

# Dos años de convivencia con el COVID-19 en Panamá

Ericka Matus\*

Espacios

58

## Resumen.

El año 2020, inició la transformación en la vida de millones de personas en el mundo. En el caso de Panamá, el día 23 de enero se ordena la activación del Centro de Operaciones en Salud (CODES), con el fin de monitorear, recomendar acciones e iniciar preparativos de respuesta para la intervención por la pandemia emitida por la OMS y el 13 de marzo se declaró el estado de emergencia nacional por COVID-19, por instrucciones de la presidencia de la República en coordinación con el Ministerio de Salud.

Así, la rápida respuesta impuso el cierre de todas las actividades no estratégicas o indispensables, pero continuaron tal como, el funcionamiento del Canal de Panamá y toda la red del Sector de Salud, los Servicios Públicos como Bomberos y Fuerzas Públicas, Protección Civil, Industria agroalimentaria y agropecuaria, Telecomunicaciones, Energía, Carga aérea, marítima y terrestre, Transporte humanitario, Servicios bancarios, financieros y hasta cooperativas de ahorro y crédito.

La población civil también demostró distintas iniciativas con el fin de paliar los estragos del nuevo virus, por ejemplo, la solidaridad de sus ciudadanos a través de donaciones, el cumplimiento con las medidas de toque de queda, el programa virtual de apoyo psicológico, el diseño y la construcción de respiradores manuales de bajo costo, entre otros.

El número de casos confirmados y fallecidos, marcó modificaciones en el calendario de confinamiento, en la forma de comunicación, de enseñanza y aprendizaje a través de las instituciones educativas, de comercio y convivencia, en una palabra, en la transformación social.

El presente documento muestra los esfuerzos de la nación centroamericana por aprender, mitigar y convivir con el COVID-19 durante los primeros 24 meses.

## Palabras clave.

Panamá, COVID-19, pandemia, confinamiento, transformación social

## Abstract.

*The year 2020, began the transformation in the lives of millions of people in the world. In the case of Panama, on January 23, the activation of the Health Operations Center (CODES) is ordered, in order to monitor, recommend actions and initiate response preparations for the intervention due to the pandemic issued by the WHO and the On March 13, a national state of emergency was declared due to COVID-19, on instructions from the Presidency of the Republic in coordination with the Ministry of Health.*

*Thus, the rapid response imposed the closure of all non-strategic or essential activities, but they continued, such as the operation of the Panama Canal and the entire network of the Health Sector, Public Services such as Firefighters and Public Forces, Civil Protection, Industry agri-food and agriculture, Telecommunications, Energy, Air, sea and land cargo, Humanitarian transport, Banking, financial services and even savings and credit cooperatives.*

*The civilian population also demonstrated different initiatives in order to alleviate the ravages of the new virus, for example, the solidarity of its citizens through donations, compliance with curfew measures, the virtual psychological support program, the design and the construction of low-cost manual respirators, among others.*

*The number of confirmed and deceased cases marked changes in the confinement calendar, in the form of communication, teaching and learning through educational, trade and coexistence institutions, in a word, in social transformation.*

*This document shows the efforts of the Central American nation to learn, mitigate and live with COVID-19 during the first 24 months.*

## Keywords.

*Panama, COVID-19, pandemic, confinement, social transformation*

\* Universidad Especializada de las Américas UDELAS.



