



¿CUÁLES SON LOS SENTIMIENTOS Y PENSAMIENTOS MÁS FRECUENTES ASOCIADOS AL CORONAVIRUS (COVID-19)?

Al tratarse de una situación desconocida, se eleva el nivel de **incertidumbre**. Nuestro estado de captación es predominantemente ansioso, ¿por qué? Porque estamos alertas frente a lo nuevo.

El traspaso de la multi-información, las nuevas formas de socializar con modalidades virtuales, el cambio en las rutinas diarias, preocupaciones por necesidades básicas, etc. pueden incidir en nuestra calidad de vida.

Hay emociones que pueden volverse recurrentes como el **miedo, frustración, aburrimiento, ambivalencia, desgano, tristeza, desorganización**.

Algunas recomendaciones...



mindesarrolloytrabajo.neuquen.gob.ar/