

# Impacto de la pandemia de COVID-19 en la salud mental

## Impact of the COVID-19 pandemic on mental health

Alicia E. López-Martínez y Elena R. Serrano-Ibáñez

Facultad de Psicología y Logopedia. Universidad de Málaga. Instituto de Investigación Biomédica de Málaga – IBIMA, España

### Resumen

El propósito del monográfico es presentar un compendio de estudios que muestran cómo la pandemia de COVID-19 ha impactado la salud mental de diversos sectores de la población de países iberoamericanos. Nueve artículos analizan la soledad a causa del confinamiento, el estrés postraumático derivado de la exposición al coronavirus y sus consecuencias, las diferencias en el nivel de bienestar en función de la clase social, el incremento de la sintomatología depresiva y la ideación suicida, el impacto de la infección en trastornos psicológicos como el obsesivo compulsivo, el incremento de los síntomas de ansiedad y el aumento consecuente de la demanda de atención psicológica, la relación entre el ejercicio físico, pasear al perro y el estado afectivo durante el confinamiento, los efectos de la presión asistencial sobre el desgaste profesional de los trabajadores sanitarios y, finalmente, el papel del perdón a uno mismo y la compasión en relación al crecimiento personal y la satisfacción con la vida durante la pandemia. En suma, este número especial constituye una muestra de la evidencia científica acerca de cómo está afectando a la salud psicológica de la ciudadanía esta inusitada crisis.

*Palabras clave:* Salud mental, COVID-19

### Abstract

The purpose of the present monograph is to provide a compilation of studies that demonstrate how the COVID-19 pandemic has affected the mental health of various groups of the population in Iberoamerican countries. The nine articles of this special issue analyse subjects such as isolation due to confinement, post-traumatic stress derived from exposure to the coronavirus, the differences in the level of well-being according to social class, the increase of depressive symptoms and suicidal ideation, the effect of the infection on psychological disorders, such as obsessive-compulsive disorder, the increase of anxiety symptoms and the resulting greater demand for psychological care, the effects of healthcare pressure on burnout experienced by healthcare workers, and the role of self-forgiveness and compassion in relation to personal growth and life satisfaction during the pandemic. In sum, this special issue is a sample of the scientific evidence on how this unusual crisis is affecting citizens' psychological health.

*Keywords:* Mental health COVID-19

Cómo citar: López-Martínez, A. E., & Serrano-Ibáñez, E. R. (2021). Impacto de la pandemia de COVID-19 en la salud mental. *Escritos de Psicología – Psychological Writings*, 14(2), 48-50. <https://doi.org/10.24310/espiescpsi.v14i2.13935>

Correspondencia: Alicia E. López Martínez. Facultad de Psicología y Logopedia, UNIVERSIDAD DE MÁLAGA. Blvr. Louis Pasteur, 25. 29010 MÁLAGA. E-mail: [aelm@uma.es](mailto:aelm@uma.es). E-mail de la coautora: [elenaserrano@uma.es](mailto:elenaserrano@uma.es).

### Impacto de la pandemia de COVID-19 en la salud mental

La comunidad mundial se enfrenta actualmente a la pandemia de COVID-19 por un nuevo coronavirus, el SARS-CoV-2, detectado inicialmente en Wuhan, Hubei (China), a finales del año 2019. Se trata de una crisis global sin precedentes que ha llevado aparejada una carga psicosocial inusitada para la ciudadanía.

No en vano, la Organización Mundial de la Salud ha expresado su preocupación por las consecuencias que la pandemia está teniendo sobre la salud mental de la población (World Health Organization; WHO, 2020). Y el último Atlas de Salud Mental que la Organización ha editado llama particularmente la atención sobre la imperiosa necesidad de incrementar de forma drástica la inversión en salud mental (WHO, 2021). Esto parece estar comenzando a tener cierto efecto en las decisiones políticas adoptadas por los distintos gobiernos de los Estados Miembros de la OMS, con un aumento - del 41%, en 2014, al 52%, en 2020,- del número de países que informaron de programas de promoción y prevención de la salud mental (WHO, 2021). Entre ellos, España, cuyo Ministerio de Sanidad ha presentado recientemente la primera estrategia de salud mental en 12 años, aprobada por el Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud. En este contexto, la revista *Escritos de Psicología - Psychological Writings* lanza este monográfico con el que pretende mostrar el estado actual de la investigación y avanzar en el estudio del impacto de la COVID-19 sobre la salud mental.