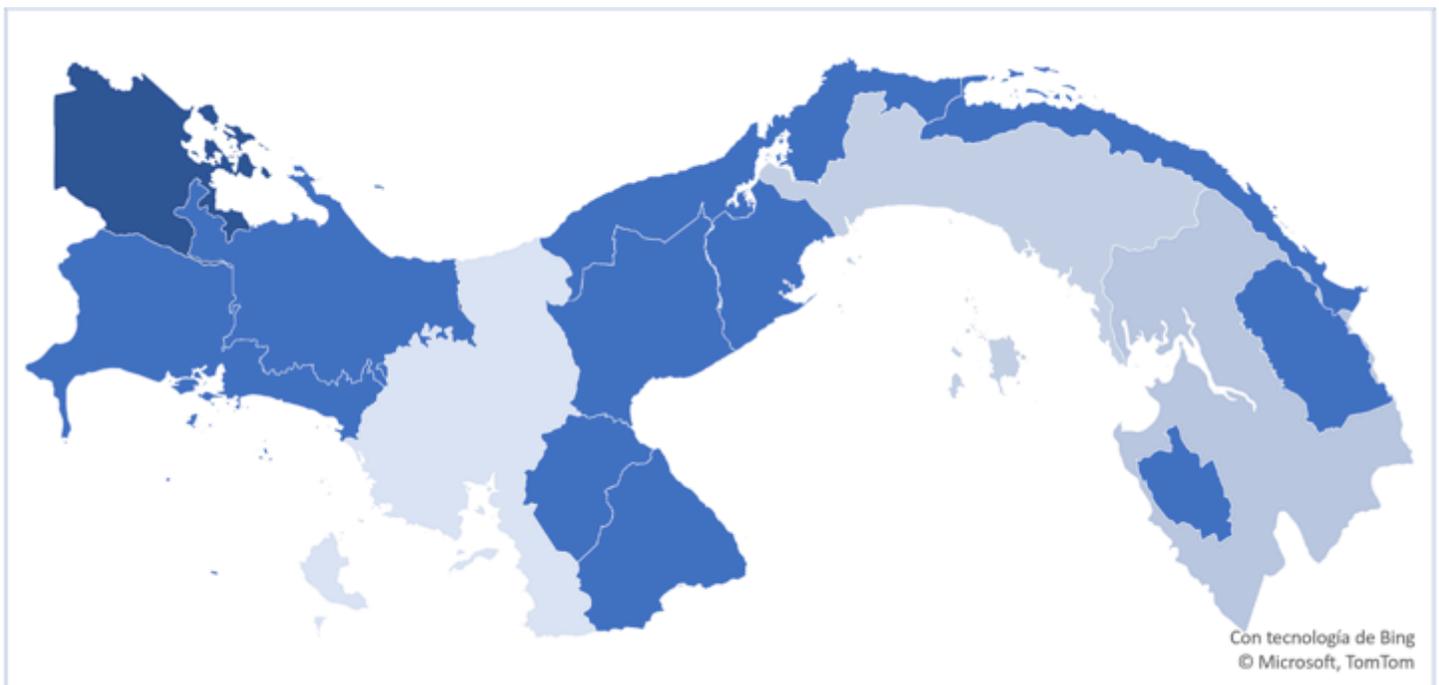
## Introducción

La irrupción del COVID en el mundo, trajo consigo una ruptura de la precaria homeostasis en la que se vivía. El área de la salud fue duramente castigada, en los hospitales el número de respiradores fue claramente insuficiente, lo mismo que las áreas de terapia intensiva. El personal adscrito a hospitales (mantenimiento, limpieza, administración, laboratorios, enfermería, médicos, farmacia, camilleros, etc.), trabajaban más tiempo y con mayor riesgo. La pérdida de vidas humanas aumentaba cada día durante los primeros seis meses de emergencia, principalmente, el personal de salud, lo que agravó el escenario.

El cierre de casi todas las áreas productivas, generó la pérdida de las actividades laborales remuneradas y con ello, la limitada perspectiva de llevar alimento a los hogares.

El flujo de información aumentaba cada segundo y la posibilidad de validar el grado de veracidad fue muy complicado, de manera que la población estaba informada a medias, en el mejor de los casos.

Figura 1. Mapa de República de Panamá.



Las personas se vieron obligadas a contratar proveedores de servicio de internet o solicitar aumento en su cobertura y velocidad. El tiempo en pantalla aumentó significativamente por confinamiento y la cantidad y calidad de sueño disminuyeron. La incertidumbre se tradujo en el aumento en los trastornos en la salud mental y se recrudecieron la ansiedad, el estrés y la depresión en mayor medida, aunque no fueron los únicos.

Al decretarse el estado de emergencia, entendido como aquello que se ha salido de control en todo el país (Matus, 2020), el gobierno de Panamá tomó una serie de medidas tendientes al manejo epidemiológico centrado en sus habitantes y diferenciado en 3 ejes: Salud, Alimentación y Educación.

En el eje de Salud, la entidad responsable es el Ministerio de Salud (MINSa) y su gestora es la Dra. Turner, quien comunicó las principales estrategias: la creación de líneas telefónicas de emergencia, la creación de una App denominada ROSA (Respuesta Operativa de Salud Automática), se constituyeron los equipos de trazabilidad (EUT), se realizó el seguimiento y cerco epidemiológico, se crearon espacios alternativos de atención médica, la contratación de personal de contingencia temporal, entre muchos otros.

Con respecto a la trazabilidad, se realizó la conformación de equipos unificados de trazabilidad (EUT), integrados por funcionario del Ministerio de Salud (MINSa), médico, funcionario del Ministerio de desarrollo social (MIDES) o promotor comunitario y miembro de organismo de seguridad. Los equipos EUT fueron los responsables de la detección de personas positivas o activas por COVID-19, en coordinación con los equipos de respuesta rápida (ERR), las plataformas tecnológicas 169, ROSA (Respuesta Operativa de Salud Automática) y otras, a través de las instalaciones de triage respiratorio y cabinas de hisopado en las instalaciones sanitarias locales y

otras creadas exprofeso. Asimismo, se adecuaron hoteles para el aislamiento de personas contagiadas como medida de protección hacia sus familias.

La dinámica del aislamiento a casos positivos fue, la cuarentena en habitaciones de hotel o en su residencia y entrega de apoyo solidario. La trazabilidad automática e inmediata incluyó los últimos tres días de recorrido positivo y las pruebas a quienes estuvieron en contacto y la aplicación de medidas sanitarias complementarias según el nivel de contagio y propagación.

Con respecto al eje alimentario, se creó el programa Plan Panamá Solidario, el cual es un plan de emergencia y asistencia social de alivio para afectados por la pandemia mundial del COVID-19, cuyos beneficiados son los ciudadanos más vulnerables, aproximadamente 1 millón 350 mil familias. Consiste en la entrega de vales digitales, como recurso monetario para que las personas puedan suplir sus necesidades prioritarias en la compra de alimentos y medicamentos, ya sea con bonos físicos o transferencias a través de la cédula de identidad personal con un total de 80 balboas equivalentes a 80 dólares, además de bolsas con algunos artículos de primera necesidad de la canasta básica entregadas por quincena.

En el eje correspondiente a la educación, el Ministerio de Educación (MEDUCA), anunció el cierre de todos los centros educativos públicos y privados con el fin de evitar la propagación del virus el 9 de marzo de 2020, a través del Comité Operativo de Emergencia (COE). Los 850,000 estudiantes desde el preescolar, hasta la educación media tuvieron que permanecer en casa, sin poder asistir a la escuela. De tal suerte que se presentaron estrategias para garantizar el acceso a la educación que se muestran a continuación:



- Suspensión de clases, establecimiento de comando de incidencia y servicios educativos extracurriculares.
- Continuidad educativa voluntaria y perfeccionamiento docente durante la cuarentena.
- Reinicio del año escolar a distancia.
- Infraestructura, limpieza y desinfección de escuelas para su apertura.
- Preparación de lineamientos para el año escolar 2021 post COVID-19.
- Recibieron guías con módulos académicos para continuar con su formación.

Con algunos tropiezos, hubo clases por televisión y por plataformas digitales. La cobertura en las regiones urbanas fue total, mientras que en las zonas rurales, en particular las comarcas, estuvieron limitadas.

En el nivel superior, cada dependencia siguió las recomendación del MINSA y MEDUCA, con la ventaja de que las universidades ya contaban con plataformas digitales y cursos a distancia, aunque no necesariamente tenían la cobertura total. La falta de internet y dispositivos electrónicos de muchos estudiantes, limitó la continuidad de su formación.

