

Salud mental y resiliencia en adultos jóvenes de Sudamérica durante el aislamiento (distanciamiento social obligatorio) por la pandemia de COVID-19

Lima/Bogotá

13/07/2020



Pontificia Universidad
JAVERIANA
Colombia



Componente Bogotá



Pontificia Universidad
JAVERIANA
Colombia



- Miguel Uribe, Alan Waich, Laura Ospina, Arturo Marroquín, Sergio Castro, Juan Agustín Patiño, Karen Ariza, Carlos Gómez-Restrepo

Departamento de Psiquiatría y Salud Mental
Departamento de Epidemiología Clínica y Bioestadística.
Facultad de Medicina, Pontificia Universidad Javeriana

- Estudio realizándose en : Perú, Argentina y Colombia
- Investigador principal en Perú: Francisco Diez Canseco, Crónicas UPCH

Objetivo General

- Evaluar la salud mental de adultos jóvenes (**18-24 años**) durante y después del distanciamiento social obligatorio por COVID-19 en Lima, Bogotá y Buenos Aires, identificando factores asociados a la presencia y evolución de síntomas.



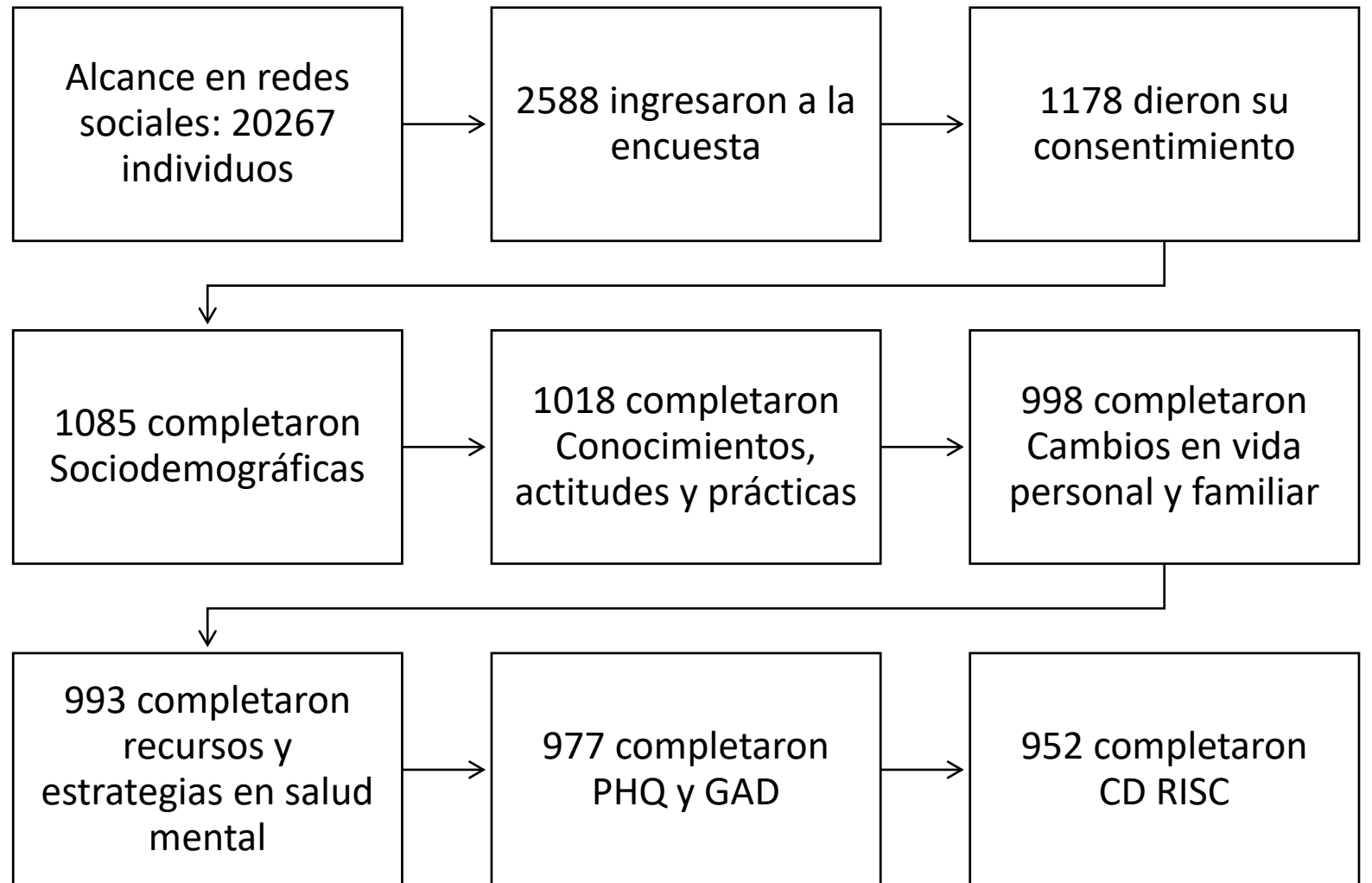
Pontificia Universidad
JAVERIANA
Colombia



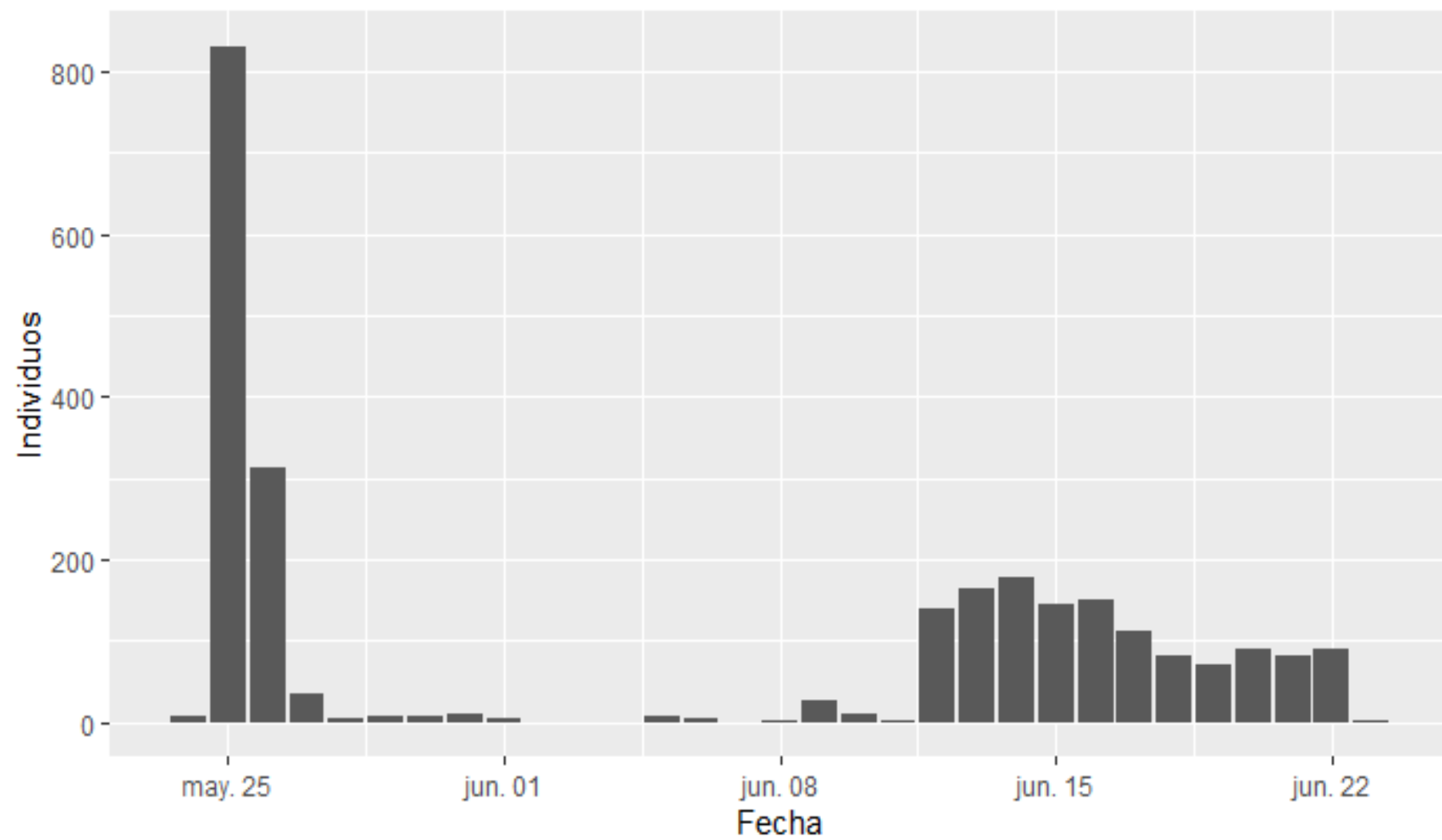
Objetivos específicos

- Evaluar la presencia de síntomas de **ansiedad y depresión** en los adultos jóvenes durante el distanciamiento social obligatorio.
- Evaluar la **progresión** de los síntomas de ansiedad y depresión en los adultos jóvenes durante y después del distanciamiento social obligatorio.
- Evaluar los **recursos y estrategias** utilizadas por los adultos jóvenes para cuidar su salud mental durante el distanciamiento social obligatorio.
- Identificar los **factores que protegen** a los adultos jóvenes de desarrollar síntomas de depresión y ansiedad durante y después del distanciamiento social obligatorio.

