológico.
- Dolor de estómago, diarrea, disentería recurrente.
- Espasmos musculares a nivel inferior y superior.

- Dolor a nivel del trapecioide superior.

Además recalca que puede adquirir un aspecto patológico la acumulación de estrés, tenemos ya ciertos casos que ya están enmarcándose gracias a esta y se están dando a conocer con ciertos rasgos característicos propios por ejemplo de una personalidad con delirio de persecución, una personalidad un poco paranoide, por ejemplo: “siento que me vuelo paranoico porque no quiero acercarme a nadie a parte va enmarcándose ciertas dificultades que se van volviendo muy recurrentes y esto a la vez no podemos soltarlo y nos vamos ajustando”. Como el famoso estudio, acerca del Síndrome de la cabaña, el miedo a dejar la casa, el miedo a dejar el nido al afrontamiento.

El síndrome de la cabaña es un término coloquial que actualmente está siendo utilizado para describir una situación psicoemocional de incomodidad a la hora de abandonar el lugar donde una persona ha sido recluida durante un periodo largo de tiempo. (Cabana Salazar, 2009).

Muchas personas lo han vivido durante los dos meses de cuarentena y se ha reflejado como una urgencia por abandonar el domicilio bajo las premisas (o no) impuestas por el gobierno que permitían hacerlo. (Cabana Salazar, 2009).

Entre los reportes de las personas que han sufrido exposiciones a agentes estresantes y han desarrollado cuadros compatibles con este síndrome se encuentran sensaciones de:

- Irritabilidad.
- Mal humor.
- Aburrimiento.
- Depresión o sensación de insatisfacción.

Para concluir el neuropsicólogo Cristhian Quintana sostiene que el confinamiento es un problema de adaptación a la sociedad; “la sociedad influye como tal en mí, pero yo influyo también en la sociedad”. Algunos cambios que se han manifestado con el confinamiento por covid-19 son:

- ❖ No me comunico como antes
- ❖ Descuido en el aspecto personal

- ❖ Ambiente crítico de malas noticias
- ❖ El tema central es muerte por covid-19
- ❖ Empezamos a levantarnos en la noche
- ❖ Transpiraciones nocturnas
- ❖ Desbalance alimenticio

La pandemia nos atacó económicamente, pero más como seres humanos, hemos empezado a tener miedo del otro ser humano, Freud decía nosotros somos antes que sociales, nosotros somos sexuales, la sociedad propia marca una sociedad establecida y ahora el estar en confinamiento hace que el ser humano entre en una constante lucha entre los estímulos externos y lo subjetivo, combinado con todos los problemas de toda una sociedad hacen que influya en el desbalance del temperamento y carácter. A manera de síntesis de los criterios mencionados anteriormente presentamos lo siguiente:

En las obras de Adler, “carácter” tiene casi el mismo significado que “personalidad”, plan de vida, estilo de vida, línea directriz, línea de movimiento, etc. (Perfall, 1999). Mientras que el temperamento y su trama, muestra y describe, a través de numerosa evidencia científica, los rasgos del temperamento que subyacen al comportamiento, mostrándonos cómo éste está determinado por la biología y el medio ambiente. (Caycho Rodríguez, 2013)

Confinamiento se entiende aquella situación de una población o especie encerrada en un biotopo determinado y limitado del que no puede salir. (Española., 2016).

Desde una perspectiva psicólogo clínica: Las personas somos una construcción social y esto va afectando al aprendizaje que tenemos las personas mediante la interacción social que ya no es la misma (Peralta, 2020).

Para el psicoanálisis: el confinamiento el hecho de mantenerse aislado es un factor predisponente para el surgimiento de diversos trastornos mentales o a su vez si hay presencia de un trastorno mental es un factor que mantiene la problemática. (Cedeño, 2020).

El aislamiento es un factor de riesgo que aumenta las posibilidades que surja cualquier tipo de problemática no solamente pensamientos disfuncionales sino también emociones desfavorables pueden surgir ansiedad depresión por eso es importante el apoyo a nivel familiar. (Cedeño, 2020).

Desde el punto de vista Neuropsicológico: Lógicamente nosotros tenemos ciertas dificultades temperamentales y de conducta, cuando nos privan uno de los procesos más básicos humanos como lo es la libertad). (Quintana, 2020).

Tenemos ciertos casos que ya están enmarcándose gracias a esta pandemia, se están dando a conocer con ciertos rasgos característicos propios por ejemplo de una personalidad con delirio de persecución, una personalidad un poco paranoide. (Quintana, 2020).