Con relación a la sociedad civil, la creatividad permitió la innovación para soluciones viables ante la emergencia sanitaria, de ahí que, la cooperación de ingenieros, médicos, universidades, centros de investigación y empresas, trabajaron en conjunto para fabricar prototipos de ventiladores mecánicos de emergencia.

Tres universidades se sumaron: La Universidad Latina con su prototipo denominado FESTO, la Universidad Especializada de las Américas (UDELAS) con un ventilador llamado PANAVENT y la Universidad Tecnológica de Panamá (UTP) con su ventilador llamado FabLab (SENACYT, septiembre de 2020).

Las alcaldías lograron digitalizar muchos procesos administrativos que facilitaron los trámites a la ciudadanía, por ejemplo la revisión y emplacado de vehículos automotores.

Los comercios rediseñaron sus espacios y cambiaron el ingreso por puertas automatizadas para evitar el contacto. A continuación se desglosa la comunicación oficial, la fecha y el número de nuevos casos positivos confirmados de COVID-19 en la República de Panamá, durante los últimos dos años.

| 2020        | Comunicación Oficial  | Nuevos casos confirmados |
|-------------|---|--------------------------|
| 23 de enero | Se ordena la activación del Centro de Operaciones en Salud (CODES), con el fin de monitorear, recomendar acciones e iniciar preparativos de respuesta para la intervención por la pandemia de COVID-19.   | 0                        |
| 9 de marzo  | Primer caso confirmado de coronavirus COVID-19 en Panamá  | 1                        |
| 13 de marzo | Se notificó el Estado de Emergencia Nacional por COVID-19, por instrucciones de la presidencia de la República en coordinación con el Ministerio de Salud.  | 13                       |
| 17 de marzo | Inicio de Toque de queda con un horario de las 21:00 hrs hasta las 5:00 a.m.  | 17                       |
| 19 de marzo | Zonas epidémicas sujetas a control sanitario en puestos de control. Cierre temporal de establecimientos comerciales y empresas en todo el territorio nacional exceptuando cadena de producción, distribución y comercialización de alimentos, medicamentos y productos de higiene, entre otros. | 28                       |
| 23 de marzo | Se amplía el horario de toque de queda de 17:00 a 5:00 horas, manteniéndose las restricciones y excepciones en cuanto a movilidad contempladas en dicho decreto ejecutivo 505.  | 100°                     |



| 2020        | Comunicación Oficial  | Nuevos casos confirmados |
|-------------|---|--------------------------|
| 24 de marzo | Promulgación del decreto de la Ley Seca impuesta por la Declaratoria de Emergencia Nacional por la Pandemia.  | 98                       |
| 25 de marzo | Se declara la cuarentena total obligatoria en el territorio nacional de manera indefinida mientras dure la declaratoria de Estado de Emergencia Nacional.   | 213                      |
| 27 de marzo | Se crea el Plan Panamá Solidario para atender las necesidades urgentes de los ciudadanos dentro del territorio nacional. El plan consiste en la entrega de un apoyo solidario a los ciudadanos afectados por la pandemia para cubrir parte de las necesidades básicas de alimentación, productos de higiene y medicamentos, mientras dure el Estado de Emergencia Nacional decretado ante la crisis sanitaria COVID-19. | 116                      |
| 1 de abril  | Facultad de salida a comprar alimentos y medicamentos de acuerdo al último número de cédula o pasaporte. Tendrás dos horas para estar en circulación, desde media hora antes y hasta media hora después (panameños y extranjeros). Las mujeres lunes, miércoles y viernes, y hombres martes, jueves y sábados. Los domingos todos deberán permanecer en sus casas.  | 192                      |
| 11 de abril | Por la seguridad sanitaria del país y preservar la vida y la salud de los panameños, durante sábado 11 y domingo 12 de abril, nadie podrá salir a las calles para cumplir con cuarentena total.   | 222                      |
| 15 de abril | El Ministerio de Educación (Meduca) ordenó la suspensión de clases temporalmente en los colegios particulares y en los centros de atención de la primera infancia y a esperar al nuevo calendario escolar que dependerá de las recomendaciones del MINSA. Se excluye a los colegios con calendario "internacional" que culminan su año lectivo en el próximo mes de mayo.   | 102                      |
| 17 de abril | Las escuelas privadas podrán seguir con las clases virtuales, si cumplen requisitos.  | 265                      |
| 20 de abril | El Gobierno de Panamá extendió la suspensión de vuelos internacionales por 30 días más.   | 194                      |
| 21 de abril | El Consejo Municipal de Panamá aprobó un acuerdo, sobre el uso obligatorio de mascarillas o cubrebocas para quienes residan en el distrito de Panamá, al momento de salir de las residencias.   | 191                      |
| 11 de mayo  | Estudiantes de primero a sexto grado cuentan con clases por televisión que imparten docentes a través del programa Conéctate con la estrella. Transmitidas de lunes a viernes en un horario de 9:00 a.m. a 11:00 a.m. por SerTv. y retransmitidas de 10:00 a.m. a 12:00 m.d., por Hosanna Visión, y de 11:00 a.m. a 1:00 p.m., por RPC y Fetv (Canal 5).  | 166                      |
| 13 de mayo  | Inicio de la apertura gradual de las actividades económicas diseñada en 6 bloques.  | 161                      |
| 18 de mayo  | Las personas podrán realizar sus rutinas de ejercicio físico al aire libre cerca del perímetro de su domicilio, pero de manera individual el día que le corresponda según la hora y numeración de la cédula.  | 157                      |
| 22 de mayo  | La Autoridad Aeronáutica Civil de Panamá informó que se extiende la suspensión de vuelos internacionales por 30 días más por razones de salud pública.  | 139                      |
| 1 de junio  | Inicia la apertura del segundo bloque de actividades económicas y se elimina la salida por cédula, género y la cuarentena de domingo. Se mantendrá toque de queda de 7 p.m. a 5 a.m. y los cercos sanitarios establecidos. Todos podrán salir con uso obligatorio de mascarilla manteniendo el distanciamiento físico de 2 metros.  | 445                      |
| 6 de junio  | El Ministerio de Salud amplió el toque de queda a partir de las 17:00 horas a las 5:00 a.m., quedan exceptuadas las actividades laborales que cuenten con salvoconducto.  | 419                      |



