

PANDEMIA POR CORONAVIRUS (COVID – 19) Y SU EFECTO EN LA SALUD MENTAL DE LA POBLACIÓN

Jackie S. Barrera¹

Jimmy S. Lino²

1. RESUMEN

Este artículo, constituye una revisión bibliográfica de estudios relacionados a alteraciones psicológicas desarrolladas por la población, producto de la cuarentena o aislamiento vivido. Si bien es cierto, una de las medidas para el manejo de COVID-19, son cuarentena y aislamiento, no se visualiza, como estas influirán en la salud mental de la población. Para ello se realizó una revisión bibliográfica narrativa, y como técnica, un barrido bibliográfico de los resúmenes y la búsqueda de palabras claves en los mismos. Se revisaron 65 estudios de los cuales se obviaron 33 por no cumplir, con las características del tema de estudio, de los 32 restantes, 7 no se tuvo acceso, por no ser textos completos, quedando únicamente 25 para el desarrollo del presente artículo. Como hallazgos, se evidencia un incremento en las alteraciones psicológicas relacionadas a los periodos de cuarentena y aislamiento en la población, siendo la población joven la más afectada. Como causas tenemos: el tiempo de duración de estrategias de control, falta de información, incertidumbre, falta de un tratamiento para el virus, muerte de un ser querido por esta patología, entre otras. Se concluye, que si bien las medidas: aislamiento y cuarentena ayudan a cortar la cadena de transmisión, se debe proporcionar una información veraz y oportuna por las autoridades involucradas; con la finalidad de brindarle a la población seguridad emocional y disminuir al mínimo el impacto a corto, mediano y largo plazo de la pandemia en la salud mental de la población general.

PALABRAS CLAVES

Salud Mental, Depresión, Ansiedad, COVID-19, Cuarentena, personal de salud, Población.

¹ médico egresada de Maestría en Epidemiología de la Universidad Evangélica de El Salvador. Master en Medicina Familiar y Atención Comunitaria del Instituto Nacional de Salud de Argentina, Médico Epidemiólogo Región de Salud Oriental, El Salvador. dra.barreraalvarado@gmail.com

² Médico egresado de Maestría en Epidemiología de la Universidad Evangélica de El Salvador. Catedrático de Universidad Dr. Andrés Bello Sonsonate. jimmysanchez@hotmail.es

2. ABSTRACT

This article constitutes a bibliographic review of studies related to psychological alterations developed by the population, product of the quarantine or lived isolation. Although it is true, one of the measures for the management of COVID-19, are quarantine and isolation, it is not visualized, how these will influence the mental health of the population. For this, a narrative bibliographic review was performed, and as a technique, a bibliographic scan of the summaries and the search for key words in them. A total of 65 studies were reviewed, of which 33 were omitted because they did not comply with the characteristics of the study topic. Of the remaining 32, 7 were not accessed, as they were not complete texts, leaving only 25 for the development of this article. As findings, it is evidenced, an increase in the psychological alterations related to the periods of quarantine and isolation in the population is evident, with the female gender and the young population being the most affected. As causes we have: the duration of control strategies, lack of information, uncertainty, lack of treatment for the virus, death of a loved one due to this pathology, among others. It is concluded that although the measures: isolation and quarantine help to cut the transmission chain, truthful and timely information must be provided by the authorities involved; in order to provide emotional security to the population and minimize the short, medium and long-term impact of the pandemic on the mental health of the general population.

KEYWORDS

Mental Health, Depression, Anxiety, COVID-19, Quarantine, health personnel, Population.

3. INTRODUCCIÓN

El presente artículo, recopila información de diversos estudios realizados durante los años 2019-20, como resultado de la pandemia COVID-19, vivida durante este periodo. Además, tiene como objetivo, realizar una revisión bibliográfica sobre diversos estudios relacionados, a las alteraciones psicológicas que experimentan o desarrolla la población general, producto de la cuarentena o aislamiento vivido durante esta patología.

Esto debido a que la mayoría de personas a nivel mundial nunca habían experimentado una pandemia como la que se esta viviendo aun, si bien es cierto una de las medidas de mayor importancia para el manejo de COVID-19, es la cuarentena y el aislamiento domiciliar, no se habla mucho o no se visualiza a corto y largo plazo, como estas estrategias implementadas para cortar la cadena de transmisión del virus, influirán en la salud mental de la población en general. Razón por la cual se vio a bien el desarrollo de esta temática.

Para dar cumplimiento al objetivo planteado anteriormente, se realizó una revisión bibliográfica de 65 artículos, de los cuales se depuraron los que no tenían relación con la temática de interés, formando parte del presente artículo 25 de ellos. Para lo cual se utilizaron diversas fuentes de búsqueda bibliográfica de revistas indexadas.

Dentro de las limitaciones encontradas es que si bien es cierto existen artículos que abordan esta temática, la mayoría habla sobre el impacto generado por otras pandemias, no específicamente por COVID-19, aunque tratan de hacer una comparación en algunos de ellos, no existe mucha evidencia de las alteraciones que se generaran a futuro.