Flujograma

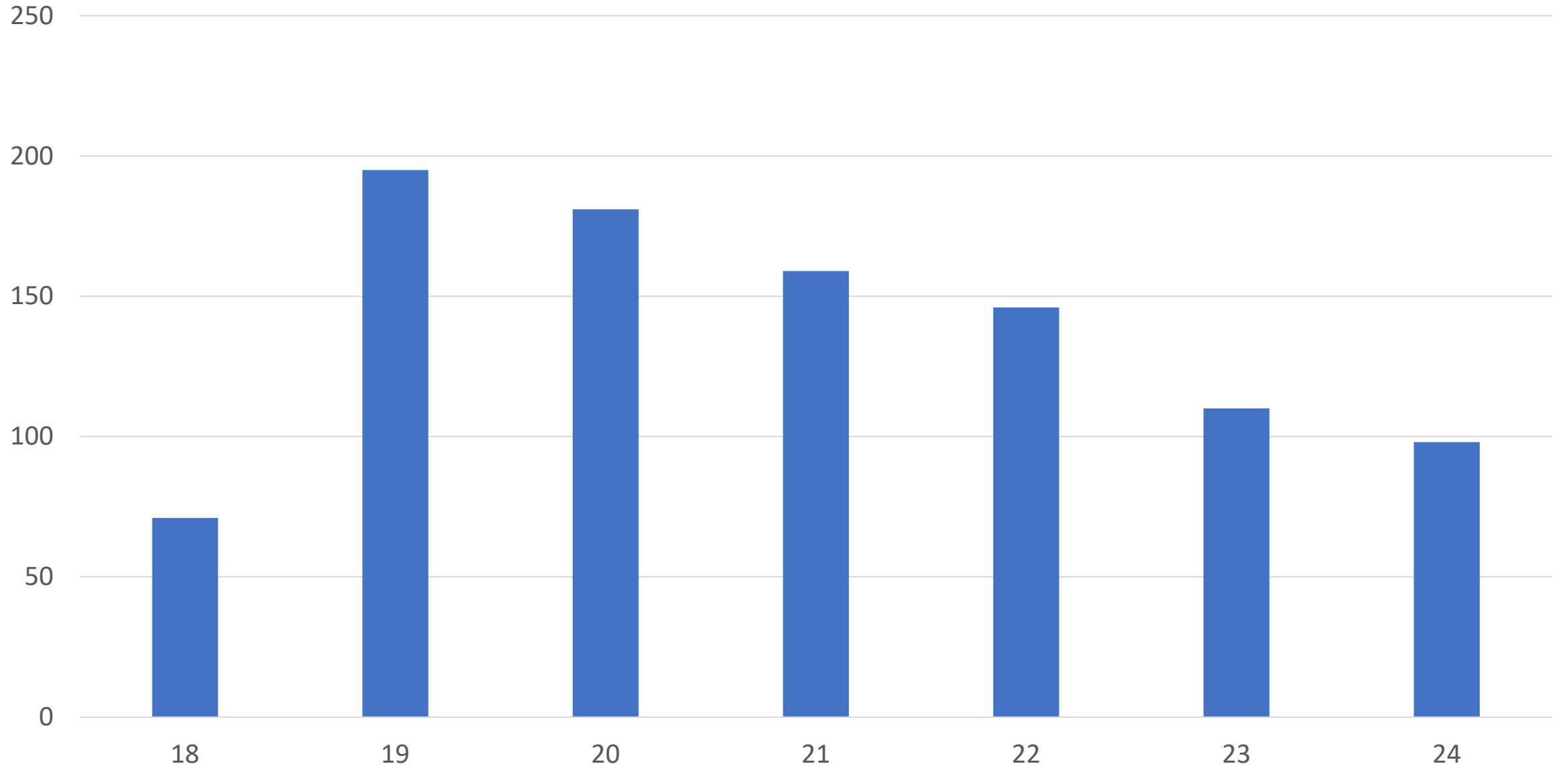


Fecha de encuesta

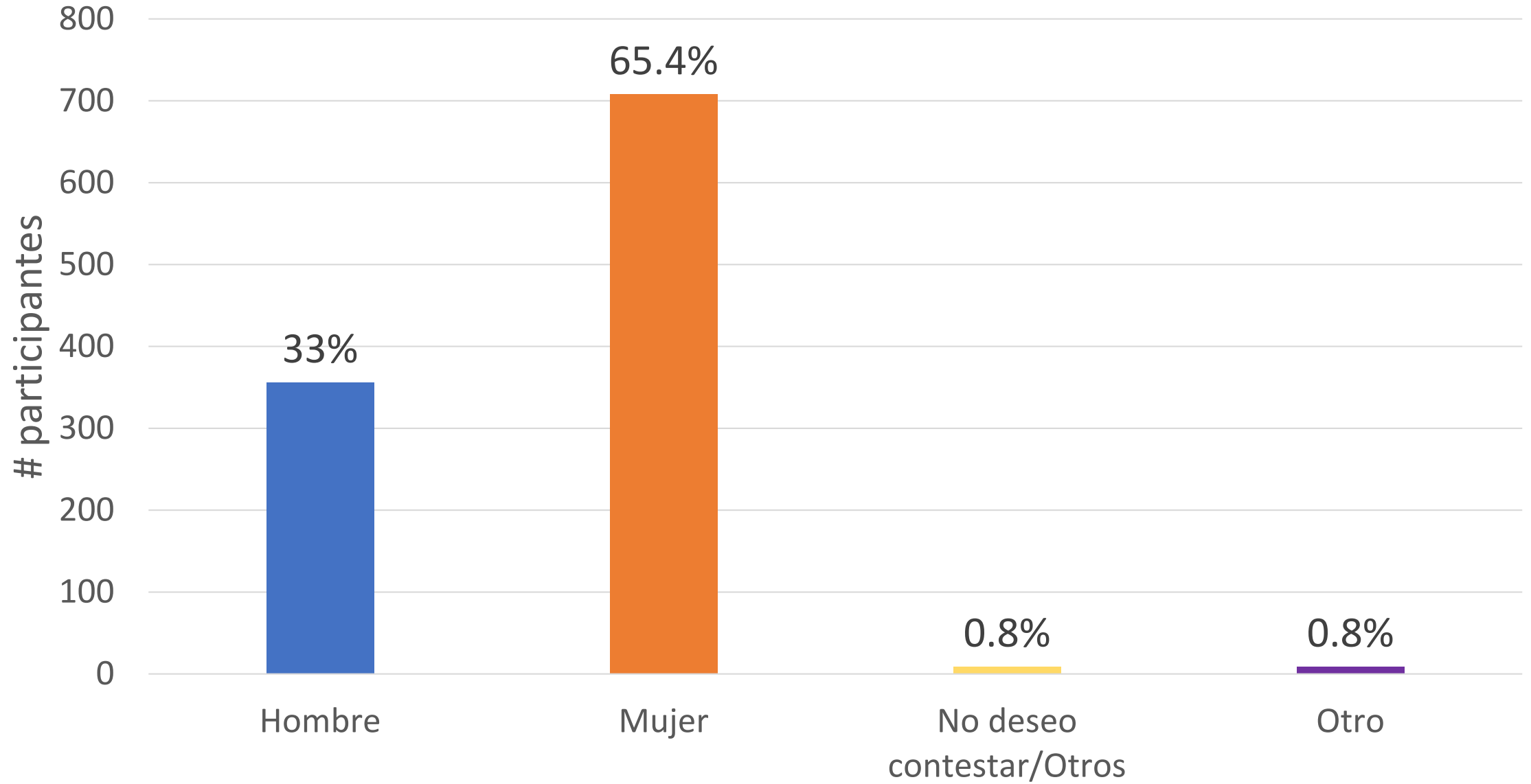


Características sociodemográficas

Edad



Sexo

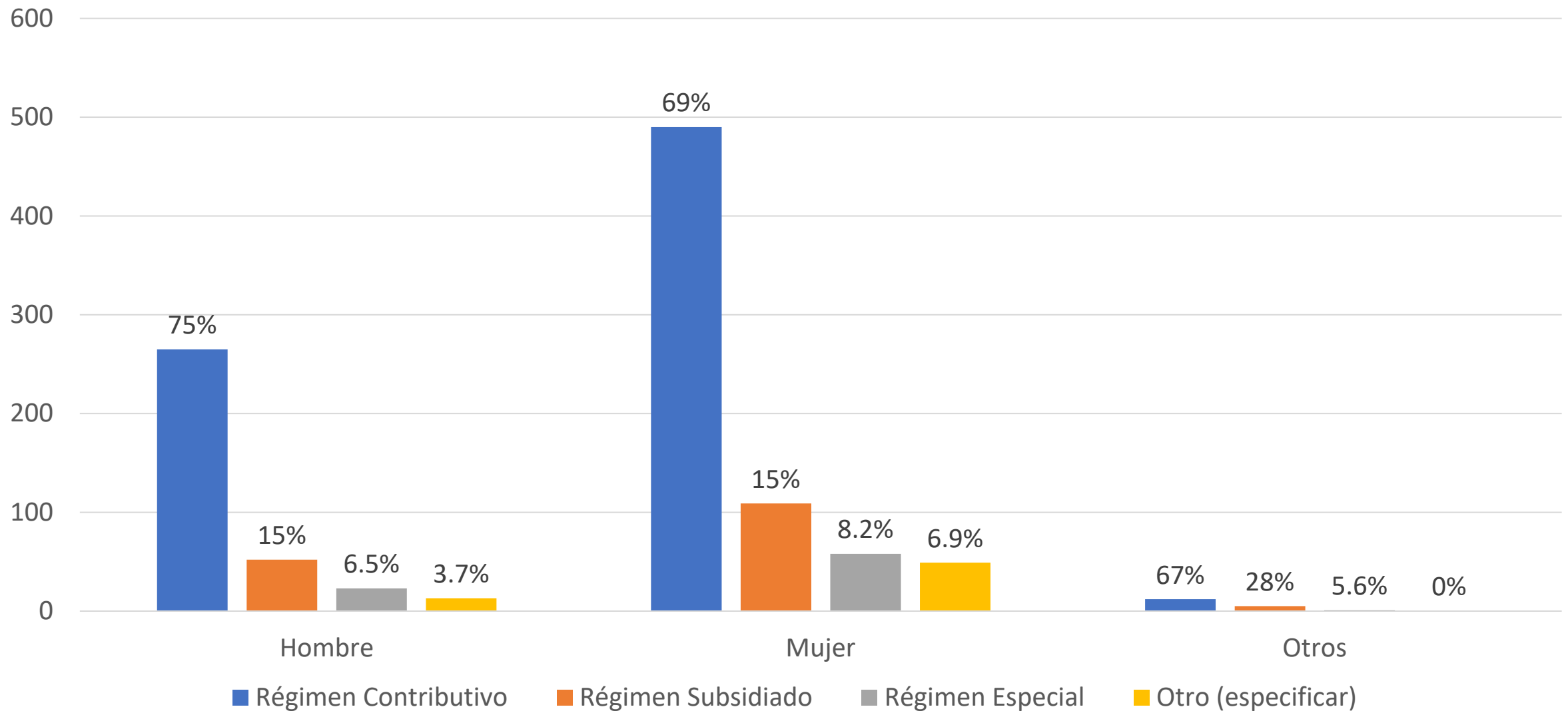


	Participantes encuestados (n = 1178)		
	Hombre	Mujer	Otros
Estado civil			
Soltero/a	333 (94%)	649 (92%)	17 (94%)
Unión Libre	21 (5.9%)	54 (7.6%)	1 (5.6%)
Casado/a	1 (0.3%)	2 (0.3%)	0 (0%)
Divorciado/a	1 (0.3%)	0 (0%)	0 (0%)
Separado/a	0 (0%)	2 (0.3%)	0 (0%)
Media de Edad (ds)	20.6 (3.6)	20.6 (3.5)	20.4 (1.6)
¿Tienes hijos?			
No	352 (99%)	686 (97%)	17 (94%)
Si	3 (0.8%)	22 (3.1%)	1 (5.6%)
Media de hijos (ds)	1 (0)	1 (0.3)	1(0)

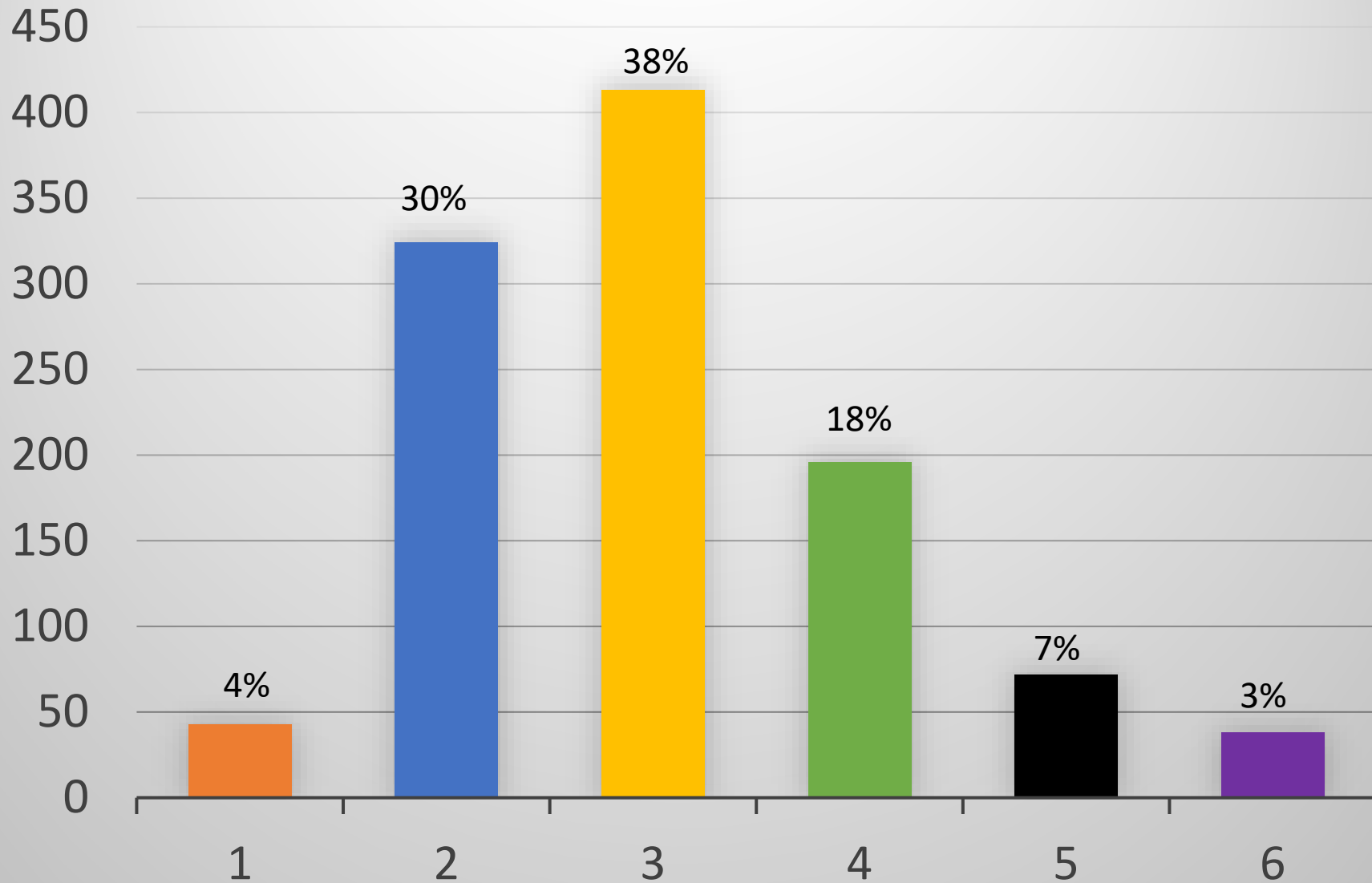
	Participantes encuestados (n = 1178)		
	Hombre	Mujer	Otros
¿Cuál es el nivel de educación más alto que has COMPLETADO?			
Primaria	7 (2.0%)	5 (0.7%)	0 (0%)
Secundaria	235 (66%)	470 (66%)	16 (94%)
Carrera universitaria o técnica	114 (32%)	233 (33%)	1 (5.9%)
¿Cuál es el nivel de educación más alto alcanzado por el/la jefe del hogar?			
Sin educación / educación inicial	3 (0.8%)	12 (1.7%)	0 (0%)
Primaria completa o incompleta	27 (7.6%)	49 (6.9%)	2 (11%)
Secundaria	90 (25%)	153 (22%)	3 (17%)
