

Actualización

Impacto de la Pandemia del COVID-19 en la Salud Mental

Regino Eugenio Cantú Villarreal ¹

Cita: Cantú, R. Impacto de la Pandemia del COVID-19 en la Salud Mental. *Fronteras en Salud Global* 2022, 1. Ed.

Editor académico: Victor Rangel.
José González
Editor asesor: Héctor Carrasco
Editor de producción: Paola Pérez

Recibido: 25 de Octubre de 2021.
Aceptado: 01 de Noviembre de 2021.
Fecha de publicación: 28 de Febrero de 2022.

¹Médico Pasante del Servicio Social, Escuela de Medicina y Ciencias de la Salud, Tecnológico de Monterrey, Campus Monterrey ; reginocantu96@gmail.com

Resumen: Los últimos dos años han sido un periodo crítico para el tema de la salud mental. Durante la última década se han implementado proyectos en cuidado a la salud mental, resultando en la disminución en casos de suicidio previo a la pandemia. No obstante, la pandemia del COVID-19 trajo consigo un gran número de factores que propician el desarrollo o descuido de trastornos mentales.

En estos últimos dos años el avance de metas mundiales para el cuidado de la salud mental ha sido perjudicado y el número de casos de trastornos mentales en la población ha aumentado exacerbando la problemática económica que trajo consigo la pandemia actual.

Dentro de las últimas 2 décadas, hemos observado un aumento en el cuidado y prevención de la salud mental en la población¹. Sin embargo, la salud mental ha formado parte de la definición general del buen estado de salud descrito por la Organización Mundial de la Salud (OMS) desde los años 40. Esta definición describe al buen estado de salud como un estado de completo bienestar físico, emocional y social¹. Por lo cual la salud mental forma parte del tercer objetivo de desarrollo sostenible de la Organización de las Naciones Unidas (ONU), que se enfoca en garantizar un buen estado de salud en la población para el año 2030¹. La salud mental puede verse afectada por múltiples factores, desde emocionales y físicos, hasta factores sociales y económicos. Es por esto que en los últimos dos años una gran porción de la población mundial ha sufrido un desbalance en su salud mental, secundario a todos los factores relacionados a la pandemia del COVID-19, como lo son el aislamiento social y ansiedad y miedo al contagio². No solo los efectos ocasionados por la pandemia han repercutido en múltiples áreas de la sociedad, sino también la salud mental de la población ha sido una causa importante de las consecuencias que se están sufriendo hoy en día.

A lo largo de los últimos 30 años, hemos experimentado un aumento gradual en la incidencia y repercusión de los trastornos mentales a nivel mundial (Anexo 1)³. En el año 2013 la depresión ocupaba el 4.3% de la carga mundial de morbilidad¹ y se espera que para el año 2030 sea la segunda causa a nivel mundial en disminución de años de vida saludables en países subdesarrollados y primera en países desarrollados⁴. Esto es alarmante, ya que aquellos individuos con trastornos mentales experimentan mayores tasas de mortalidad, ya sea por enfermedades crónicas que descuidan o por suicidio, siendo esta última la segunda causa de muerte más común en jóvenes a nivel mundial⁴.

En México en el año 2017, sólo el 2% del presupuesto total en salud era destinado para la salud mental y la mayoría a centros psiquiátricos de tercer nivel, mientras que la OMS rectifica que debe ser el 5 al 10% del gasto en salud y debe promoverse su prevención y detección oportuna desde el primer nivel de atención médica⁴. Esto último es de gran relevancia ya que existen múltiples factores de riesgo y hábitos que promueven el desarrollo de trastornos mentales, como el abuso de sustancias, el pertenecer a una minoría social o antecedente de abuso o maltrato infantil y es importante identificar esta población en riesgo en un periodo temprano⁵. La prevención en esta área es indispensable, porque conforme aumentan los casos de trastornos mentales aumentan de la misma manera los casos de muerte por suicidio⁵.

Del año 2018 al 2019, existió por primera vez, después de 13 años consecutivos de aumento, una disminución del 2.1% en la tasa de intentos suicidas, probablemente debido al esfuerzo global para el cuidado de la salud mental⁶. Sin embargo, recientemente se ha estado evaluando a través de los últimos dos años el impacto que ha tenido la pandemia del COVID-19 sobre las tasas de trastornos mentales e ideación suicida, viéndose un retroceso a esta mejoría que se había observado hace 3 años⁷.