4. METODOLOGÍA

La información del presente artículo se recopiló, a través de un diseño de revisión bibliográfica narrativa, relacionada a los efectos de la Pandemia COVID -19 y su efecto sobre la salud mental de la población en general. A través del diseño antes mencionado se determinó el proceso para la ubicación, selección y registro de la muestra de los documentos seleccionados para el estudio. La técnica usada fue un barrido bibliográfico a través de los resúmenes y la presencia de palabras claves en los mismos, de artículos relacionados al tema de interés. Debido a que la Pandemia inicio en el 2019, el barrido, abarco la selección de artículos con 2 años de publicación.

4.1 Estrategia de búsqueda.

Se realizó una búsqueda exhaustiva de artículos indexados a Medline, Scielo, Cochrane, Google Académico y principalmente PubMed. En la búsqueda de dichos artículos, se utilizaron operadores lógicos en combinación con palabras claves relacionadas con “salud mental” AND “COVID-19”; “Salud mental” AND “Cuarentena” AND “personal de salud”, “depresión” OR “ansiedad” AND COVID-19, “ansiedad” OR “depresión” AND “aislamiento” AND COVID-19, esto permitió que el buscador identificara los artículos con esta ecuación de búsqueda y términos relacionados.

4.2 Selección de estudios.

Dentro de los criterios utilizados para que un estudio pudiese ser incluido en la muestra, este debía incluir las palabras claves: Salud mental, depresión, ansiedad, COVID -19 o cuarentena en su defecto. Así mismo, estudios de tipo observacionales y reporte de casos, como se mencionó en otro apartado la fecha de publicación fue de 2019-20, en idiomas inglés y español, provenientes de países como España, estados Unidos y países Latinoamericanos. En total se identificaron 42 artículos relacionados.

Se excluyeron estudios relacionados a patologías similares a COVID -19 con Síndrome Respiratorio Agudo Severo (SARS) o patologías generadas por cualquier otro tipo de coronavirus distinto a SARS- COV- 2 o artículos que no guardaban relación con el tema de interés efecto sobre la salud mental. (Figura 1)

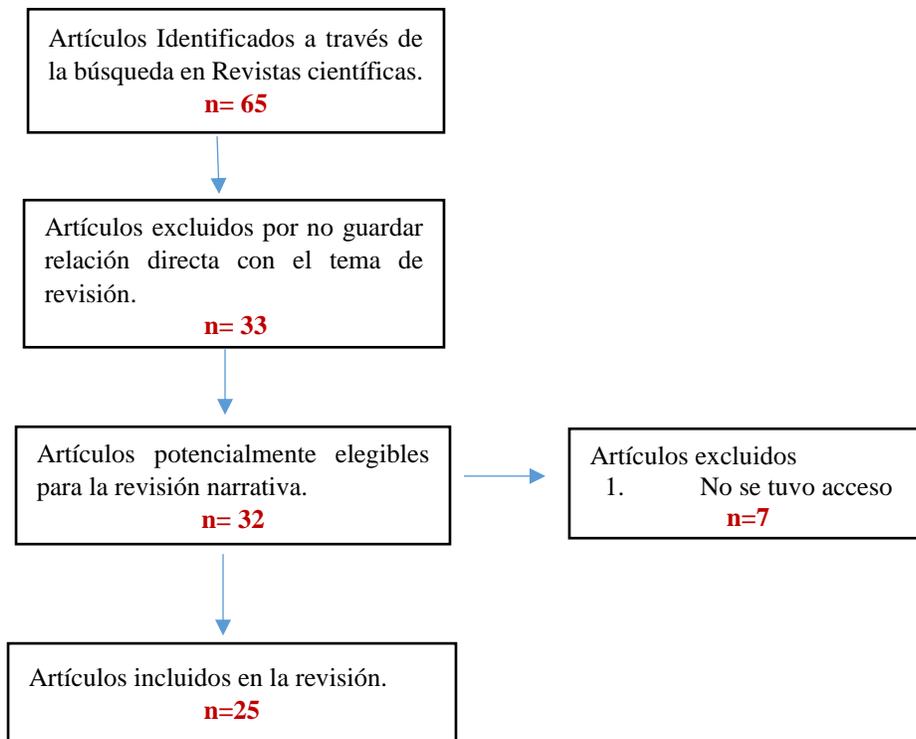


Figura 1. Diagrama de flujo del proceso de identificación y selección de artículos.

4.3 Instrumento

Para un mejor análisis de la información contenida en los artículos, se utilizaron dos matrices, las cuales fueron elaboradas en Excel office, la primera de ellas una matriz bibliográfica en la cual se desglosó cada artículo en los parámetros: fecha de publicación, autor, Nombre de Revista indexada, Nombre del artículo, País de publicación y dirección web. La segunda una matriz analítica en la cual se identificó por cada artículo, tipo de estudio país de realización, número de participantes, resultados de importancia, limitaciones.

4.4 Procedimiento

Se llevó a cabo en dos fases la primera de ellas, una lectura rápida del apartado de resumen de cada uno de ellos y la segunda fase una lectura detallada de cada apartado de los artículos, identificando los elementos que conforman la matriz analítica, utilizada para el desarrollo del presente artículo, haciendo énfasis en los resultados obtenidos sobre el efecto en la salud mental producto de la pandemia COVID -19.