Técnico	62 (17%)	143 (20%)	4 (22%)
Universitario incompleto	23 (6.5%)	37 (5.2%)	2 (11%)
Universitario completo	86 (24%)	166 (23%)	3 (17%)
Post-grado (maestría, doctorado)	64 (18%)	148 (21%)	4 (22%)
¿Te matriculaste este año en un colegio, universidad o instituto técnico?			
No	108 (30%)	198 (28%)	6 (33%)
Si	248 (70%)	509 (72%)	12 (67%)

	Participantes encuestados (n = 1178)		
	Hombre	Mujer	Otros
Incluyéndote a ti, ¿cuántas personas viven en tu vivienda?			
1	0 (0%)	1 (0.1%)	0 (0%)
2	44 (13%)	82 (12%)	3 (19%)
3	95 (28%)	183 (27%)	5 (31%)
4	104 (31%)	231 (34%)	6 (38%)
5	56 (16%)	97 (14%)	1 (6.2%)
6 o más	41 (12%)	95 (14%)	1 (6.2%)
Antes de la cuarentena, ¿a cuál de las siguientes actividades dedicabas la mayor parte de tu tiempo			
Estudiar	221 (62%)	449 (63%)	10 (56%)
Trabajar y estudiar	58 (16%)	125 (18%)	5 (28%)
Trabajar	50 (14%)	96 (14%)	1 (5.6%)
Tareas del hogar (ama/o de casa)	6 (1.7%)	21 (3.0%)	1 (5.6%)
Otra actividad (especifica)	21 (5.9%)	17 (2.4%)	1 (5.6%)
Antes de la cuarentena, ¿tenías algún trabajo que te diera un ingreso (no tiene que ser un trabajo estable ni formal)?			
No	192 (54%)	421 (60%)	11 (61%)
Si	163 (46%)	286 (40%)	7 (39%)