El COVID-19 no solamente ha causado un alto número de muertes y sufrimiento en la sociedad, sino también ha ocasionado un aumento descontrolado en el número de personas con trastornos mentales⁸. En una encuesta realizada recientemente en los Estados Unidos, se reportó que el 45% de los participantes indicaron algún tipo de daño a su salud mental a consecuencia de estrés y preocupación por el COVID-19⁸. Además, una revisión sistemática reciente publicada en *The Lancet*, demostró un aumento aproximado del 25% en los casos de depresión y ansiedad generalizada en el año 2020. Las principales causas asociadas de este aumento son el aislamiento, la cuarentena y limitación en movilidad. De igual manera, pérdidas financieras, miedo a infección, estilo de vida sedentario, tener familiares con riesgo elevado para COVID-19 severo o vivir con enfermedades crónicas que aumentan el riesgo de enfermedad severa se asocian a depresión y ansiedad⁹.

Estos aumentos en daño a la salud mental secundario a la pandemia se han reflejado también de distintas maneras. En el aspecto económico, los trastornos mentales han afectado de manera importante a la productividad y motivación de los trabajadores de múltiples empresas, disminuyendo la rapidez con la que normalmente se realizan las labores y representando un mayor costo para los negocios¹⁰. Además, existe un incremento en el número de casos de abuso y maltrato infantil por mal manejo del estrés y ansiedad en padres con su salud mental afectada^{11,12}. En múltiples estudios recientes, se ha reportado que existió una disminución en casos de suicidio e intentos suicidas durante los primeros meses de la pandemia del COVID-19, sin ninguna explicación certera¹³. No obstante, hoy en día después de más de un año del comienzo de la pandemia, se reporta un aumento de entre el 7 al 15% a nivel global en los casos de suicidio e ideación suicida, en el 90% de los casos secundario a algún trastorno mental⁷.

El reciente informe de la OMS acerca del estatus de la salud mental a nivel global reveló que ninguna de las metas de salud mental mundial establecidas para el 2020 estuvieron cerca de cumplirse. Existió un aumento del 41 al 52% en el número de países miembros de la ONU que informaron de programas de prevención y promoción en salud mental. Sin embargo, alrededor del 30% de estos no contaban con recursos humanos, 27% no tenían una logística de implementación efectiva y aproximadamente 40% no contaban con pruebas documentadas de avances o impacto¹⁴.

Es evidente que la pandemia del SARS-CoV-2 ha ralentizado los avances en medidas del cuidado de la salud mental a nivel mundial. Igualmente, se ha podido demostrar que este daño a la salud mental es parte importante del perjuicio a la economía global, principalmente por la disminución en los años de vida saludables y menor productividad laboral¹⁰. Además, es desconcertante el pico en el número de casos de suicidios presentados en el año 2020, posterior a haber tenido una disminución importante de los mismos. Este aumento tuvo que haber sido previsto, ya que no es el único que se ha observado en una pandemia. Está misma tendencia de aumento drástico en el número de suicidios se ha visto en la pandemia de la gripe española y del virus del Ébola^{8,15}. Por este motivo, es necesario una intervención desde el primer nivel de atención en salud, capacitando a médicos a identificar correctamente aquellos individuos con mayor riesgo de padecer algún trastorno mental. El uso de tecnologías puede permitir un abordaje efectivo a esta problemática, facilitando la interacción interpersonal, el entrenamiento en salud mental y la atención psicológica y médica de la misma¹⁶.

Es claro que el proceso de vivir a través de una crisis de salud mundial conlleva un aumento en el número de factores de riesgo para el desarrollo y descuido de trastornos mentales. De modo que, a pesar

de la intervención y sus adaptaciones a la sociedad necesarias para el control de la emergencia sanitaria, es indispensable no olvidar el cuidado de otras enfermedades y áreas que abarcan la definición de la OMS de salud, para así evitar un desbalance en el bienestar general de la población y por ende otras consecuencias sociales, económicas y políticas.