5 RESULTADOS O DESARROLLO.

Tras la revisión de artículos que hacen hincapié en las alteraciones mentales, presentadas durante la pandemia por Coronavirus, algunos como (Coetzer & Bichard, 2020; Colegio Oficial de la Psicología de Madrid, han descrito situaciones de desorientación, contradicción y desorganización social frente al cúmulo de informaciones no siempre homogéneas, medidas no muy claras o en estado cambiante, que se ha acompañado en algunos casos de conductas igualmente contradictorias o desorganizadas, las cuales deben ser comprendidas como un repertorio conductual ocasionado por la actual crisis. (1)

Según Fernández Millán, 2013; Martín & Muñoz, es importante ser prudente y no generar alarma innecesaria: ni magnificar el riesgo ni desestimar su peligro para evadir la sensación de miedo. (2)

El manejo adecuado de la información oficial, pertinente y sustentada en evidencia continua, es crucial para desactivar falsas alarmas, así como para calmar ansiedades y propiciar conductas más adaptativas. (3)

Una encuesta realizada por expertos de la Sociedad China de Psicología, ha encontrado que un 42,6% de 18.000 ciudadanos chinos analizados dieron síntomas de ansiedad relacionados con el coronavirus y un 16,6%, de 14.000 examinados, mostraron indicios de depresión en distintos niveles de gravedad. (4)

Otro interesante estudio, publicado en el BMJ el pasado marzo 2020, alerta sobre los riesgos psicológicos de la Injuria Moral. Este término, de origen militar, hace referencia al distrés psicológico derivado de acciones (u omisión de las mismas) que violan el código ético de quien se ve obligado a ejecutarlas, o bien por orden superior, o bien por exigencia de circunstancias extremas. Se producen en las personas afectadas pensamientos denigrantes respecto a uno mismo y/o hacia terceros, así como sentimientos de culpa y de vergüenza que pueden acabar en depresión suicida o trastorno por estrés postraumático (TEP). (5)

Según la Organización Mundial de la salud, en su publicación sobre Consideraciones psicosociales y de salud mental durante el brote de COVID-19, describe que durante la pandemia se han presentado situaciones de desorientación, contradicción y desorganización social frente al cúmulo de informaciones no siempre homogéneas, medidas no muy claras o en estado cambiante, que se ha acompañado en algunos casos de conductas igualmente

contradictorias o desorganizadas, las cuales deben ser comprendidas como un repertorio conductual ocasionado por la actual crisis. (6)

Yang & Cho (2017) analizaron las posibles fuentes de confusión durante el brote de Síndrome Respiratorio del Medio Oriente (MERS por sus siglas en inglés) y los factores que podían afectar el comportamiento de las personas, reportando que la percepción del riesgo fue clave en las reacciones de las personas y se relacionó con la mayoría de los factores estudiados y principalmente con la reacción exagerada del público. Sin embargo, el conocimiento sobre la naturaleza de la enfermedad disminuyó la reacción exagerada y mejoró el cumplimiento de las instrucciones de la cuarentena. (7)

Así mismo en el estudio de (Torres-Salazar, Moreta-Herrera, Ramos-Ramírez. & López-Castro, 2019; López & Lefngwell, 2020), sobre Sesgo Cognitivo de Optimismo y Percepción de Bienestar, revela que son diversas las causas que han podido incidir en que parte de la población no adopte las conductas preventivas, entre estas una baja percepción de riesgo dada por un optimismo ilusorio. (8)

Dicho estudio, identifica dos tipos de optimismo: El realista y el ilusorio (Torres-Salazar, Moreta-Herrera, Ramos-Ramírez. & López-Castro, 2019; López & Lefngwell, 2020). El primero se sustenta en esperar cosas positivas que ocurrirán, pero con un criterio anclado a la evidencia y hechos. El segundo, lleva a que los sujetos esperen cosas positivas casi mágicamente independiente de lo que ellos hagan. Este último caso se ha identificado como riesgoso para la salud, ya que podría llevar a que sujetos con esa tendencia pseudo optimista e ilusoria realicen incluso comportamientos riesgosos para su salud ya que esperan o piensan, que ellos no se enfermaran. (8)

A finales de febrero de 2020 se llevó a cabo una encuesta en cuatro países de Europa que incluyeron a Francia, Italia, Reino Unido y Suiza (N = 4,348) (Raude et al., 2020). Se evaluó las percepciones públicas del riesgo de infección por coronavirus pidiéndoles a los participantes que estimaran las probabilidades de contraer la enfermedad en los próximos meses. Dentro de los principales resultados se descubrió que las personas estimaron el riesgo de coronavirus de manera optimista. Es decir, el riesgo percibido de infección para uno mismo como el de otros fue muchísimo más bajo de lo esperado. Además, aproximadamente la mitad de los encuestados estimó la infección era menos probable que les ocurriera a ellos

que a la población general. En opinión de los autores concluían que la mayoría de las personas en Europa estaban más sujetas a un optimismo “poco realista” sobre el riesgo de infección por coronavirus. Lamentablemente semanas después se ha visto que la epidemia avanzó muy rápidamente fuera de todo lo esperado por Europa y especialmente en Italia. (9)