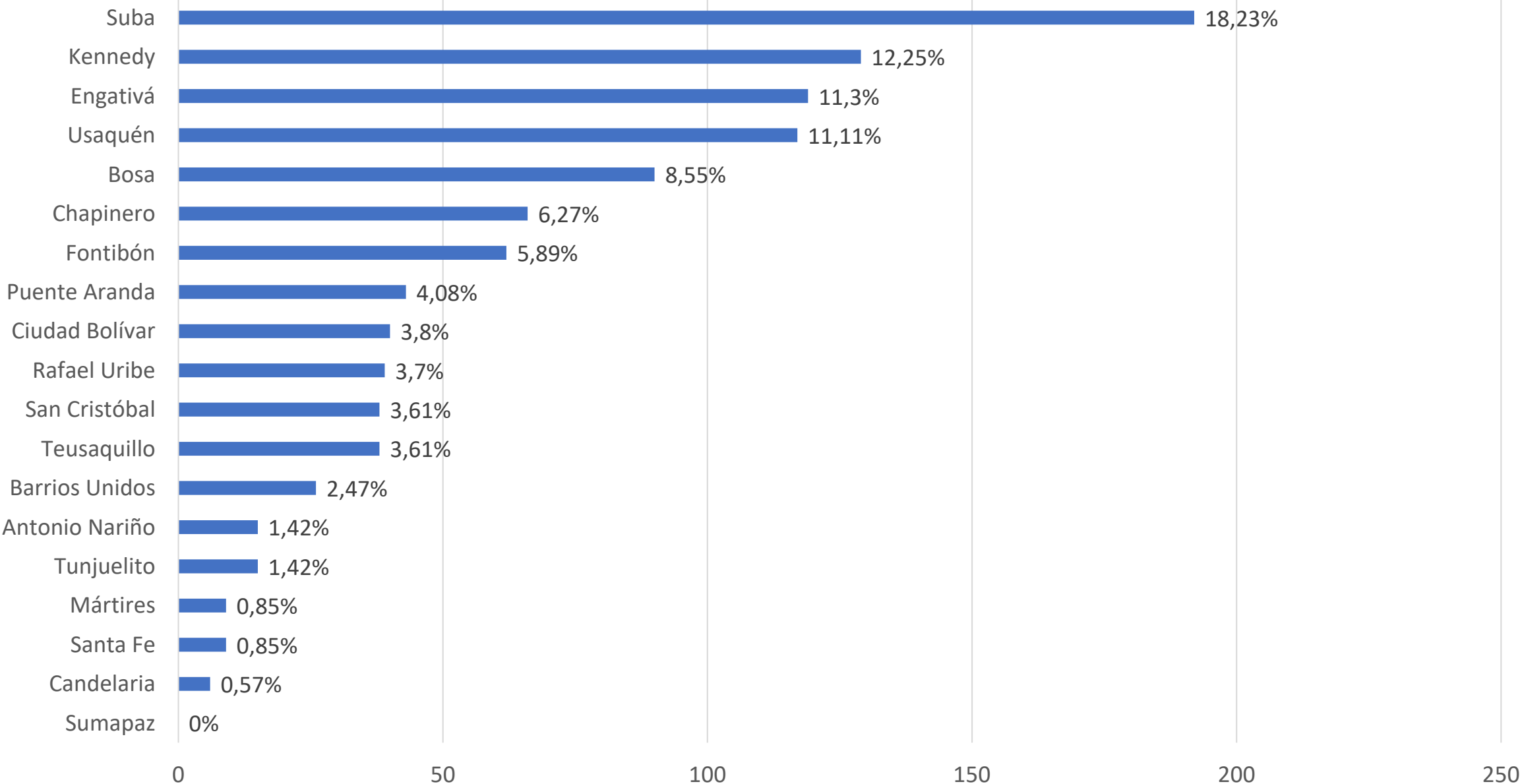
¿Qué seguro(s) de salud tienes? Puedes marcar más de una respuesta.



Estratos

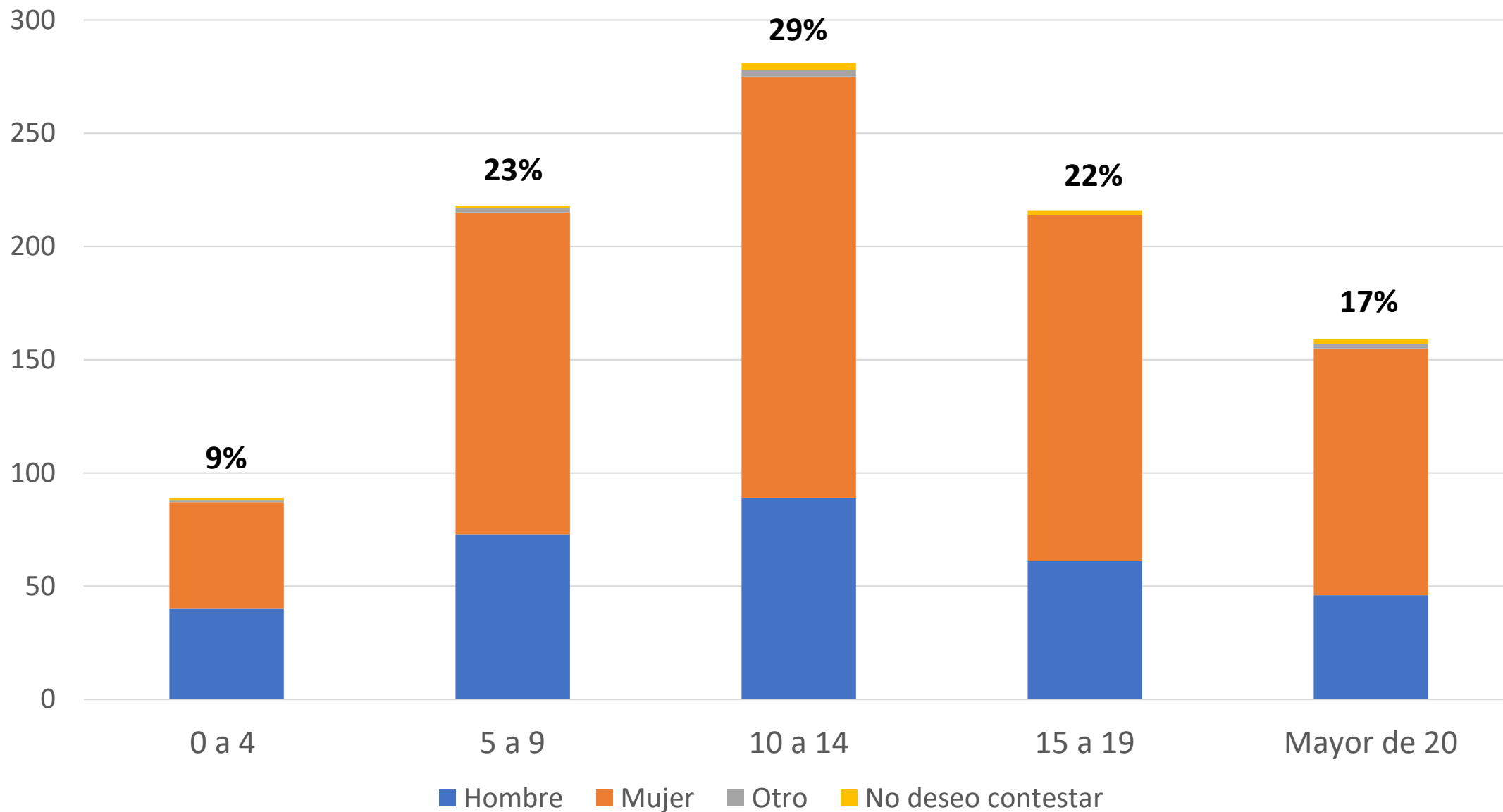


Localidad



Depresión (PHQ-8) y
Ansiedad (GAD)

