

Salud mental y coyuntura política en el Perú.

Mental health and political situation in Peru.

Horacio Vargas Murga^{1,2,a} 

En los últimos años, el Perú atraviesa una coyuntura política inestable, la cual se ha tornado caótica desde el 07 de diciembre del 2022, fecha en que el expresidente Pedro Castillo Terrones, decide cerrar temporalmente el Congreso de la República, declarar “gobierno de excepción” y convocar a nuevas elecciones parlamentarias (1). Esta situación no prosperó por el rechazo a la decisión por parte de las diversas instituciones del Estado y las Fuerzas Armadas. Por el contrario, desencadenó la vacancia presidencial declarada por el Congreso de la República (2) y la detención del expresidente determinada por el Ministerio Público (3).

A partir de entonces se han presentado protestas en las calles de la ciudad de Lima y del interior del país, mostrando diversas exigencias: restitución del expresidente vacado, renuncia de la actual presidenta, cierre del Congreso de la República, adelanto de las elecciones generales y una nueva constitución (4). Estas protestas se han acompañado de bloqueo de carreteras, daño a la infraestructura de instituciones del Estado, destrucción e incendio de propiedades, actos de vandalismo, agresiones de todo tipo, entre manifestantes y policías, que han llevado al extremo de quemar vivo a un policía y el desenlace de más de media centena de personas fallecidas (5-7).

La situación de violencia generada está polarizando a un sector creciente del país, exteriorizando resentimientos, odios, indignación, deseos de venganza y recrudecimiento de la violencia. Tanto la violencia en sí misma, como los sentimientos displacenteros mencionados representan un primer aspecto de afectación de la salud mental.

Por otro lado, la situación de violencia en las calles puede generar temor e incertidumbre en la población de que su integridad, vida, familia y propiedades se vean comprometidas, generando un segundo aspecto de afectación de la salud mental (8). Igualmente, varios negocios y empresas se han afectado económicamente, al tener que cerrar algunos días, para evitar daños a su infraestructura y al personal que labora en sus instalaciones.

De la misma forma, el bloqueo de carreteras ha propiciado la falta de alimentos en diversas zonas del país y el aumento del precio de otros alimentos, ocasionando carencias y limitaciones alimentarias, así como disminución del poder adquisitivo. Todo esto puede afectar también la salud mental de la población, con la presencia de sentimientos de ansiedad, cólera, desesperanza, entre otros (8).

Finalmente, esta situación coyuntural que vive el país puede incrementar el estrés en la población y sabemos que el estrés puede facilitar la aparición de trastornos mentales en personas vulnerables, es decir, con predisposición hereditaria, o el empeoramiento y/o recaídas de quienes ya los padecían. A todo esto, hay que sumar la afectación directa del estrés, sobre la salud mental, generando ansiedad, temor, irritabilidad, tristeza, entre otras molestias (9). Sin embargo, hay limitaciones para entender la compleja incidencia de la violencia política en la salud mental (10).

En esta coyuntura política, es importante que la población peruana cuide su salud mental. Hay diversas recomendaciones que pueden ser útiles como: Mantener una actividad positiva (enfocarse en los aspectos buenos de la vida y evitar pensamientos negativos sobre lo que viene ocurriendo), cuidar la salud física (sueño adecuado, buena alimentación y actividad deportiva), establecimiento de objetivos reales a corto plazo, utilización de técnicas

¹ Revista de Neuro-Psiquiatría. Lima, Perú.

² Sección Académica de Psiquiatría y Salud Mental, Departamento Académico de Clínicas Médicas, Facultad de Medicina Alberto Hurtado, Universidad Peruana Cayetano Heredia. Lima, Perú.

^a Doctor en Medicina.

de relajación y meditación, mantenimiento de la actividad social y solicitar ayuda profesional cuando no se pueda manejar por sí mismo la situación agobiante (11).

Es importante que el Ministerio de Salud, fortalezca sus servicios de atención y sus programas de intervención psicosocial, tomando en cuenta la posibilidad de un aumento en la afectación de la salud mental de la población frente a esta coyuntura política.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Chillitupa R. Presidente de Perú disuelve Congreso, declara “gobierno de excepción” y llama a elecciones. *Vozdeamerica.com*. 2022 Dic 07. Disponible en: <https://www.vozdeamerica.com/a/presidente-de-peru-pedro-castillo-disuelve-el-congreso-/6866334.html>.
2. Resolución del Congreso que declara la permanente incapacidad moral del Presidente de la República y la vacancia de la Presidencia de la República, 001-2022-2023-CR (Dic 7, 2022). Disponible en: <https://busquedas.elperuano.pe/normaslegales/resolucion-del-congreso-que-declara-la-permanente-incapacida-resolucion-001-2022-2023-cr-2132939-1/>
3. BBC news mundo. Pedro Castillo: destituyen y detienen por rebelión al presidente de Perú después de que disolviera el Congreso en una jornada de caos político. *BBC.com*. 2022 Dic 07. Disponible en: <https://www.bbc.com/mundo/noticias-america-latina-63895102>.
4. Bermudez M, AFP. “Cierre del Congreso Ya: Nueva Constitución” piden marchas en Perú, extendidas a Lima. *Seminario Universidad*. 2023 Ene 13. Disponible en: <https://semanariouniversidad.com/mundo/cierre-del-congreso-ya-nueva-constitucion-piden-marchas-en-peru-extendidas-a-lima/>
5. Bloqueo de carreteras: Conoce la situación de las vías de todo el Perú durante las protestas. *Convoca*. 2023 Mar 14. Disponible en: <https://convoca.pe/convoca-a-tu-servicio/bloqueo-de-carreteras-conoce-la-situacion-de-las-vias-de-todo-el-peru-durante>.
6. SWI swissinfo.ch. Disturbios y vandalismo en Lima en protesta contra Boluarte. *SWI swissinfo.ch*. 2022 Dic 13. Disponible en: https://www.swissinfo.ch/spa/per%C3%BA-crisis_disturbios-y-vandalismo-en-lima-en-protesta-contra-boluarte/48129544.
7. Mesa de noticias de El mostrador. Policía muere calcinado tras ataque de turba durante protestas en Perú. *El mostrador*. 2023 Ene 10. Disponible en: <https://www.elmostrador.cl/dia/2023/01/10/policia-muere-calcinado-tras-ataque-de-turba-durante-protestas-en-peru/>.
8. Agudelo-Velez D. Presentación. Impacto del conflicto y la violencia sobre la salud mental: del diagnóstico a la intervención. *Rev Estud Soc*. 2018;(66):2-8.
9. Vásquez-Villegas G. Estrés, vulnerabilidad y resiliencia: Enfoque clínico. *Rev Med Vozandes*. 2010;(21): 35-41.
10. Arias-López B. Salud mental y violencia política. Atender al enfermo psiquiátrico o reconocer al sujeto de la micropolítica. *Rev Colomb Psiquiat*. 2013;42(3):276-28.
11. Redacción EC. ¿Cómo cuidar nuestra salud mental en medio de esta coyuntura política? *El Comercio*. 2022 Dic 16. Disponible en: <https://elcomercio.pe/viu/estar-bien/pandemia-como-mejorar-nuestra-salud-mental-en-esta-coyuntura-nndc-noticia/>