Por otra parte, un proceso básico en Psicología (y por lo tanto completamente sustentado en evidencia experimental) ayuda a explicar y complementar lo planteado anteriormente. Tal como lo planteaban Bayes y Ribes (Bayés & Ribes, 1992) un aspecto presente y no siempre considerado es la variable contingencia en el proceso del comportamiento y Salud. Como es sabido, la contingencia es la variable presente entre la emisión de una determinada conducta y la llegada de las consecuencias. Este fenómeno explica si un determinado comportamiento se adquiere, mantiene o se elimina o incluso si es más resistente a la extinción. Muchos de los problemas graves en salud o difícil de intervenir-prevenir Este fenómeno y proceso psicológico estaría presente también en la epidemia COVID-19. Si revisamos la evidencia hasta este momento, la enfermedad se ha vuelto grave por la velocidad principalmente de propagación (a pesar de ser potencialmente “fácil” de prevenir) por todo el mundo. (10)

Según el centro de control de enfermedades, el manejo adecuado de la información oficial, pertinente y sustentada en evidencia continua es crucial para desactivar falsas alarmas, así como para calmar ansiedades y propiciar conductas más adaptativas. (11)

Según el estudio realizado por Greenberg N, Docherty M. Gestión de los desafíos de salud mental que enfrentan los trabajadores de la salud durante la pandemia de covid-19, ha encontrado que un 42,6% de 18.000 ciudadanos chinos analizados dieron síntomas de ansiedad relacionados con el coronavirus y un 16,6%, de 14.000 examinados, mostraron indicios de depresión en distintos niveles de gravedad. (12)

Brooks S; Webster R et al. Presenta una revisión de 24 estudios sobre la psicología de las cuarentenas, considerando esta como una de las medidas de prevención de contagio por la pandemia de Covid 19. realizada por el King's College y publicada en The Lancet, encuentra que incluso 3 años después se reportan efectos tanto cuantitativos como cualitativos en las personas afectadas con pensamientos denigrantes respecto a uno mismo y/o hacia terceros,

así como sentimientos de culpa y de vergüenza que pueden acabar en depresión clínica, ideación suicida o trastorno por estrés postraumático. (13)

Xiao C. En un estudio realizado durante febrero 2020 en China, hace mención que la cuarentena para COVID-19, aumenta la posibilidad de problemas psicológicos y mentales y que esto se debe principalmente a que la cuarentena distancia gradualmente a las personas entre sí. En ausencia de comunicación interpersonal, es más probable que la ansiedad y depresión ocurran y empeoren. Para resolver algunos de los problemas psicológicos y mentales que puede traer la cuarentena, se necesitaba con urgencia un nuevo tipo de estrategia de intervención de problemas psicológicos y mentales que sea factible y accesible. (14)

Wang C, Pan R, Wan X, Tan Y, Xu L, Ho CS, et al. ellos realizaron un estudio descriptivo de corte transversal, y describen los problemas de salud mental, surgidos en circunstancias de la infección por COVID-19 y aislamiento domiciliario. Realizaron una encuesta en línea utilizando técnicas de muestreo *de bola de nieve*. El impacto psicológico por COVID, se evaluó mediante la Escala de Impacto del Evento Revisada (IES-R), y el estado de salud mental se evaluó mediante la Escala de depresión, ansiedad y estrés (DASS-21). Este estudio incluyó a 1210 encuestados de 194 ciudades en China. En total, el 53.8% de los encuestados calificó el **impacto psicológico del brote como moderado o severo**; 16.5% reportaron **síntomas depresivos moderados a severos**; 28.8% reportó síntomas de **ansiedad moderada a severa**; y 8.1% **reportó niveles de estrés moderados a severos** El mal estado de salud autoevaluado se asociaron significativamente con un mayor impacto psicológico del brote y mayores niveles de estrés, ansiedad y depresión ($p < 0.05$). (15)

El estudio de Jianyin Qiu y colaboradores mostro que, el 35% de los encuestados, experimentó distrés psicológico, un 29,29% con distrés leve a moderado y un 5,14% con distrés severo. Las mujeres presentaron más distrés psicológico que los hombres con un score de (SD)=24,87 (15,03) vs 21,41 (15,97), $p < 0,001$. (16)

Las personas menores de 18 años presentaron menos distrés psicológico con un score de (SD)=14,83 (13,41). Dos factores de protección pueden explicar el bajo nivel de distrés psicológico en los menores de 18 años: una relativa baja morbilidad en este grupo etáreo y una limitada exposición a la epidemia debido a la cuarentena en casa. Las personas entre los 18-30 años y mayores de 60 años presentaron un alto distrés psicológico, con un score de