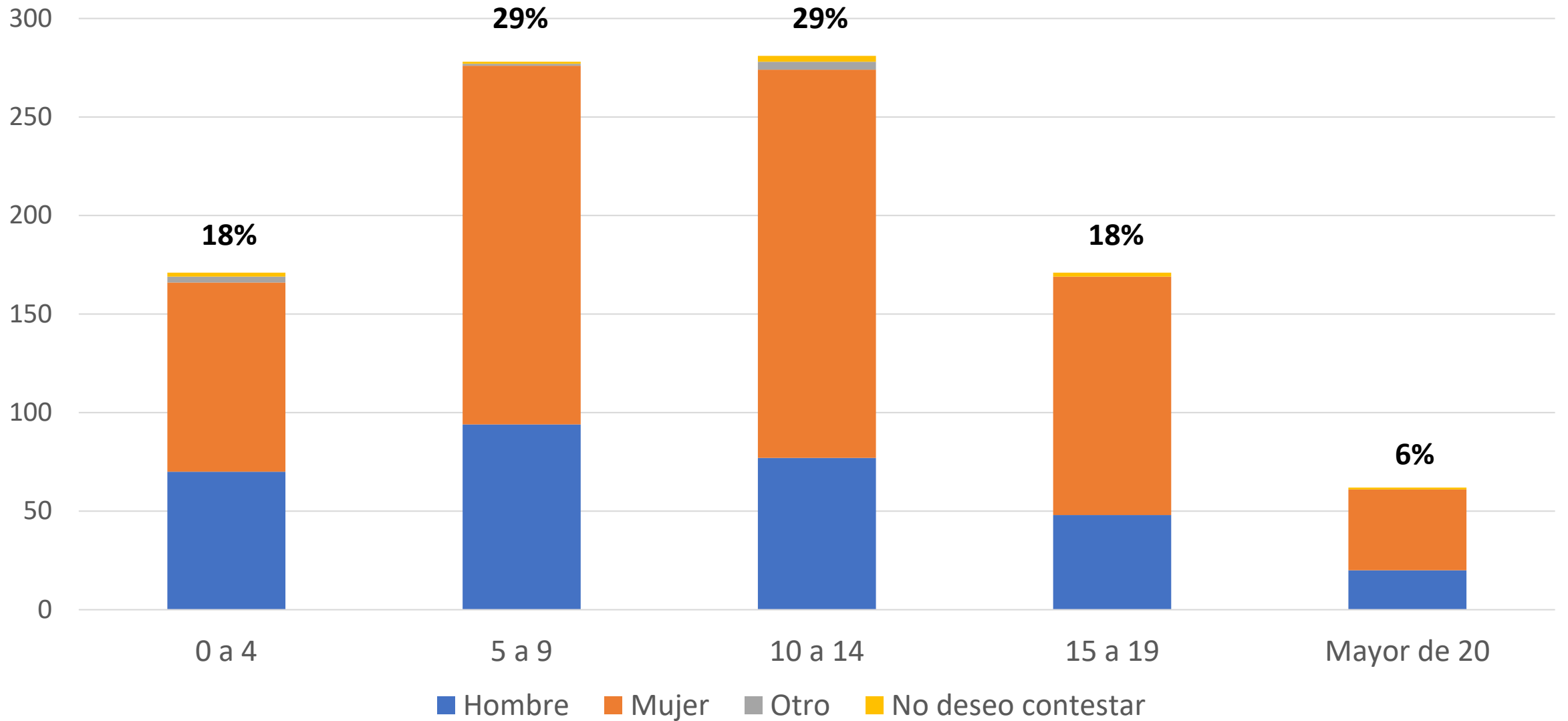
Depresión (PHQ-8)



PHQ8 mayor a 10

	n >10	n total	Prevalencia
Hombre	196	309	63,43
Mujer	448	637	70,33
Otro	5	8	62,50
No deseo contestar	7	9	77,78
TOTAL	656	963	68,12

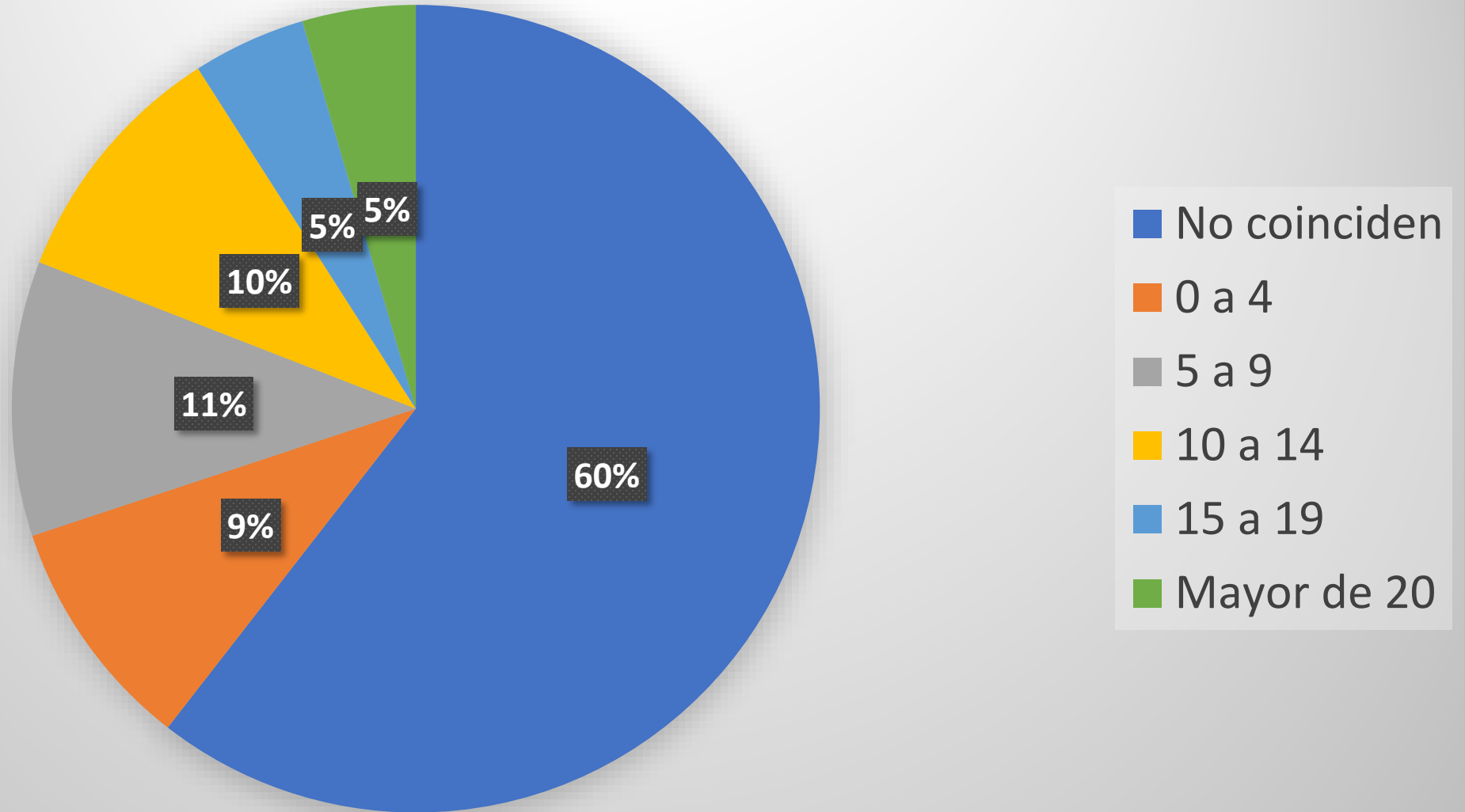
Ansiedad (GAD-7)



GAD 7 mayor a 10

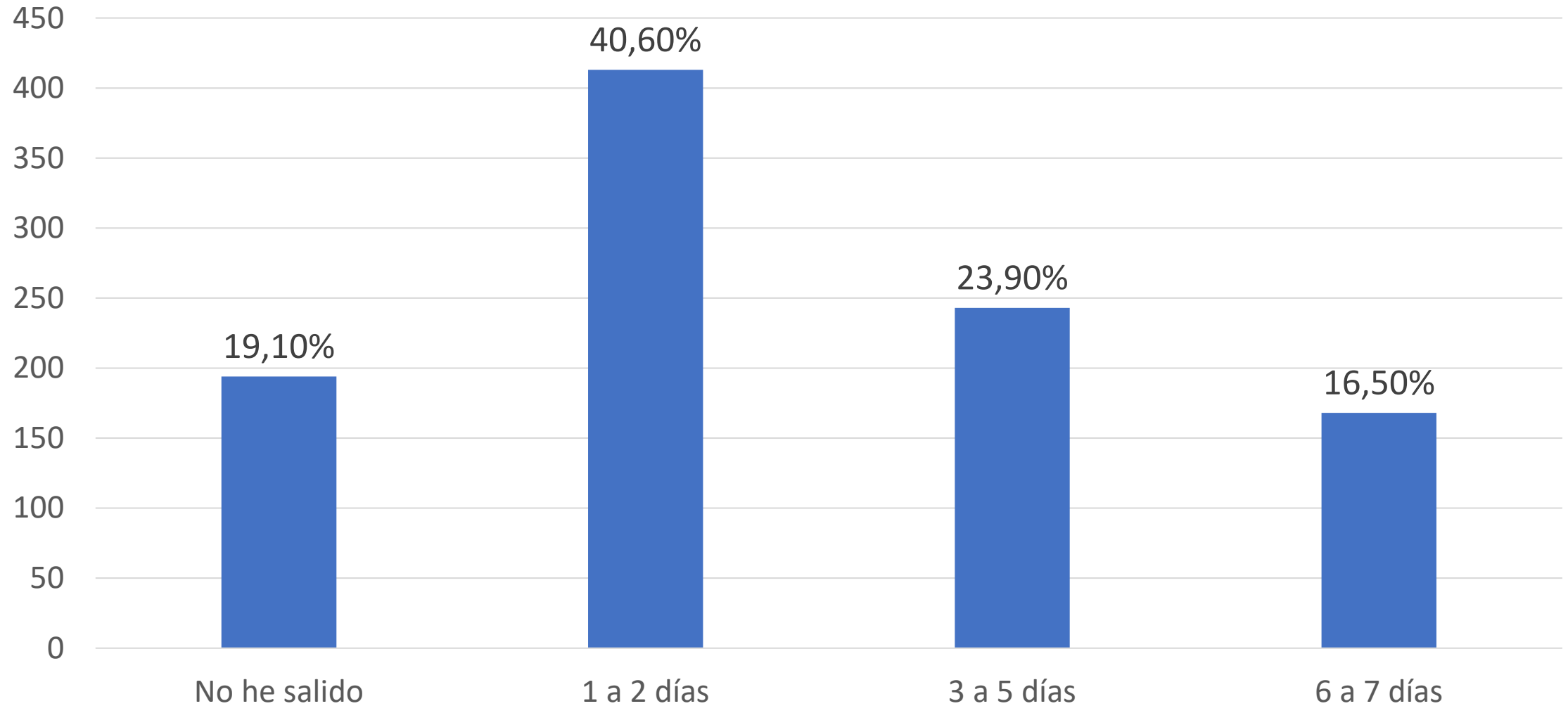
	n>10	n total	Prevalencia
Hombre	145	309	46,93
Mujer	359	637	56,36
Otro	4	8	50,00
No deseo contestar	6	9	66,67
TOTAL	514	963	53,37

Coincidencias PHQ Y GAD



Conocimientos, actitudes y
prácticas sobre el coronavirus

En los ÚLTIMOS 7 DÍAS, ¿Cuántos días has salido de tu casa (aunque sean solo unos minutos)?