Un total de nueve artículos conforman este número, aportando una visión conjunta de las secuelas que la pandemia ha provocado sobre la salud psicológica de diversos sectores de la población iberoamericana. Así, el artículo “Soledad, salud mental y COVID-19 en la población española”, remitido por Ausín, González-Sanguino, Castellanos, Saiz, Ugidos, López-Gómez y Muñoz, evaluó en una amplia muestra española los efectos de la emergencia sanitaria y el confinamiento de la primera ola de la pandemia de COVID-19, mostrando que la promoción del apoyo social, especialmente entre los mayores, es esencial para amortiguar los efectos de aquélla. Serrano-Juárez, Vargas Cabriada, de León Miranda y García-Reyes firman el artículo “Prevalencia de síntomas de trastorno por estrés post-traumático en población adulta a dos y diez meses del inicio de la cuarentena por COVID-19” en el que presentan los resultados de un estudio longitudinal sobre la prevalencia de síntomas de estrés postraumático como consecuencia de la COVID-19 en población adulta de México, evidenciando una mayor presencia de dichos síntomas en personas que habían padecido la enfermedad, particularmente en los más jóvenes. En el artículo remitido por Méndez y colaboradores, “Clase social, bienestar y afectividad general durante la pandemia de COVID-19 en Iberoamérica”, se analizó en ocho países de la región cultural iberoamericana la asociación durante la pandemia entre la clase social y el bienestar y la afectividad general, confirmando la existencia de diferencias en dichas variables en función de la clase social subjetiva. En el trabajo titulado “Sintomatología depresiva e ideación suicida como consecuencia de la pandemia de COVID-19”, elaborado por Urdiales y Sánchez Álvarez, se evaluaron los efectos de la infección en una numerosa muestra de la población general española, mostrando una asociación significativa de sintomatología depresiva y de la ideación suicida con la pandemia, particularmente en mujeres, personas desempleadas y estudiantes. No obstante, como exponen Imbali Vázquez y Romero López-Alberca en su trabajo “Trastorno obsesivo-compulsivo en tiempo de COVID-19: una revisión sistemática”, en el que revisaron 24 estudios, el impacto de la pandemia sobre la sintomatología de dicho trastorno no es indiscutible, por lo que concluyen que se requiere de más investigación. Y en el artículo “Atención psicológica pre- y postpandemia en la clínica universitaria del CPA-UAM” de Calero-Elvira, Guerrero-Escagedo, González-Linaza y Martínez-Sánchez, los resultados indicaron que, debido a la pandemia, los solicitantes de atención psicológica efectuaron una mayor demanda por síntomas de ansiedad, cuyo nivel de gravedad también se ha visto incrementado.

Como consecuencia de la rápida expansión de este coronavirus, en España el Gobierno impuso un estricto confinamiento en el que tan sólo se permitía salir a la calle para trabajar, comprar o pasear a mascotas caninas. En el artículo “Salud mental durante el confinamiento impuesto en España: efectos de hacer ejercicio y sacar a pasear al perro sobre estado de ánimo, sintomatología depresiva e ideación suicida” Sánchez Álvarez ha analizado los efectos de la realización de ejercicio físico y sacar a pasear al perro durante el confinamiento sobre el estado afectivo, la sintomatología depresiva y la ideación suicida de población general española, mostrando que el ejercicio diario se asoció al estado de ánimo positivo.

Como es bien sabido, el colectivo de profesionales sanitarios ha sido uno de los más afectados a causa de la COVID-19. La presión asistencial y la gravedad de la sintomatología a la que ha tenido que hacer frente este personal han sido del todo extraordinarios. Como evidencia, entre otros aspectos, el artículo “Bienestar psicológico y burnout en personal de salud durante la pandemia de COVID-19” de García-Torres, Aguilar-Castro y García-Méndez, efectuado con una muestra de profesionales sanitarios mejicanos, aquellos trabajadores que se contagiaron del coronavirus informaron de niveles inferiores de realización personal y de mayor cansancio emocional.

Cuando ya se han cumplido dos años desde la declaración de la pandemia de COVID-19, la denominada “fatiga pandémica” se hace notar entre la población. Sin embargo, esta vicisitud también ha puesto de manifiesto la resiliencia del ser humano para afrontar situaciones excepcionales. Así se muestra en el trabajo realizado por Beltrán Morillas y Expósito, con título “Crecimiento personal y satisfacción con la vida durante el COVID-19: perdón a uno mismo y compasión como correlatos”, en el que comprobaron que el crecimiento personal y la satisfacción con la vida, a pesar de la pandemia, se relacionaron positivamente con el perdón a uno mismo y la compasión, abriendo de este modo nuevas vías para el desarrollo terapéutico.

La selección de artículos integrantes del monográfico “Impacto de la pandemia de COVID-19 en la salud mental” constituye, en definitiva, una muestra de las secuelas psicológicas derivadas de la insólita realidad a la que la población mundial se ha visto enfrentada. En suma, este compendio recordará en el futuro las difíciles circunstancias vividas y cómo afectaron a nuestro equilibrio psicológico.

#### Referencias

1. World Health Organization. (2020). Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak, 18 March 2020. World Health Organization. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/331490>
2. World Health Organization. (2021). Mental health atlas 2020. World Health Organization. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/345946>

RECIBIDO: 13 de diciembre de 2021  
MODIFICADO: 14 diciembre de 2021  
ACEPTADO: 15 de diciembre de 2021