(SD)=27,76 (15,69) y un score (SD)=27,49 (24,22) respectivamente. La población entre los 18-30 años tiene acceso a la información en las redes sociales y ello puede gatillar el estrés. Debido a que las cifras más altas de mortalidad ocurren en la población adulta mayor es comprensible que éste sea el grupo etáreo con mayor impacto psicológico. La preocupación de la población por estar expuestos al virus en el transporte público, la preocupación por los retrasos en los horarios del trabajo y la preocupación por la privación de sus ingresos económicos pueden explicar los niveles de estrés. Los niveles de estrés psicológico pueden estar influenciados también por la disponibilidad y acceso a los servicios de salud, a la eficiencia del sistema de salud y a las medidas de prevención y control adoptadas por el gobierno contra la situación epidémica. (16)

Como resultado de una revisión narrativa, a partir de una búsqueda en Pubmed de todos los artículos publicados desde el 1 de diciembre de 2019 hasta el 24 de marzo de 2020, se obtuvieron los siguientes resultados. Con respecto a la depresión en la población, se observó en un estudio chino realizado en la fase inicial de la pandemia en 1210 personas que el 13,8% presentó síntomas depresivos leves; el 12,2%, síntomas moderados; y el 4,3%, síntomas graves. (17)

En las personas que sufren el fallecimiento repentino de un ser querido por COVID-19, la incapacidad de despedirse puede generar sentimientos de ira, tristeza y resentimiento, lo que podría generar el desarrollo de un duelo patológico (17)

En otro estudio, realizado por Wang et al. en 1210 personas de China durante la fase inicial de la pandemia, se reveló que el 24,5% del total de personas presentaron un impacto psicológico mínimo; el 21,7%, un impacto moderado; y el 53,8%, un impacto moderado-grave. Además, el ser mujer, estudiante y tener algunos síntomas físicos se asociaron con un mayor impacto psicológico estresante durante el brote de la enfermedad (17).

La presencia de síntomas por trastorno de estrés postraumático (TEPT) fue descrito por Liu et al, quienes hallaron una prevalencia del 7% en las zonas de China más afectadas por la pandemia, lo cual supera lo reportado en otras epidemias y sugiere que la enfermedad tuvo un mayor impacto estresante en la población general. (17)

En un estudio transversal realizado en Argentina, utilizando un muestreo aleatorio estratificado, se detallan los principales temas y sub temas identificados. (18)

1. Sentimientos frente al COVID-19

Sentimiento de Incertidumbre. Que expresa un sentimiento generalizado de preocupación en la población. Por un lado, este sentimiento se vincula a una situación incierta, propia del contexto de pandemia, que es indefinida y que no permite planificación, incertidumbre debe ser comprendida también vinculada a las consecuencias sociales y económicas que supone la medida del aislamiento para la vida cotidiana, social y laboral. (18)

Miedo. Este sentimiento se expresó en un gradiente que incluía desde expresiones de temor, ansiedad, hasta pánico por parte de algunas personas, aspecto que también se vincula a efectos en el bienestar integral de las personas encuestadas. el miedo tiene mayor preeminencia entre quienes tienen menor nivel educativo y aumenta entre las personas con nivel educativo alto. (18)

Cabe destacar que los sentimientos de Incertidumbre, Miedo, Responsabilidad y Angustia, que constituyen las expresiones más relevantes entre las personas participantes, se manifestaron con mayor preeminencia entre las mujeres. El sentimiento de Responsabilidad incluye la importancia de los cuidados y la responsabilidad individual y colectiva para prevenir el COVID-19. La creciente precaución frente a la enfermedad y la prevención, son aspectos claves que nombran algunas personas. (18)

2. Consecuencias positivas para la sociedad

Este tema agrupa las opiniones de las personas participantes respecto a las consecuencias positivas para la sociedad que podría generar esta pandemia, los principales identificados son.

La Valorización de la Interdependencia, fue una de las consecuencias más destacadas por las personas participantes. En esta valorización y reconocimiento de las personas como seres sociales se destacan los valores de solidaridad, empatía, unión y conciencia social. (18)

En un estudio exploratorio-descriptivo de tipo transversal, evaluó tres parámetros, estrés, ansiedad y depresión, obteniendo los siguientes resultados. En cuanto al género, las mujeres

presentaron mayor porcentaje en cuanto a estrés, ansiedad y depresión en todos sus estadios, excepto en el caso de depresión leve. (19)

De igual forma, los resultados muestran, que las personas que respondieron tener enfermedades crónicas muestran una media superior también en estrés ansiedad y depresión, en comparación con los y las participantes que no referían ninguna enfermedad crónica. En los resultados de este estudio, y en contra de lo que se esperaba, se han encontrado medias superiores en estrés, ansiedad y depresión entre 18-25 años, seguidos de 26-60 y, finalmente, la media en las tres dimensiones es inferior de los mayores de 60. Dado que la muestra más joven de este estudio era mayormente estudiante, este estrés se puede deber al estrés añadido que viven los y las jóvenes estudiantes, ante la necesidad de adaptarse al nuevo contexto educativo sin clases presenciales. En este sentido, y aunque las instituciones educativas pusieron en marcha estrategias educativas online desde un primer momento, parece que esto no sirvió para tranquilizar a la juventud en estos momentos de incertidumbre. (19)

