



INSTITUTO DE
INVESTIGACIONES
HISTÓRICAS

“LOS ARCHIVOS DE LA PANDEMIA EN MÉXICO”

NÚMERO DE REGISTRO ANTE DGOAE-UNAM: 2021-12/124-964

REGISTRO DE BITÁCORA

Fecha o periodo de observación	Septiembre-Noviembre 2021
Ubicación	Minatitlán, Veracruz
Situación observada y contexto	Insomnio por COVID
Tiempo de observación	3 Meses
Observador@	Evert Jesús Aquino Mijangos
Nomenclatura/Número de registro	T_VE_AUME_19

Hora o periodo de tiempo	Interpretación (Lo que pienso, siento, conjeturo, me pregunto)	Descripción
Septiembre – Noviembre 2021	A mi madre, que fue quien más se complicó, y por ello tuvo que acudir con médicos especialistas, le fue dicho que la dificultad de concentración es un síntoma común, pero no se especificó nada acerca de insomnio. El problema con el COVID es que no solo te afecta en las dos semanas que están los síntomas más fuertes, sino que deja secuelas que pueden durar meses o incluso más. Aún así, sabemos que somos afortunados al “solo” tener esos efectos, y que no haya sido nada más grave.	Si bien ya es sabido que uno de los efectos a largo plazo que deja el COVID es la dificultad de concentración, mi familia experimentó un efecto que bien pareciera ser la causa o un efecto de este. Si bien es algo bastante general, el insomnio es un efecto que afecta en gran medida al cuerpo. Ya sea que la falta de sueño sea el causante de la falta de concentración, o que el estado en el que te induce el COVID genere estos dos efectos.