Como el famoso estudio, acerca del síndrome de La Cabaña, el miedo a dejar la casa, el miedo a dejar el nido al afrontamiento. Este término coloquial actualmente está siendo utilizado para describir una situación psicoemocional de incomodidad a la hora de abandonar el lugar donde una persona ha sido recluida durante un periodo largo de tiempo. Muchas personas lo han vivido durante los dos meses de cuarentena y se ha reflejado como una urgencia por abandonar el domicilio bajo las premisas (o no) impuestas por el gobierno que permitían hacerlo. (Cabana Salazar, 2009).

Entre los reportes de las personas que han sufrido exposiciones a agentes estresantes y han desarrollado cuadros compatibles con este síndrome se encuentran sensaciones de:

- Irritabilidad.
- Mal humor.
- Aburrimiento.
- Depresión o sensación de insatisfacción. (Cabana Salazar, 2009)

Tenemos que el ser humano al ser un ente biológico, psicológico, emocional y social al condicionarlo con el confinamiento trae desbalances en el Temperamento y Carácter. A pesar de la poca información acerca del confinamiento y sus efectos hay que recalcar que el confinamiento puede traer consecuencias ya que si hablamos del aspecto cognitivo nos referimos a proceso mental y forma de percibir los estímulos externos, eso tiene que ver

con lo cognitivo entonces a nivel de procesamiento de información puede existir alteraciones en la forma de concebir el mundo y en la forma de concebir el futuro.

Resulta la presencia de diferentes signos y síntomas dependiendo de cada persona y sus capacidades de afrontamiento a determinada situación problemática.

Puede padecer lo siguiente:

- Fastidio a nivel del oído interno.
- Dificultad para reprimir ira.
- Aumenta la angustia.
- Tensión a nivel cervical.
- Molestia en la parte dorsal superior.
- Arritmias cardiacas sin necesidad de ser patológico.
- Dolor de estómago, diarrea, disentería recurrente.
- Espasmos musculares a nivel inferior y superior.
- Dolor a nivel del trapecio superior.

La información recolectada será de gran importancia para aquel individuo que sienta la necesidad de buscar información acerca de esta pandemia y como afecto psicológicamente a las personas, además mencionar que se aprendió métodos de investigación y destrezas para manejar situaciones problemáticas en lo que refiere a la tecnología.

CONCLUSIONES

Como conclusión tenemos que el confinamiento:

- Aumenta las posibilidades de que existan alteraciones a nivel mental
- Puede traer consecuencias cognitivo-conductuales
- Puede traer sufrimiento, alteraciones a nivel emocional
- Altera el carácter, formado con el temperamento

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Antolín, A. P., Pérez, C. B., Liria, A. F., & Ramos, P. R. (2010). Inventario infanto-juvenil de temperamento y carácter. *Revista de psiquiatría infanto-juvenil*, 27(4), 319-330

- Cabana Salazar, E. G. (2009). Síndrome de la cabaña. *scielo.sld.cu*.
- Cabrera, M. U. (2016). *Trastorno de somatización y su incidencia en el desarrollo afectivo de los jóvenes de la ciudadela Babahoyo*. Obtenido de Universidad Técnica De Babahoyo: <http://dspace.utb.edu.ec/handle/49000/3166>
- Caycho Rodríguez, T. (2013). Temperamento: lo más importante no es la estabilidad sino el cambio. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 8.
- Cedeño, M. W. (29 de agosto de 2020). Desbalance en el temperamento, carácter a razón del confinamiento por covid-19. (A. I. Lara, Entrevistador)
- Española., G. D. (2016). *thefreedictionary*. Obtenido de thefreedictionary: <https://es.thefreedictionary.com/confinamiento>
- Peralta, P. (2020). Desbalance en el Temperamento y Carácter por confinamiento a causa de covid-19 [Grabado por A. Lara]. Guaranda, Bolívar, Ecuador.
- Navas, M. D. C. O. (2016). La formación del carácter en los futuros maestros como proceso educativo orientado hacia la democratización educativa. In *Democracia y Educación en la formación docente* (pp. 227-231). Universitat de Vic-Universitat Central de Catalunya.
- Quintana, N. C. (15 de 08 de 2020). Desbalances en el temperamento y carácter por confinamiento de covid-19. (I. Y. Lara, Entrevistador)
- Peralta, P. (15 de agosto de 2020). Desbalance en el Temperamento y Carácter por confinamiento a causa de covid-19. (A. I. Lara, Entrevistador) Guaranda, Bolívar, Ecuador.
- Perfall, C. A. (1999). *Diccionario de Psicología Individual*. Vallehermoso, : SINTESIS S. A.
- Urzúa, P. (2019). La Psicología en la prevención y manejo del COVID-19. Aportes desde la evidencia inicial. *SciELO - Scientific Electronic Library Online*