Referencias

1. World Health Organization. Comprehensive Mental Health Action Plan 2013-2030. (2013).
2. Collaborators, M. D. Articles Global prevalence and burden of depressive and anxiety disorders in 204 countries and territories in 2020 due to the COVID-19 pandemic. 6736, 1–13 (2021).
3. GBD Compare | Institute for Health Metrics and Evaluation. <http://www.healthdata.org/data-visualization/gbd-compare>.
4. Informativa, H. Salud Mental En Adultos. INCyTU 52, 1–4 (2018).
5. Cirulli, F., Laviola, G. & Ricceri, L. Risk factors for mental health: current approaches in translational neuroscience. *Neuroscience and biobehavioral reviews* 33, 493 (2009).
6. Stone, D. M. Changes in Suicide Rates – United States, 2018–2019. *MMWR. Morbidity and Mortality Weekly Report* 70, 261–268 (2021).
7. O'Connor, R. C. et al. Mental health and well-being during the COVID-19 pandemic: longitudinal analyses of adults in the UK COVID-19 Mental Health & Wellbeing study. *The British Journal of Psychiatry* 218, 326–333 (2021).
8. Sher, L. The impact of the COVID-19 pandemic on suicide rates. *QJM: An International Journal of Medicine* 113, 707–712 (2020).
9. Guo, Y. et al. Mental health disorders and associated risk factors in quarantined adults during the COVID-19 outbreak in China: Cross-sectional study. *Journal of Medical Internet Research* 22, 1–8 (2020).
10. Workers' Mental Health Suffers During the Pandemic: How Managers Can Help. <https://www.shrm.org/resourcesandtools/hr-topics/people-managers/pages/covid-and-mental-health-.aspx>.
11. Kontoangelos, K., Economou, M. & Papageorgiou, C. Mental Health Effects of COVID-19 Pandemia: A Review of Clinical and Psychological Traits. *Psychiatry Investigation* 17, 491 (2020).
12. Berardelli, I. et al. The impact of the COVID-19 pandemic on suicide ideation and suicide attempts in a sample of psychiatric inpatients. *Psychiatry Research* 303, 114072 (2021).
13. John, A., Pirkis, J., Gunnell, D., Appleby, L. & Morrissey, J. Trends in suicide during the covid-19 pandemic. *BMJ* 371, (2020).
14. Un informe de la OMS pone de relieve el déficit mundial de inversión en salud mental. https://www.who.int/es/news/item/08-10-2021-who-report-highlights-global-shortfall-in-investment-in-mental-health?utm_campaign=mental+health&utm_medium=article&utm_source=who.in.
15. Summary, L. R. The Links between Public Health Crises and Suicide. 1–5 (2020).
16. Champion, J., Javed, A., Sartorius, N. & Marmot, M. Addressing the public mental health challenge of COVID-19. *The Lancet Psychiatry* 7, 657–659 (2020).

Anexo 1.

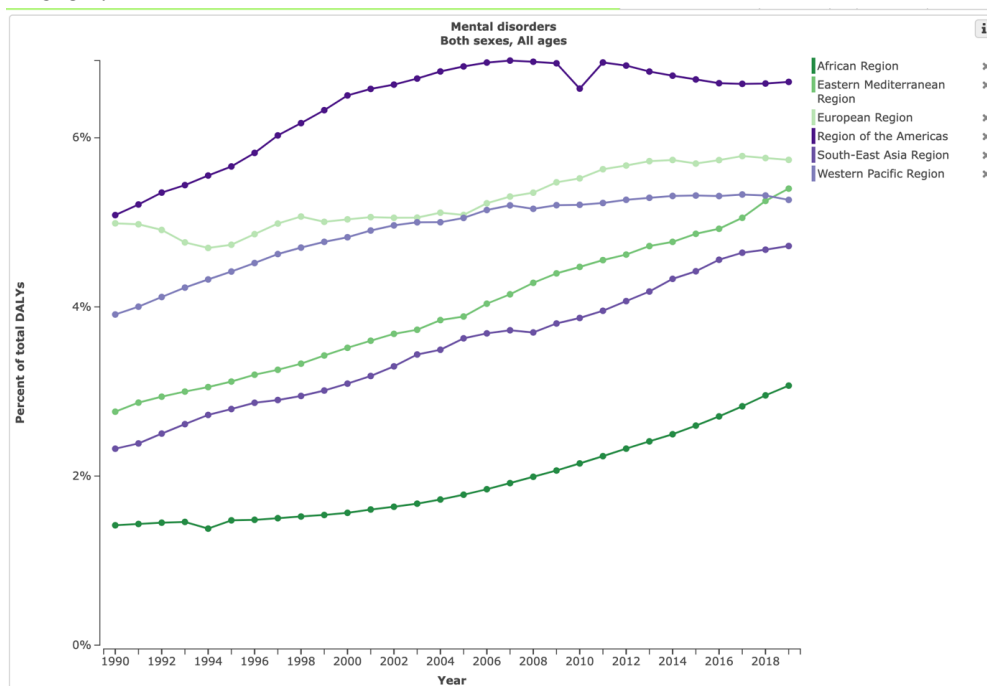


Figura 1. Porcentaje de años de vida saludables perdidos por trastornos mentales. Obtenido de Global Burden of Disease, Institute of Health Metrics and Evaluation (2019).