Otro de los estudios que se revisó, midió las respuestas al estrés traumático en niños y padres, encontrando que los eventos de cuarentena y aislamiento pueden ser traumáticos, cumpliendo los criterios para trastorno de estrés postraumático (TEPT). Es también importante mencionar que el decaimiento económico probablemente sea un problema durante la cuarentena, debido a que la mayoría de las personas están impedidas de trabajar y tienen que interrumpir sus actividades profesionales sin la debida planificación y sus efectos pueden perdurar por mucho tiempo. En otros estudios, la pérdida económica debido a la cuarentena ha creado sentimientos graves de angustia y se reportó como un factor de riesgo para síntomas de trastornos psicológicos, enojo y ansiedad inclusive varios meses después de culminado la cuarentena. (20)

Los factores estresantes incluyeron una mayor duración de la cuarentena, temores de infección, frustración, aburrimiento, suministros inadecuados, información inadecuada, pérdidas financieras. Por otro lado, en investigaciones anteriores, muchas personas declaran que perciben una información deficiente de las autoridades de salud pública y lo vuelven un factor estresante, creyendo que son información insuficiente y poco claras para poder tomar acciones adecuadas; así como, algunos habitantes aun no entienden el propósito de la cuarentena. (20)

Una revisión sistemática breve recientemente publicada en la prestigiosa revista británica Lancet, sobre el impacto psicológico de la cuarentena (Brooks et al., 2020), analizó estudios hechos en diez países que incluyeron personas que habían estado en cuarentena por SARS, ébola, influenza H1N1, síndrome respiratorio del Medio Oriente e influenza equina. La mayoría de los estudios revisados informaron efectos psicológicos negativos, incluidos síntomas de estrés postraumático, confusión y enojo. Los factores estresantes incluyeron una mayor duración de la cuarentena, temores de infección, frustración, aburrimiento, suministros inadecuados, información inadecuada, pérdidas financieras y estigma. Algunos estudios incluso sugieren efectos duraderos. (21)

En una encuesta online reciente del 31 de enero al 2 de febrero de 2020, (n=1210) en 194 ciudades en China, el impacto psicológico se evaluó mediante Impact of Event Scale-Revised, y el estado de salud mental se evaluó mediante Depression, Anxiety and Stress Scale. Reportándose que el 53.8% de los evaluados calificó el impacto psicológico del brote como moderado o severo; el 16.5% síntomas depresivos moderados a severos; el 28,8% síntomas de ansiedad moderada a severa; y el 8.1% niveles de estrés moderados a severos. La mayoría de los encuestados (84,7%) pasaron 20-24 horas/día en casa; el 75.2 % estaban preocupados de que sus familiares adquirieran el COVID-19 y el 75.1% estaban satisfechos con la cantidad de información de salud disponible. (22)

Se reporta una serie de casos que, como resultado, obtuvo que, 4 pacientes cumplieron los criterios de trastorno psicótico breve del manual diagnóstico y estadístico de trastornos mentales (DSM-5). Todos los episodios fueron desencadenados por el estrés derivado de la pandemia del COVID-19, y la mitad de los pacientes presentaron un comportamiento suicida grave a su ingreso. (23)

Otro estudio incluyó a 1210 encuestados de 194 ciudades en China. En total, el 53.8% de los encuestados calificó el impacto psicológico del brote como moderado o severo; 16.5% reportaron síntomas depresivos moderados a severos; 28.8% reportó síntomas de ansiedad moderada a severa; y 8.1% informaron niveles de estrés moderados a severos. La mayoría de los encuestados pasaron de 20 a 24 h por día en casa (84,7%); estaban preocupados por los miembros de su familia contrayendo COVID-19 (75.2%); y estaban satisfechos con la cantidad de información de salud disponible (75.1%). El sexo femenino, el estado del

estudiante, los síntomas físicos específicos (p. Ej., Mialgia, mareos, coriza) y el mal estado de salud autoevaluado se asociaron significativamente con un mayor impacto psicológico del brote y mayores niveles de estrés, ansiedad y depresión ($p < 0.05$). La información de salud específica actualizada y precisa (p. Ej., Tratamiento, situación de brote local) y medidas de precaución particulares (p. Ej., Higiene de manos, uso de una máscara) se asociaron con un menor impacto psicológico del brote y menores niveles de estrés, ansiedad y depresión ($p < 0.05$). (24)

En una encuesta nacional sobre angustia psicológica, en China, reporta que casi el 35% de los encuestados experimentaron angustia psicológica, siendo las mujeres encuestadas quienes mostraron una angustia psicológica significativamente mayor que sus homólogos masculinos (media (DE) = 24.87 (15.03) frente a 21.41 (15.97), $p < 0.001$). (25)