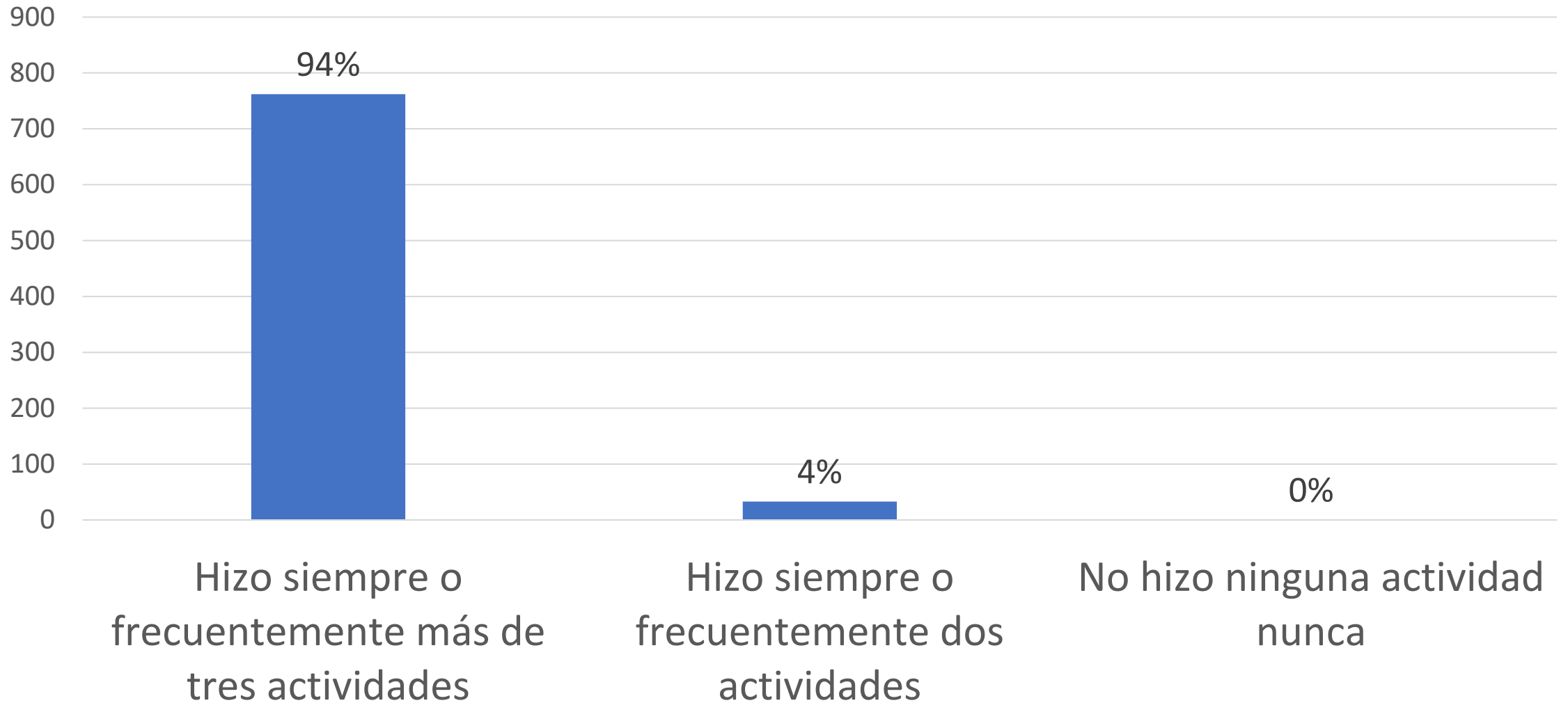
En los ÚLTIMOS 7 DÍAS, ¿cuáles han sido los motivos por los que has salido de tu casa?

	Frecuencia n (%)
Comprar o buscar alimentos o agua	602 (51.1%)
Visitar a un familiar o amigo	235 (20 %)
Pasear a tu mascota	200 (17 %)
Ir al banco o al cajero	183 (15.5%)
Distraerte o relajarte	180 (15.3%)
Comprar medicamentos	163 (13.8%)
Trabajar	121 (10.3%)
Hacer deporte	114 (9.7%)
Recibir o buscar atención médica	81 (6.9%)
Cuidar o llevar comida a un familiar	79 (6.7%)
Otra razón para salir (especifica)	60 (5.1%)

En los ÚLTIMOS 7 DÍAS, ¿con qué frecuencia has realizado las siguientes acciones para protegerte del coronavirus?

	Siempre		Frecuentemente		A veces		Nunca o casi nunca	
Usar mascarilla al salir de tu casa	778	(94.7%)	31	(3.8%)	7	(0.8%)	6	(0.7%)
Mantener distancia de 2 metros de otras personas al salir de tu casa	531	(64.6%)	241	(29.3%)	46	(5.6%)	4	(0.5%)
Usar guantes al salir de tu casa	80	(9.8%)	84	(10.2%)	152	(18.5%)	504	(61.5%)
Mantener distancia con los demás fuera de casa	556	(67.9%)	200	(24.4%)	53	(6.5%)	10	(1.2%)
Quitarte los zapatos al llegar a casa	501	(61.1%)	105	(12.8%)	206	(20.3%)	109	(13.3%)
Quitarte la ropa al llegar a casa	295	(35.9%)	162	(19.7%)	105	(12.8%)	156	(19.0%)
Bañarte al llegar a casa	162	(19.7%)	138	(16.8%)	234	(28.5%)	288	(35.0%)

En los ÚLTIMOS 7 DÍAS, ¿con qué frecuencia has realizado las siguientes acciones para protegerte del coronavirus?



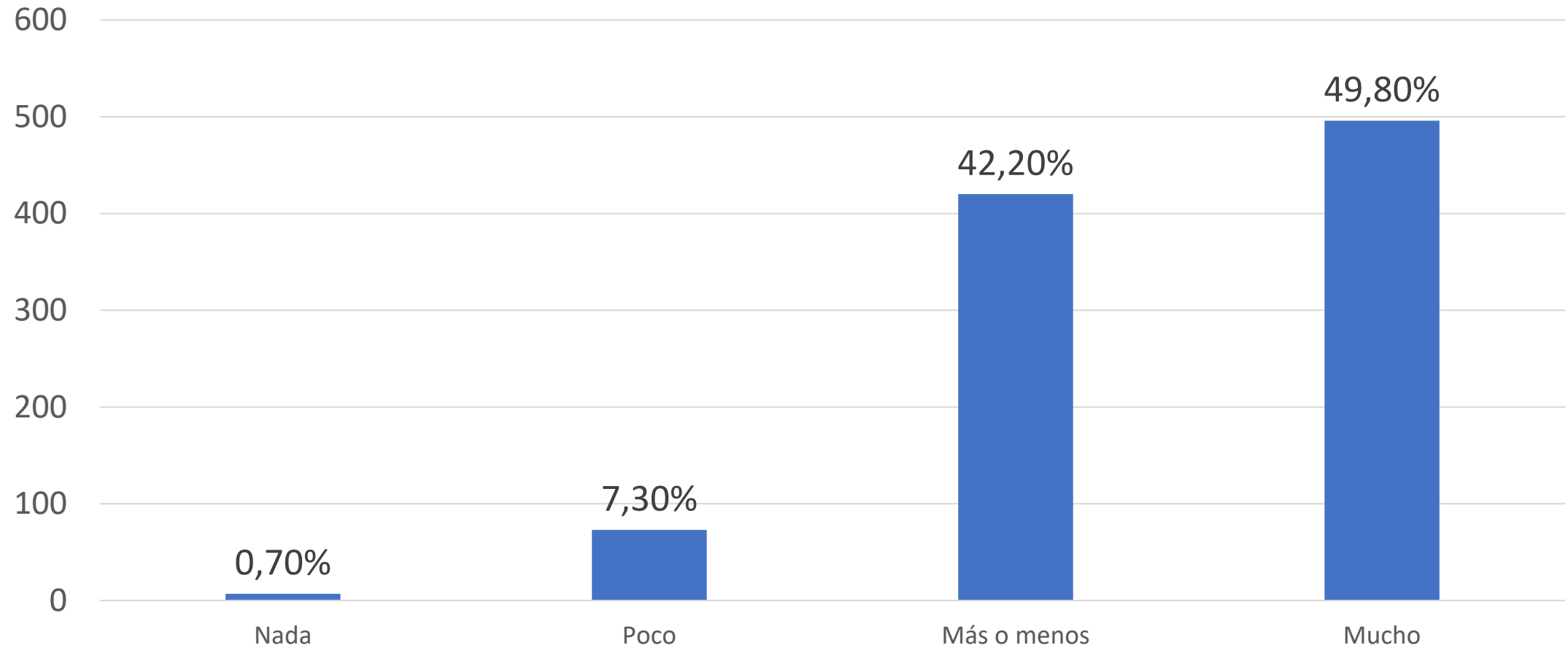
Las siguientes afirmaciones dan cuenta de tu opinión personal sobre la crisis del Coronavirus. Por favor, responde qué tan de acuerdo o en desacuerdo te encuentras con las siguientes afirmaciones.