| 2020             | Comunicación Oficial  | Nuevos casos confirmados |
|------------------|---|--------------------------|
| 8 de junio       | Retorno a la medida de restricción por movilidad por horario y número de cédula o pasaporte en las provincias de Panamá y Panamá Oeste. Mujeres lunes, miércoles y viernes y hombres martes, jueves y sábados. Los fines de semana de junio habrá toque de queda de las 5:00 p.m. del sábado a las 5:00 a.m. del lunes.                                 | 421                      |
| 22 de junio      | La Autoridad Aeronáutica Civil informa que se extiende la suspensión de vuelos internacionales por treinta (30) días más a partir de las 23:59 horas.   | 808                      |
| 3 de julio       | El Ministerio de Educación estableció el nuevo calendario escolar que iniciará el 20 de julio y finaliza el 30 de diciembre de 2020.  | 774                      |
| 17 de julio      | La Autoridad Aeronáutica Civil informó que se extiende la suspensión de vuelos internacionales por treinta (30) días más a partir de las 23:59 horas  | 1130                     |
| 20 de julio      | Presidencia y el Ministerio de Educación anunciaron que el retorno a clases inicia a distancia a través de una plataforma de educación virtual local adaptada al currículo nacional llamada ESTER.  | 1207                     |
| 31 de julio      | Se autoriza el establecimiento del Centro de Operaciones Controladas para la interconexión de Aviación Comercial Internacional en el que se permitirá de manera limitada operaciones aéreas para el tránsito por el Aeropuerto de Tocumen para la salida de pasajeros y la entrada controlada de panameños o residentes en Panamá.                      | 922                      |
| 24 de agosto     | El Ministerio de Salud anunció las actividades que se podrán realizar durante la movilidad sin restricción de cédula.   | 1420                     |
| 14 de septiembre | El gobierno de Panamá establece el levantamiento de las restricciones de movilidad por género y se establece Toque de Queda en todo el territorio nacional de las 23:00 horas hasta las 5:00 a.m. de lunes a sábado y el Domingo se mantiene la cuarentena total para las provincias de Panamá y Panamá Oeste.  | 704                      |
| 28 de septiembre | El gobierno de Panamá anuncia la reactivación de las actividades económicas, cumpliendo con las nuevas regulaciones de bioseguridad.  | 447                      |
| 12 de octubre    | Reactivación de la operación y movilización de las actividades económicas como hoteles, actividades turísticas, cultura, recreación, juegos de azar.  | 647                      |
| 24 de octubre    | Se autoriza la reactivación, operación y movilización de actividades familiares a playas y ríos de 6:00 a.m. a 4:00 p.m. Se levanta la cuarentena total vigente, en especial la de los días domingos, en todo el país. Se establece toque de queda en un horario unificado de 11:00 p.m. a 5:00 a.m. de lunes a domingo en todo el territorio nacional. | 639                      |
| 8 de diciembre   | Se establecen medidas extraordinarias en la provincia de Panamá, toque de queda desde las 21:00 hrs a las 5:00 horas y les seca de lunes a domingo.   | 1511                     |
| 18 de diciembre  | Inicio de toque de queda y ley seca de las 19:00 horas hasta las 17:00 horas. Se suspende el uso de ríos y playas.  | 3348                     |
| 21 de diciembre  | Ingreso a los comercios por género para los últimos diez días del año y Se establece cuarentena total del 25 al 28 de diciembre y desde el 1 al 4 de enero.   | 2755                     |
| <b>2021</b>      |   |                          |
| 4 de enero       | Cuarentena total y toque de queda de 8:00 p.m. a 5:00 a.m. sólo se permitirá la circulación de los ciudadanos dependiendo de su género y último número de su cédula, para adquirir alimentos y medicamentos en la provincia de Panamá y Panamá Oeste.   | 1972                     |
| 10 de enero      | Los Ministerios de Educación y Salud tomaron la decisión de iniciar el primer trimestre del ciclo escolar 2021 a distancia (no presencial) en las escuelas oficiales y particulares.  | 3735                     |