Las personas menores de 18 años tuvieron las puntuaciones de Índice de angustia peri traumática COVID-19 (CPDI) más bajas (media (DE) = 14.83 (13.41)). Las personas entre 18 y 30 años de edad o mayores de 60 presentaron las puntuaciones más altas de CPDI (media (DE) = 27.76 (15.69) y 27.49 (24.22), respectivamente). Dos factores protectores principales pueden explicar el bajo nivel de angustia en los juveniles: una tasa de morbilidad relativamente baja entre este grupo de edad y una exposición limitada a la epidemia debido a la cuarentena domiciliaria. Las puntuaciones más altas entre el grupo de adultos jóvenes (18-30 años) parecen confirmar los hallazgos de investigaciones anteriores: los jóvenes tienden a obtener una gran cantidad de información de las redes sociales que puede desencadenar fácilmente el estrés. Dado que la tasa de mortalidad más alta se produjo entre los ancianos durante la epidemia, no es sorprendente que las personas mayores tengan más probabilidades de sufrir un impacto psicológico. (25)

6 CONCLUSIONES

La pandemia por COVID-19, con aislamiento social, ha generado como consecuencia un impacto significativo, en la salud mental de las personas, ya sea a corto, mediano o largo plazo. Los principales trastornos fueron ansiedad, depresión, trastorno postraumático.

Las principales causales encontradas fueron, la falta de información sobre dicha enfermedad, falta de un tratamiento específico para su manejo o erradicación, falta de directrices claras por parte de entidades gubernamentales o de salud sobre prevención y manejo de la misma.

El hecho de educar con anticipación a la población, sobre la importancia del autocuidado, el lavado adecuado de manos, uso correcto de mascarillas entre otras cosas, disminuye el grado de ansiedad en la población.

El género más afectado es el femenino, y en cuanto a grupos de edades, la población joven, sobre todo menor de 30 años es la de mayor predisposición a sufrir alteraciones mentales, entre la causa de mayor asociación, está el uso de redes sociales y la información que en ellas se presenta.

7 CONTRIBUCION DE LOS AUTORES

Todos los autores contribuyeron en la búsqueda y análisis de la literatura médica referenciada y participaron en la elaboración del escrito.

8 CONFLICTO DE INTERESES

Ninguno declarado por los autores.

9 REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

1. Gallegos, Miguel; Zalaquett, Carlos; Luna Sánchez. *Cómo Afrontar La Pandemia Del Coronavirus (Covid-19) En Las Américas: Recomendaciones Y Líneas De Acción Sobre Salud Mental*. Revista Interamericana de Psicología. 2020, Vol. 54 Issue 1, p1-28. 28p.
2. Fernández Millán, J. *Gestión e intervención psicológica en emergencias y catástrofes*. [Internet]Ediciones Pirámide (2013). p. 182-191. Available from <https://www.edicionespiramide.es/libro.php?id=3419909>
3. Centers for Disease Control and Prevention, 2020; *Cómo Afrontar La Pandemia Del Coronavirus (Covid-19) En Las Américas: Recomendaciones Y Líneas De Acción Sobre Salud Mental*.Pdf [Internet]. [citado 22 de junio de 2020]. Disponible en: <https://rephip.unr.edu.ar/bitstream/handle/2133/18298/coping-coronavirus-covid-19-americas-mental-health.pdf?sequence=3>
4. Liy MV. *Lecciones de Wuhan: empezar una cuarentena es difícil; terminarla, más aún* [Internet]. EL PAÍS. 2020 [citado 22 de junio de 2020]. Disponible en: <https://elpais.com/sociedad/2020-04-12/lecciones-de-wuhan-empezar-una-cuarentena-es-dificil-terminarla-mas-aun.html>5. Greenberg N, Docherty M et al.: *Managing mental health challenges faced by healthcare workers during covid-19 pandemic*. BMJ 2020; 368 oi: <https://doi.org/10.1136/bmj.m1211> (Published 26 March 2020)
6. World Health Organization. (2020a). *Mental Health Considerations during COVID-19 Outbreak*. https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/mental-healthconsiderations.pdf?sfvrsn=6d3578af_2
7. Murphy, D. J. (2020). *Framework for contribution of Psychology & Psychologist to COVID-19 Pandemic*. Recuperado desde <https://twitter.com/ClinPsychDavid/status/1242891161951514629>
8. Torres-Salazar, C., Moreta-Herrera, R., Ramos-Ramírez, M., & López-Castro, J. (2019). *Sesgo Cognitivo de Optimismo y Percepción de Bienestar en una muestra de Universitarios Ecuatorianos*. Revista Colombiana de Psicología, 29, 61-72 doi: 10.15446/rcp. v29n1.75853
9. Raude, J., Debin, M., Souty, C., Guerrisi, C., Turbelin, C., Falchi, A., ... Colizza, V. (2020, March 8). *Are people excessively pessimistic about the risk of coronavirus infection?* <https://doi.org/10.31234/osf.io/364qj>.