	De acuerdo		Ni de acuerdo ni en desacuerdo		En desacuerdo	
La cuarentena que ha impuesto el gobierno para evitar el contagio del coronavirus es apropiada	576	(56.8%)	227	(22.4%)	212	(20.9%)
He respetado las medidas dictadas por el gobierno	895	(88.2%)	82	(8.1%)	38	(3.7%)
La cuarentena tendrá un impacto negativo en mi futuro académico o laboral	643	(63.5%)	230	(22.7%)	140	(13.8%)
El coronavirus no nos afecta a nosotros los jóvenes	103	(10.1%)	54	(5.3%)	860	(84.6%)
La cuarentena tendrá más consecuencias negativas que positivas	424	(41.8%)	390	(38.4%)	201	(19.8%)

	De acuerdo		Ni de acuerdo ni en desacuerdo		En desacuerdo	
En seis meses todo volverá a ser como antes	69	(6.8%)	208	(20.5%)	739	(72.7%)
Nuestro sistema de salud está en capacidad de atender los casos de coronavirus	63	(6.2%)	125	(12.3%)	829	(81.5%)
Las personas de mi ciudad están respetando las medidas dictadas por el gobierno	37	(3.6%)	102	(10.1%)	876	(86.3%)
Después de la cuarentena deberían mantenerse algunas medidas restrictivas por un buen tiempo	861	(84.9%)	90	(8.9%)	63	(6.2%)
Considero que esta pandemia dejará enseñanzas positivas a la sociedad	658	(64.8%)	229	(22.6%)	128	(12.6%)
La cuarentena ha sido estresante para mí	737	(72.5%)	156	(15.3%)	123	(12.1%)

Cambios en vida personal y
familiar a partir de la pandemia
por Coronavirus

¿Cuánto sientes que la epidemia del coronavirus ha afectado tu vida?



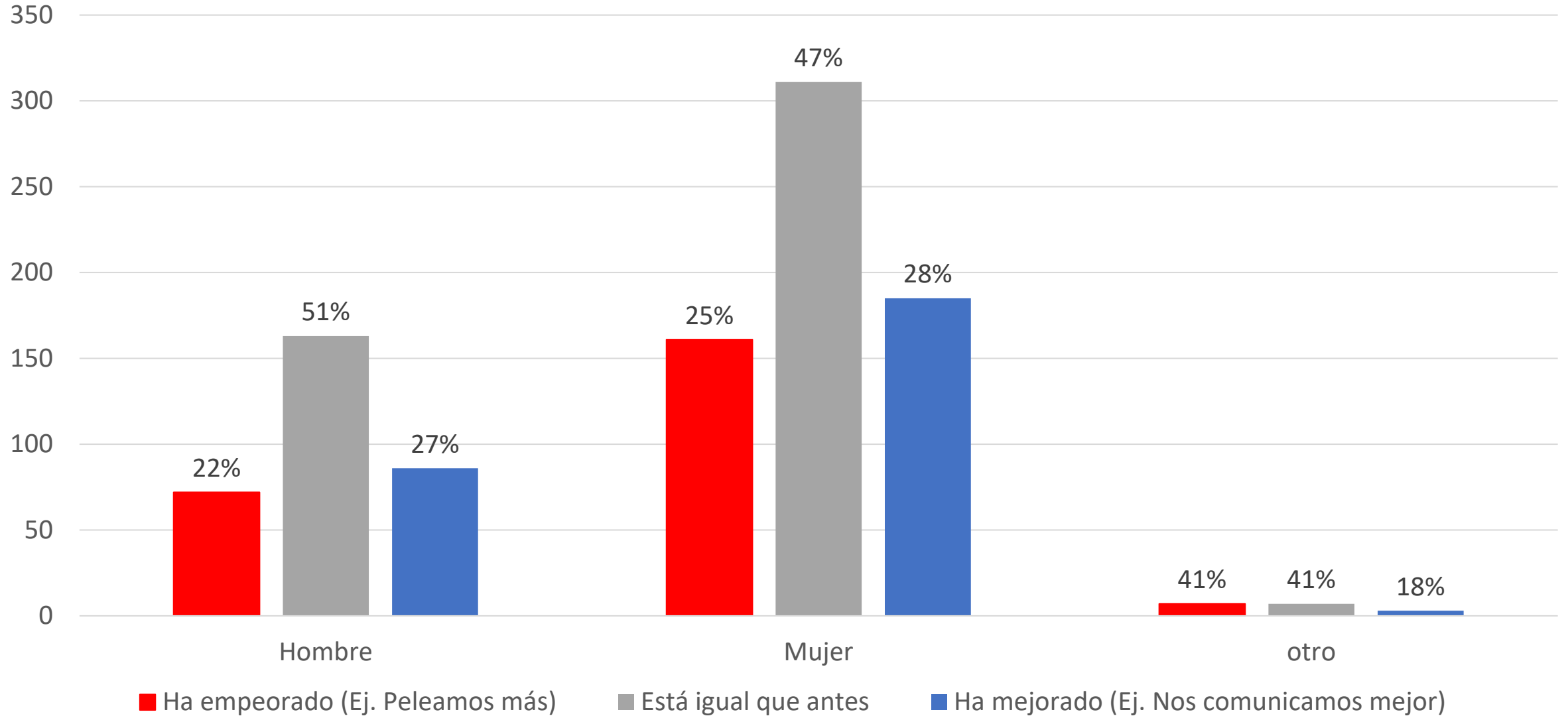
¿Qué dificultades has vivido como consecuencia de la pandemia del coronavirus?

Dificultades	Frecuencia
He tenido dificultades para estudiar virtualmente.	593 (50,3%)
No he podido practicar/entrenar mi deporte o práctica artística usual	470 (39,9%)
Mi relación de pareja se ha visto afectada negativamente por la cuarentena	319 (27,1%)
He perdido mi trabajo o dejado de trabajar	251 (21.3 %)
No he podido recibir el tratamiento que necesitaba para un problema de salud mental	187 (15.9 %)
No he podido recibir el tratamiento que necesitaba para una enfermedad física.	177 (15 %)
He tenido que retirarme de los estudios por este año.	141 (13,6%)
Creo que he estado expuesto a alguien que tenía coronavirus	90 (7.6 %)
He tenido que mudarme	68 (5.8 %)
He sido contagiado con coronavirus	4 (0.3 %)
Ninguna de las anteriores	471 (40.0%)

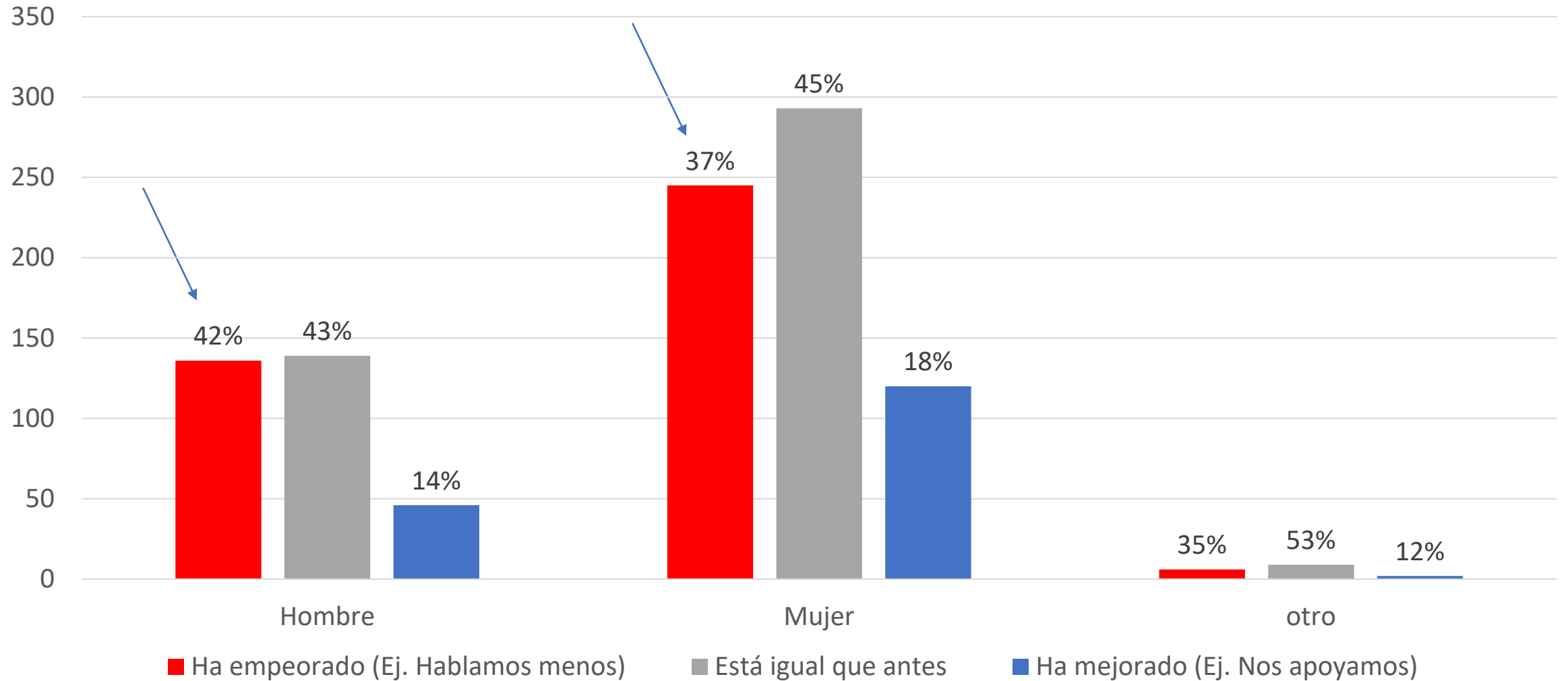
¿Qué dificultades ha vivido tu familia como consecuencia de la pandemia del coronavirus?