| 2021          | Comunicación Oficial   | Nuevos casos confirmados |
|---------------|--|--------------------------|
| 12 de enero   | Plan Nacional de Vacunación contra el COVID-19, que comprende cuatro fases, de las que las tres primeras se subdividen en dos etapas cada una.   | 2157                     |
| 14 de enero   | El Ministerio de Salud anunció que se retorna hacia un proceso de reapertura de manera gradual y sujeta a evaluaciones y análisis de la situación epidemiológica. Se establece toque de queda en todo el territorio nacional de 9:00 p.m. a 4:00 a.m., se mantiene la cuarentena total los fines de semana y se elimina el control de horario de movilidad por cédula en Panamá y Panamá Oeste.  | 3315                     |
| 20 de enero   | Comienzo de la aplicación de las primeras dosis de vacuna a personal del sistema de salud.   | 2173                     |
| 1 de febrero  | Se mantiene la cuarentena total desde el viernes a las 9:00 p.m. hasta el lunes a las 4:00 a.m. en las provincias de Herrera, Coclé, Los Santos, Veraguas, Panamá y Panamá Oeste. Para todo el país se mantiene el toque de queda todos los días a partir de las 9:00 pm hasta las 4:00 am.  | 926                      |
| 5 de febrero  | Los bancos permitirán los días viernes el acceso de las personas sin restricción de género.  | 1107                     |
| 13 de febrero | El Ministerio de Salud anunció que las fiestas del carnaval quedarán suspendidas en todo el país, como parte de las medidas para prevenir la propagación y contagio del COVID-19.  | 910                      |
| 15 de febrero | El toque de queda a nivel nacional será de 10:00 p.m. a 4 a.m. Se mantiene cuarentena total el fin de semana. Los restaurantes y comercios podrán extender su horario de atención hasta las 9 p.m. El horario para las playas, ríos y balnearios será 6:00 a.m. a 5:00 p.m. de lunes a viernes en las provincias de Panamá, Panamá Oeste, Coclé, Los Santos y Herrera. En las provincias de Panamá y Panamá Oeste, podrán reabrir la lava autos, sastrerías, zapaterías, industrias creativas y culturales (con excepción de los cines). | 487                      |
| 24 de febrero | Panamá recibió el tercer lote de vacunas contra la COVID-19 de la farmacéutica Pfizer, que consta de 77,220 dosis, con las cuales se totalizan 157,920 unidades recibidas desde el pasado 20 de enero.   | 718                      |
| 6 de marzo    | Se levanta la medida de cuarentena total los fines de semana y se mantiene todos los días el toque de queda a nivel nacional desde las 10:00 p.m. hasta las 4:00 a.m.  | 462                      |
| 27 de marzo   | Suspensión temporal para ingresar al país de toda persona que haya permanecido o transitado por cualquier país de Suramérica en los últimos 15 días, exceptuando a los nacionales y residentes en Panamá, quienes al ingresar deberán realizarse una prueba de COVID-19 y cuarentena.  | 438                      |
| 5 de abril    | El toque de queda a nivel nacional quedará desde las 11:00 p.m. hasta las 4:00 a.m. Permitiendo operar a todos los establecimientos hasta las 10:00 p.m.   | 304                      |
| 19 de abril   | Se hace obligatoria la prueba de COVID-19 molecular para todos los viajeros que ingresen por el aeropuerto de Tocumen y la reducción de 5 a 3 días de aislamientos a todos aquellos viajeros que ingresan al país y que provengan de países de América del Sur.  | 244                      |
| 3 de mayo     | Aplican nuevas medidas de ingreso al país para las personas provenientes de que hayan transitado en la India, Reino Unido, Sudáfrica o Suramérica deberán realizarse la prueba molecular a su ingreso a Panamá a costo del viajero.  | 260                      |
| 10 de mayo    | Ya se podrán realizar seminarios, foros, congresos, convenciones, exposiciones y capacitaciones con un aforo del 25% de capacidad del local en Panamá, Colón, Panamá Oeste, Herrera y Los Santos, ya que por el momento mantienen una positividad menor al 5%.   | 295                      |



| 2021            | Comunicación Oficial  | Nuevos casos confirmados |
|-----------------|---|--------------------------|
| 17 de mayo      | Nuevas medidas a nivel nacional en dónde se aumenta la capacidad del transporte público a un 80% y el uso de la mascarilla y pantalla facial en el transporte público es obligatorio.   | 344                      |
| 31 de mayo      | Toque de queda para la provincia de Coclé de lunes a domingo desde las 10:00 p.m. hasta las 4:00 a.m. y comercio continúa abierto de lunes a domingo hasta las 9:00 p.m.  | 348                      |
| 7 de junio      | Toque de queda y cuarentena total para Chiriquí y Veraguas como medidas de contención de la propagación.  | 526                      |
| 9 de junio      | La vacuna AstraZeneca está disponible de manera voluntaria para hombres y mujeres desde los 30 años de edad.  | 882                      |
| 21 de junio     | Se anunció la extensión de flexibilización bancaria y nuevo Plan Panamá Solidario hasta el 31 de diciembre de 2021.   | 583                      |
| 4 de julio      | Toque de queda y cuarentena total en Herrera, Chitré y Panamá Oeste.  | 1317                     |
| 11 de julio     | Toque de queda y cuarentena total Coclé.  | 1021                     |
| 26 de julio     | Toque de queda y cuarentena total en Veraguas, Panamá Oeste, Panamá, Chiriquí, Colón.   | 866                      |
| 2 de agosto     | Toque de queda y cuarentena total en Veraguas, Los Santos, Herrera y Coclé.   | 820                      |
| 9 de agosto     | Toque de queda y cuarentena total.  | 979                      |
| 15 de agosto    | Toque de queda y cuarentena total Panamá Oeste, Colón, Los Santos Veraguas, Herrera, Chitré, Chiriquí, Bocas del Toro, Coclé, Comarca Ngäbe Buglé.  | 852                      |
| 30 de agosto    | Todo viajero que ingrese a territorio nacional por vía aérea, terrestre o marítima por medios privados o comerciales, quedará exonerado de realizarse cualquier tipo de prueba COVID-19 a su llegada a Panamá y de la cuarentena preventiva siempre y cuando, se haya registrado de forma digital o presente de forma física la tarjeta de vacunación con esquema completo de vacunación. | 463                      |
| 1 de septiembre | Se levanta la medida de toma de temperatura de forma obligatoria.   | 450                      |
| 6 de septiembre | Se flexibilizan las medidas de toque de queda.  | 325                      |
| 4 de octubre    | Se levantan las medidas de toque de queda.  | 402                      |
| 24 de noviembre | Aplicación de dosis de refuerzo desde los 18 años que tengan su esquema completo de vacunación, con la vacuna Pfizer o AstraZeneca, con 6 meses desde la aplicación de la segunda dosis.  | 215                      |
| 3 de diciembre  | Suspensión temporal del ingreso de personas que hayan permanecido o transitado durante los últimos 14 días en Sudáfrica, Botsuana, Esuatini, Lesoto, Mozambique, Namibia, Zimbawe y Malawi, por nueva variante Ómicron.   | 285                      |
| 20 diciembre    | Ante la variante Omicrón se reitera a la población a redoblar medidas de bioseguridad.  | 709                      |
| 22 de diciembre | Aplicación de dosis de refuerzo a toda la población desde los 16 años de edad, siempre y cuando tenga 3 meses desde la aplicación de su segunda dosis de Pfizer o AstraZeneca.  | 487                      |



| 2021          | Comunicación Oficial  | Nuevos casos confirmados |
|---------------|---|--------------------------|
| 2022          |   |                          |
| 7 de enero    | Para infantes de entre 5 y 11 años, con enfermedades crónicas e inmunosuprimidos, se les estará aplicando la dosis pediátrica contra el COVID-19.   | 4623                     |
| 24 de enero   | Se autoriza la comercialización de pruebas auto aplicadas para detectar el COVID-19, así como nuevos procedimientos para personas con resultados positivos de pruebas para detectar COVID-19 y para personas con contacto estrecho comunitario con una persona COVID-19 positiva. | 7163                     |
| 25 de febrero | Se cancela la celebración de carnavales.  | 787                      |
| 7 de marzo    | Inicio de clases presenciales en todos los niveles y a través del territorio nacional. El 51% de los estudiantes (entre 12 y 18 años) ya (cuentan) con las dos dosis de vacunas contra la covid-19 y el 92% de los docentes a nivel nacional.                                     | 81                       |
| 28 de marzo   | Finaliza la obligatoriedad de la mascarilla en espacios abiertos siempre que se pueda mantener la distancia física de al menos un metro entre las personas.   | 125                      |