10. Bayés, R., & Ribes, E. (1992). Un modelo psicológico de prevención de enfermedad y su aplicación al caso del SIDA. En Piña, J.A. (Comp.), *Psicología y salud: aportes del análisis de la conducta* (pp. 1-21). Hermosillo, México: Editorial UNISON
11. CDC. Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) [Internet]. Centers for Disease Control and Prevention. 2020 [citado 22 de junio de 2020]. Disponible en: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html>
12. Brooks SK, Webster RK, Smith LE, Woodland L, Wessely S, Greenberg N, et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet* [Internet]. marzo de 2020 [citado 22 de junio de 2020];395(10227):912-20. Disponible en: <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0140673620304608>
13. Xiao, Chunfeng . A Novel Approach of Consultation on 2019 Novel Coronavirus (COVID-19)-Related Psychological and Mental Problems: Structured Letter Therapy. 2020/02/25. 175 – 176. [Internet]. ResearchGate. [citado 22 de junio de 2020]. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/339485255_A_Novel_Approach_of_Consultation_on_2019_Novel_Coronavirus_COVID-19-Related_Psychological_and_Mental_Problems_Structured_Letter_Therapy
14. Wang C, Pan R, Wan X, Tan Y, Xu L, Ho CS, et al. Immediate Psychological Responses and Associated Factors during the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China. *IJERPH* [Internet]. 6 de marzo de 2020 [citado 22 de junio de 2020];17(5):1729. Disponible en: <https://www.mdpi.com/1660-4601/17/5/1729>
15. Huang C, Wang Y, Li X, Ren L, Zhao J, Hu Y, et al. Clinical features of patients infected with 2019 novel coronavirus in Wuhan, China. *The Lancet* [Internet]. febrero de 2020 [citado 22 de junio de 2020];395(10223):497-506. Disponible en: <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0140673620301835>
16. Qiu J, Shen B, Zhao M, Wang Z, Xie B, Xu Y. A nationwide survey of psychological distress among Chinese people in the COVID-19 epidemic: implications and policy recommendations. *Gen Psych* [Internet]. marzo de 2020 [citado 22 de junio de 2020];33(2):e100213. Disponible en: <http://gpsych.bmj.com/lookup/doi/10.1136/gpsych-2020-100213>
17. Huarcaya-Victoria J. Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de COVID-19. *Revista peruana de medicina experimental y salud pública*. 18 de abril de 2020;37. doi: <https://doi.org/10.17843/rpmesp.2020.372.5419> Recibido: 27/03/2020

Aprobado: 08/04/2020 En línea: 18/04/2020
<https://doi.org/10.17843/rpmesp.2020.372.5419>

18. Johnson, M.C, Saletti-Cuesta, L, Tumas, N. Emociones, preocupaciones y reflexiones frente a la pandemia del COVID-19 en Argentina. Cien Saude Colet [periódico na internet] (2020/Abr). [Citado em 04/06/2020]. Está disponível em:

<http://www.cienciaesaudecoletiva.com.br/artigos/emociones-preocupaciones-y-reflexiones-frente-a-la-pandemia-del-covid19-en-argentina/17552?id=17552>

19. Ozamiz-Etxebarria N, Dosil-Santamaria M, Picaza-Gorrochategui M, Idoiaga-Mondragon N. Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España. Cad Saúde Pública [Internet]. 2020 [citado 22 de junio de 2020];36(4):e00054020. Disponible en:

http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2020000405013&tlng=es

20. Medina RM, Jaramillo-Valverde L. El COVID-19: Cuarentena y su Impacto Psicológico en la población. 18 de mayo de 2020 [citado 22 de junio de 2020]; Disponible en: <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/452>

21. Vanetza E. Quezada-Scholza a. Departamento de Psicología, Núcleo de Investigación en Psicología y Psicopatología Experimental, Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Chile. MIEDO Y PSICOPATOLOGÍA: LA AMENAZA QUE OCULTA EL COVID-19 Cuadernos de Neuropsicología / Panamerican Journal of Neuropsicología ISSN:0718-4123 2020 Vol. 14 N°119-23 DOI: 10.7714/CNPS/14.1.202.

<http://www.facso.uchile.cl/noticias/163245/miedo-y-psicopatologia-la-amenaza-que-oculta-el-covid-19>

22. Fonseca L, Diniz E, Mendonça G, Malinowski F, Mari J, Gadelha A. Schizophrenia and COVID-19: risks and recommendations. Braz J Psychiatry [Internet]. junio de 2020 [citado 22 de junio de 2020];42(3):236-8. Disponible en:

http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-44462020000300236&tlng=en

23. Ramírez-Ortiz J, Castro-Quintero D, Lerma-Córdoba C, Yela-Ceballos F, Escobar-Córdoba F. CONSECUENCIAS DE LA PANDEMIA COVID 19 EN LA SALUD MENTAL ASOCIADAS AL AISLAMIENTO SOCIAL. 3 de mayo de 2020 [citado 20 de

junio de 2020]; Disponible en:

<https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/303>.

24. Valdés-Flórido MJ, López-Díaz Á, Palermo-Zeballos FJ, Martínez-Molina I, Martín-Gil VE, Crespo-Facorro B, et al. Reactive psychoses in the context of the COVID-19 pandemic: Clinical perspectives from a case series. *Revista de Psiquiatría y Salud Mental* [Internet]. abril de 2020 [citado 22 de junio de 2020];13(2):90-4. Disponible en: <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S1888989120300343>

25. Wang C, Pan R, Wan X, Tan Y, Xu L, Ho CS, et al. Immediate Psychological Responses and Associated Factors during the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. marzo de 2020 [citado 22 de junio de 2020];17(5). Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7084952/>