

SALUD MENTAL Y COVID 19

Por Claudia Guillen

Durante los últimos años se han observado secuelas de diferentes tipos a raíz de la enfermedad por coronavirus 2019, el cual infectó a más de 5 millones y ha sido la causa de muerte de más de 300 mil personas en el mundo. (Chekole & Abate, 2021). Se ha visto que la pandemia de **COVID 19** tuvo el potencial de afectar significativamente la **salud mental**.

Se han realizado múltiples investigadores que han sido parte de algunos metaanálisis que se encuentran en **PubMed, Medline, Science Direct**, entre otros; dichos estudios han mostrado que existe una prevalencia agrupada de ansiedad y depresión, en tan sólo el **33.50% en el total de las muestras en los estudios realizados**. (Chekole & Abate, 2021)

Al menos en los primeros 3 meses del 2020, se encontraron 821 citas en las bases de datos; un metaanálisis mostró que, en 66 estudios con un total de 221970 participantes, la prevalencia agrupada de la depresión, la ansiedad, la angustia y el insomnio fueron 31,4%, 31,9%, 41,1% y 37,9%, respectivamente; los pacientes con enfermedades crónicas, las personas en cuarentena y los pacientes con COVID-19 tenían un mayor riesgo de depresión y ansiedad. Por otro lado, médicos y enfermeras mostraron una mayor prevalencia de insomnio que otras poblaciones. (Wu et al., 2021)

Otro metaanálisis incluyó 50 estudios donde la tasa de prevalencia combinada de morbilidades psicológicas incluye mala calidad del sueño (40%), estrés (34%), angustia psicológica (34%), insomnio (30%), síntomas de estrés postraumático (27%), ansiedad (26%), depresión (26%).

La evidencia sugiere que una proporción considerable de trabajadores sanitarios experimentaron perturbación en el estado de ánimo y sueño durante el brote, haciendo hincapié en la necesidad de establecer formas de mitigar los riesgos para la salud mental y ajustar intervenciones. (Pappa et al., 2020)



Al menos el 30% de los pacientes que han presentado COVID 19 presentan ansiedad o depresión, por lo tanto, resulta evidente que las partes interesadas en el cuidado de la salud prevengan e intervengan en la salud Mental. (Chekole & Abate, 2021)

REFERENCIAS.

Chekole, Y. A., & Abate, S. M. (2021). Global prevalence and determinants of mental health disorders during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *Annals of Medicine and Surgery*, 68(June), 102634. <https://doi.org/10.1016/j.amsu.2021.102634>

Pappa, S., Ntella, V., Giannakas, T., Giannakoulis, V. G., Papoutsis, E., & Katsaounou, P. (2020). Prevalence of depression, anxiety, and insomnia among healthcare workers during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *Brain, Behavior, and Immunity*, 88(May), 901–907. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.05.026>

Wu, T., Jia, X., Shi, H., Niu, J., Yin, X., Xie, J., & Wang, X. (2021). Prevalence of mental health problems during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 281(November 2020), 91–98. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.11.117>