Durante la pandemia, los indicadores de deterioro de la salud mental en el mundo fueron tangibles, por lo que numerosos especialistas realizaron investigaciones y propusieron alternativas. Algunas con actividades físicas para realizar dentro del hogar, otras a través de charlas virtuales, algunas otras con intervención a distancia, entre muchas otras.

Por otra parte, en el estudio presentado por Reid, Rieves y Carlson (2022), se encontró que la percepción del uso de los espacios verdes, la abundancia y la calidad de los espacios verdes se asociaron con una mejor salud mental durante la pandemia por COVID-19 entre los residentes de Denver. Midiendo el espacio verde a través del promedio del índice diferenciado de vegetación normalizada (NDVI) a partir de imágenes aéreas de alta resolución alrededor de la vivienda de los participantes (300 a 500 metros). Para el espacio verde se elaboró una escala tipo *likert* sobre la vegetación cercana al hogar, la abundancia percibida, la visibilidad, el acceso, la proximidad, el uso y la calidad del espacio verde.

Los resultados presentados por los autores, mostraron que los espacios verdes están asociados significativamente con una menor ansiedad, depresión y estrés. Estos hallazgos son consistentes

con revisiones sistemáticas documentadas sobre el aumento, duración y frecuencia del acceso a la vegetación ya sea en casa, en observación desde las ventanas de las viviendas, o en espacios verdes privados. Como conclusión, a través del modelado lineal, Reid, Rieves y Carlson (2022), mencionan que existen beneficios tangibles de la salud mental asociados con la exposición a espacios verdes durante la pandemia por COVID.

En el caso de Panamá, su posición geográfica le permite una gran biodiversidad y se estima que tiene el 4.9% de la biodiversidad del mundo entero y que posee 10,115 especies de plantas (Pérez, 2020). El país se encuentra en una región privilegiada con una alta cobertura boscosa, además de las 73 áreas protegidas y bosques de manglar. En este contexto, casi toda la población cohabita con zonas verdes naturales, lo que conlleva a un factor de protección para la salud mental.

El área de la salud mental en Panamá fue estudiada por el gremio de psicólogos y de psiquiatras. Se publicaron en diarios de circulación nacional diversos artículos de difusión para el público en general. Se realizaron investigaciones científicas, se elaboraron mediciones y se publicaron resultados



(Matus, Matus, Toríz & Molino, 2020; Matus & Matus, 2020); Matus, Matus, Florez, Stanziola, Araguás, López, & Guerra, 2020; Matus, Matus, Florez, Tejeira, López, Araguas & Stanziola, 2020; Matus, Matus, Florez, Toríz, Cuevas & Molino, 2021; Matus, Matus, Toríz & Molino, 2022; Matus, Molino & Matus, 2021).

En la actualidad, con 758,312 contagios acumulados se cumplen dos años desde que se detectó el primer caso de COVID-19 y se han aplicado 7,735,313 dosis de vacuna Pfizer o BioNTech. La cobertura de la población meta con primera dosis es de 85.3%; con segunda dosis 74.7% y con dosis de refuerzo 51.4% (Batista, 2022).

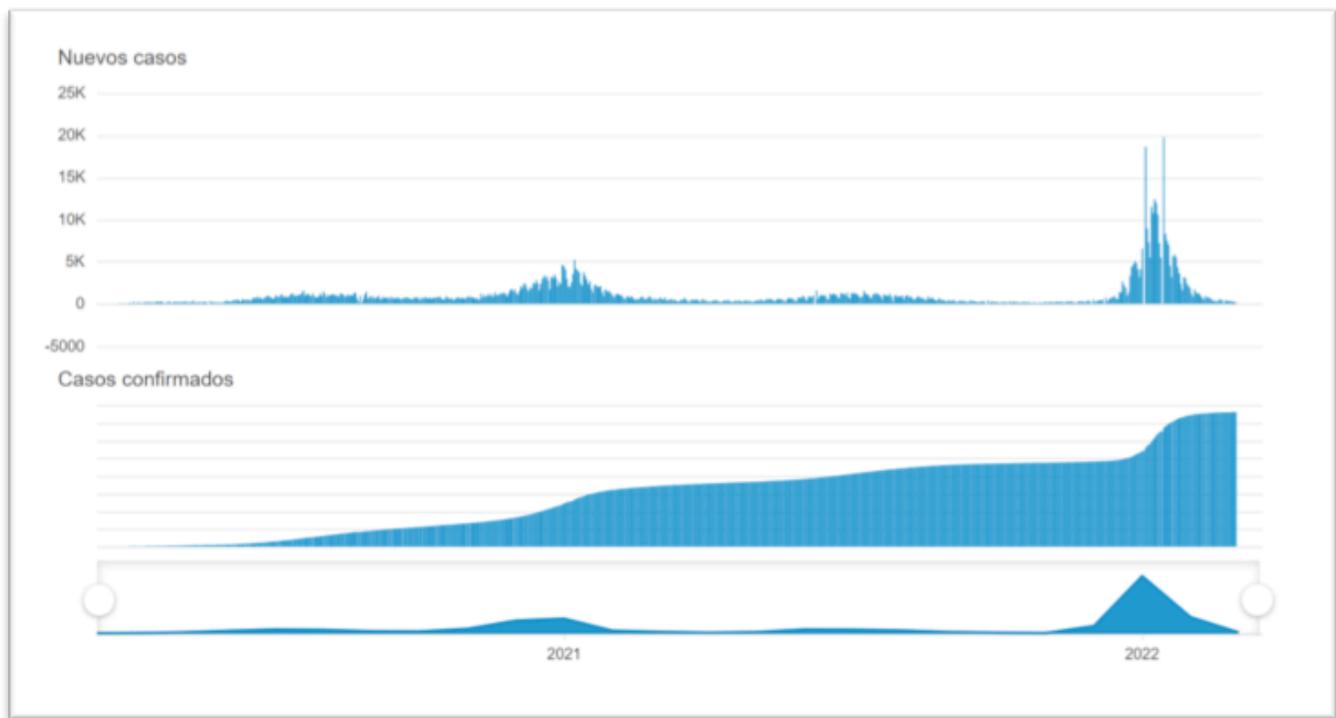
La frecuencia más alta de contagio se observó durante diciembre de 2021 y enero de 2022, alcanzándose diariamente más de 12,000 casos de coronavirus (Batista, 9 de marzo de 2022).

Además, de los contagios acumulados, permanecen activos 3,030, 747,160 personas se han recuperado y 8,122 han perecido (Batista, 2022).

Para el 15 de marzo de 2022 se presentaron 175 nuevos casos, 759,636 casos confirmados y 8,137 muertes confirmadas (OMS, 17 de marzo de 2022). De acuerdo con López (19 de marzo de 2022), en Panamá se han realizado 5,636,110 pruebas y se han administrado 7,852,005 dosis de vacuna.

Finalmente, de acuerdo con la información presentada por la UNESCO (2020), el 77% de los hogares con niños sufrieron pérdidas parciales o totales en sus ingresos y el 43% recibió algún tipo de ayuda. En cuanto a educación el 53% reportó recibir educación a distancia y con respecto a la salud, uno de cada cinco hogares requirió atención médica.

Figura 2. Nuevos casos/Casos confirmados, años 2021-2022.



Fuente: OMS, 28 de marzo de 2022.

## Conclusiones

En estas líneas se hace difícil mostrar la transformación social de una nación, sin embargo se podrían resumir algunos logros:

- La ciudadanía respetó el confinamiento.
- La sociedad civil mostró responsabilidad ante la normativa de salida en el orden establecido por productos durante la crisis sanitaria.
- Grupos sociales, universidades, organismos no gubernamentales, empresas, y otros, gestionaron apoyo, diseñaron propuestas, realizaron donaciones.
- Los jóvenes se presentaron como voluntarios en todo el país.
- La comunicación oficial permitió el acceso a la información con veracidad.
- La estructura gubernamental promovió acciones en defensa de las personas más vulnerables.
- Los investigadores elaboraron instrumentos de medición con características psicométricas para la población panameña.
- Se publicaron artículos científicos de investigación sobre diversos tópicos durante la pandemia.

Se abrió una ventana de comunicación que era utilizada solamente de forma eventual para algunos grupos y fue adoptada por casi todos los sectores, es decir, aprendimos a comunicarnos en grupos virtuales.

La transformación digital alcanzó grandes proporciones, lo que permitió insidir en todos los aspectos del país. Esto obligó a que las personas aprendieran a hacer teletrabajo, a reconocer, redistribuir y establecer los espacios de vivienda destinados para trabajo y para el hogar. A reprogramar tiempos para trabajar y vivir en el mismo espacio en el que los hijos atendían la escuela.

Se limitó el consumo de alcohol y esa medida permitió un ahorro familiar sustantivo. Si bien, esto fue criticado por la población civil, el MINSA buscaba evitar casos de abuso y violencia doméstica.

Se contuvo la costumbre cultural de asistir a la playa los fines de semana, por lo tanto, la gente se vió obligada a buscar nuevas formas de relaciones y actividades de ocio, lo que permitió a las familias a organizar un cúmulo de actividades adicionales de fin de semana.

Se transformó en alguna medida la costumbre cultural de abastecimiento. La adquisición diaria de productos y alimentos era parte de los usos y costumbres (ir a la tienda más cercana [negocio establecido por desendientes de la cultura china] por “algo” una o varias veces al día). Ahora, los consumidores establecen una administración para sus compras, de manera que adquieren suministros para al menos tres días y en el mejor de los casos, para una semana.



Los grupos en situación de vulnerabilidad continúan recibiendo el bono solidario.

Finalmente, pero no por eso menos importante, la relación del ser humano con la naturaleza permite un ecosistema propicio de protección de la salud mental de sus habitantes.

Todavía no acaba, sin embargo ahora hay certidumbre.

## Referencias Bibliográficas

- BATISTA, L. (2022). Panamá cumple dos años de haber detectado primer caso de COVID-19. En: *Telemetro*, canal de televisión abierta, 9 de marzo de 2022. Disponible en: <<https://www.telemetro.com/nacionales/panama-cumple-dos-anos-haber-detectado-primer-caso-COVID-19-n5673718>>
- D.W (2021). Coronavirus hoy: Panamá inicia vacunación. En: Deutsche Welle para América Latina. Canal de televisión, 21 de enero de 2021. Disponible en: <<https://www.dw.com/es/coronavirus-hoy-panam%C3%A1-i-nicia-vacunaci%C3%B3n/a-56297139>>
- JIMENEZ, M. P.; DeVille, N.V.; Elliott, E.G.; Schiff, J.E.; Wilt, G.E.; Hart, J.E.; James, P. (2021). Associations between Nature Exposure and Health: A Review of the Evidence. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 18, 4790. Disponible en: <<https://doi.org/10.3390/ijerph18094790>>
- LÓPEZ, M. (2022). Infografía: COVID-19 Panamá: casos, 761,315; fallecidos, 8,156; recuperados, 750,685; vacunas aplicadas, 7,842,107. En: *La Prensa*. Periódico de circulación nacional, 19 de marzo de 2022. Disponible en: <<https://www.prensa.com/sociedad/data-studio-casos-de-coronavirus-COVID-19-en-panama/>>
- MATUS E., Matus L., Toriz A. & Molino J. (2021). Confianza durante la pandemia por COVID-19 en Panamá. En: *European Scientific Journal*, ESJ, 17 (35), 51. Disponible en: <<https://doi.org/10.19044/esj.2021.v17n35p51>>
- MATUS, E. & Matus G. L. (2020). Escala de actitudes hacia el confinamiento por COVID-19. Propiedades psicométricas. DOI: 10.5281/zenodo.3840712. En: Repositorio COVID-19. ZENODO.ORG. Disponible en: <<https://zenodo.org/record/3840712#.YuWfPi1t9TY>>
- MATUS, E. (2020). Estado de emergencia nacional en Panamá. Yo me quedo en casa. En: *La Estrella de Panamá*. Periódico nacional, 20 de marzo de 2020. Disponible en: <<https://www.laestrella.com.pa/nacional/200320/emergencia-panama-me-quedo>>
- MATUS, E., Matus, L., Florez, A., Stanzola, M., Araguás, N., López, A., & Guerra, L. (2020). Estrés en Panamá por COVID-19. En: *Revista Cubana de Alternativas en Psicología*, 8 (24), 120-135.
- MATUS, E., Matus, L., Florez, A., Tejeira, Ch., López, A., Araguas, N., & Stanzola, M. (2020). Propiedades psicométricas de la escala PSS10-UCLA de estrés percibido por COVID-19 en Panamá. DOI:10.5281/zenodo.3951184. En: *Repositorio COVID-19*. ZENODO.ORG. Disponible en: <<https://zenodo.org/record/3951184#.XxOUN3vitPZ>>
- MATUS, E., Matus, L., Florez, A., Toriz, A., Cuevas, A., & Molino, J. (2021). Distress about COVID-19 in Panama: Psychometric Structure. En: *Journal of Social Sciences*. 17. 169-174. Disponible en: <<https://thescipub.com/pdf/jssp.2021.169.174.pdf>>



- MATUS, E., Matus, L., Toriz, A. & Molino, J. (2022). BFI-S Applicability in Panama. En: *Investigación y Pensamiento Crítico*, 10 (1), 25-31. DOI: <<https://doi.org/10.37387/ipc.v10i1.273>>
- MATUS, E., Molino, J., & Matus, L. (may, 2021). Attitudes Toward COVID-19 Lockdown as a Risk Predictor in Panama. En: *European Scientific Journal*, 17 (15), 1-19
- MEDUCA (2022). Plan de Acción de la Estrategia de MEDUCA para enfrentar el COVID-19: La Estrella de la Educación no se Detiene. Ministerio de Educación en Panamá. Disponible en: <[https://siteal.iiep.unesco.org/sites/default/files/sit\\_accion\\_files/11087.pdf](https://siteal.iiep.unesco.org/sites/default/files/sit_accion_files/11087.pdf)>
- MIDES (2022). *Trazabilidad*. Ministerio de Desarrollo Social. Disponible en: <[https://www.mides.gob.pa/wp-content/uploads/2021/01/3-Trazabilidad\\_comunitaria.pdf](https://www.mides.gob.pa/wp-content/uploads/2021/01/3-Trazabilidad_comunitaria.pdf)>
- Ministerio de la Presidencia de Panamá. (2021). Gobierno Nacional presenta Plan Nacional de Vacunación contra el COVID-19. República de Panamá, 12 de enero de 2021. Disponible en: <<https://www.presidencia.gob.pa/Noticias/Gobierno-Nacional-presenta-Plan-Nacional-de-Vacunacion-contr-el-COVID-19->>
- MINSA [@MINSAPma] (2020). #QuédateEnCasa Panamá te necesita. #ProtégetePanamá. Ministerio de Salud de Panamá, 25 de marzo 2020. Disponible en: <<https://twitter.com/minsapma/status/1242805083718340609>>
- OMS (2022). *Situación de COVID-19*. Región de la OMS de las Américas. República de Panamá. Organización Mundial de la Salud, marzo 2022. Disponible en: <<https://www.who.int/countries/pan/>>
- OPS (2022). Informes de Situación para COVID-19 de Panamá. Organización Panamericana de la Salud. Números 74 y 75. Disponible en: <<https://www.paho.org/es/panama/informes-situacion-covid-19>>
- PANAMÁ Solidario (2022). <https://www.panamasolidario.gob.pa/>
- PÉREZ, S (2020). Biodiversidad de Panamá. Protégela. 3 de septiembre de 2020. Disponible en: <<https://story-maps.arcgis.com/stories/26072959d0314e519df55969a36375ee>>
- REID, C. E., Rieves, E. S., & Carlson, K. (2022). Perceptions of green space usage, abundance, and quality of green space were associated with better mental health during the COVID-19 pandemic among residents of Denver. En: *PLoS ONE*, 17(3), 1–21. Disponible en: <<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0263779>>
- SENACYT (2020). Presentan avances de Ventiladores por Panamá. Secretaría Nacional de Ciencia, Tecnología e Innovación, 10 septiembre 2020. Disponible en: <<https://www.senacyt.gob.pa/presentan-avances-de-ventiladores-por-panama/>>
- UNHCR. ACNUR (2022). Ayuda Panamá. Avisos importantes: El gobierno de Panamá ha dispuesto lo siguiente por COVID... Agencia se la ONU para los refugiados. UNHCR.ORG. Disponible en: <<https://help.unhcr.org/panama/COVID-19-2/avisos-importantes/#>>
- UNICEF (28 julio 2020). Resultados de la encuesta “Situación de Familias con Niños, Niñas y Adolescentes durante el COVID-19 en Panamá”. Disponible en: <<https://www.unicef.org/panama/comunicados-prensa/unicef-presenta-los-resultados-de-la-encuesta-situacion-de-familias-con-ninos-de-familias-con-ninos>>
- UTP (2020). Ventiladores por Panamá-UTP. Un proyecto de país en el que participan investigadores de la UTP. Universidad Tecnológica de Panamá, 7 de abril de 2020. Disponible en: <<https://utp.ac.pa/ventiladores-por-panama-utp>>