Dificultades	Frecuencia
Una o más personas de mi hogar han perdido su trabajo o dejado de trabajar (sin contarte a ti)	403 (34.2 %)
A veces no hemos tenido suficiente dinero para comprar nuestros alimentos	247 (21.0 %)
Un familiar cercano ha tenido o tiene coronavirus	57 (4.8%)
Un familiar cercano ha sido hospitalizado/a por coronavirus	21 (1.8%)
He perdido a un familiar cercano por coronavirus	12 (1.0%)

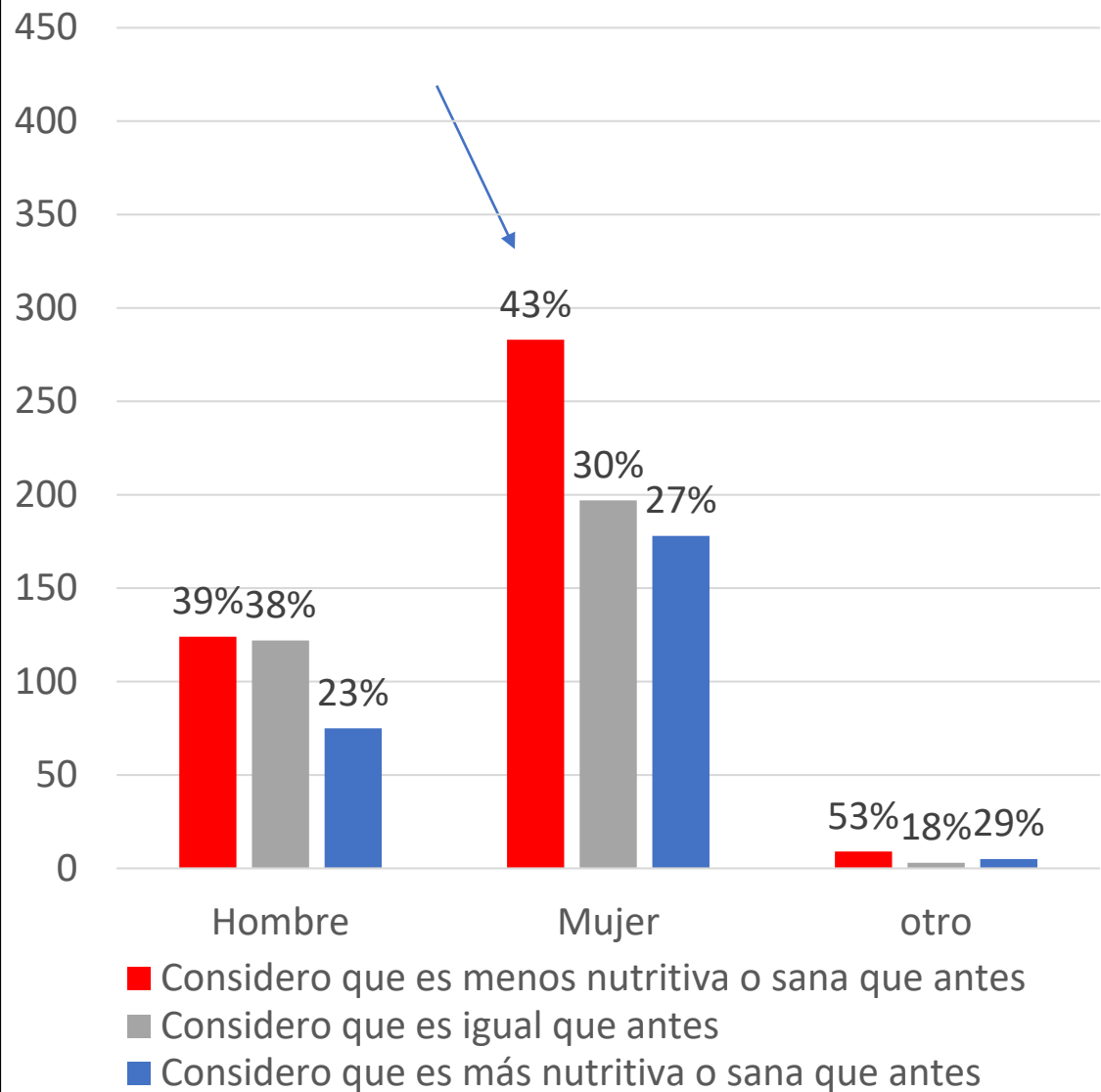
Durante la cuarentena, ¿cómo ha cambiado la relación con tu familia?



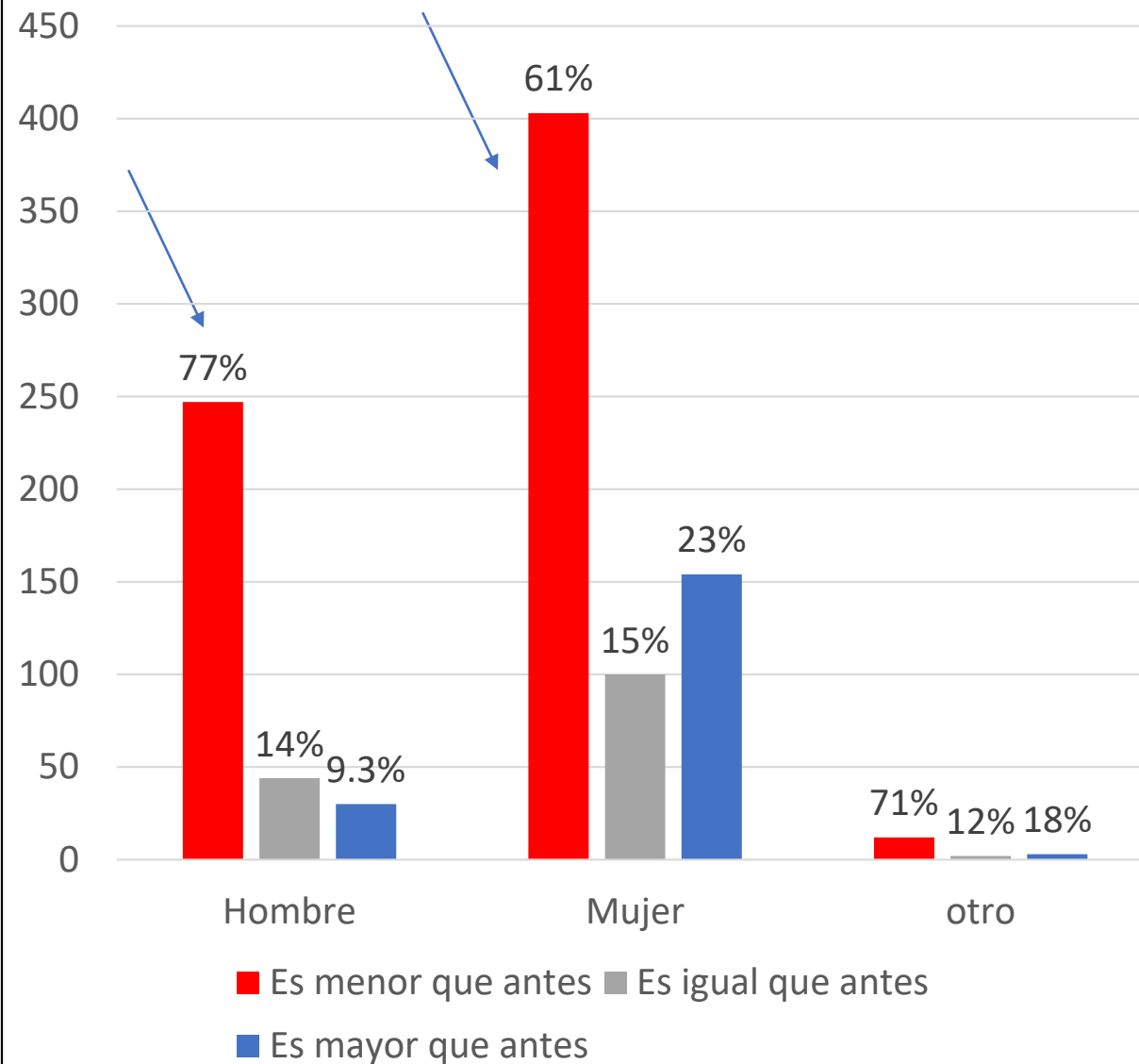
Durante la cuarentena, ¿cómo ha cambiado la relación con tus amigos/as?



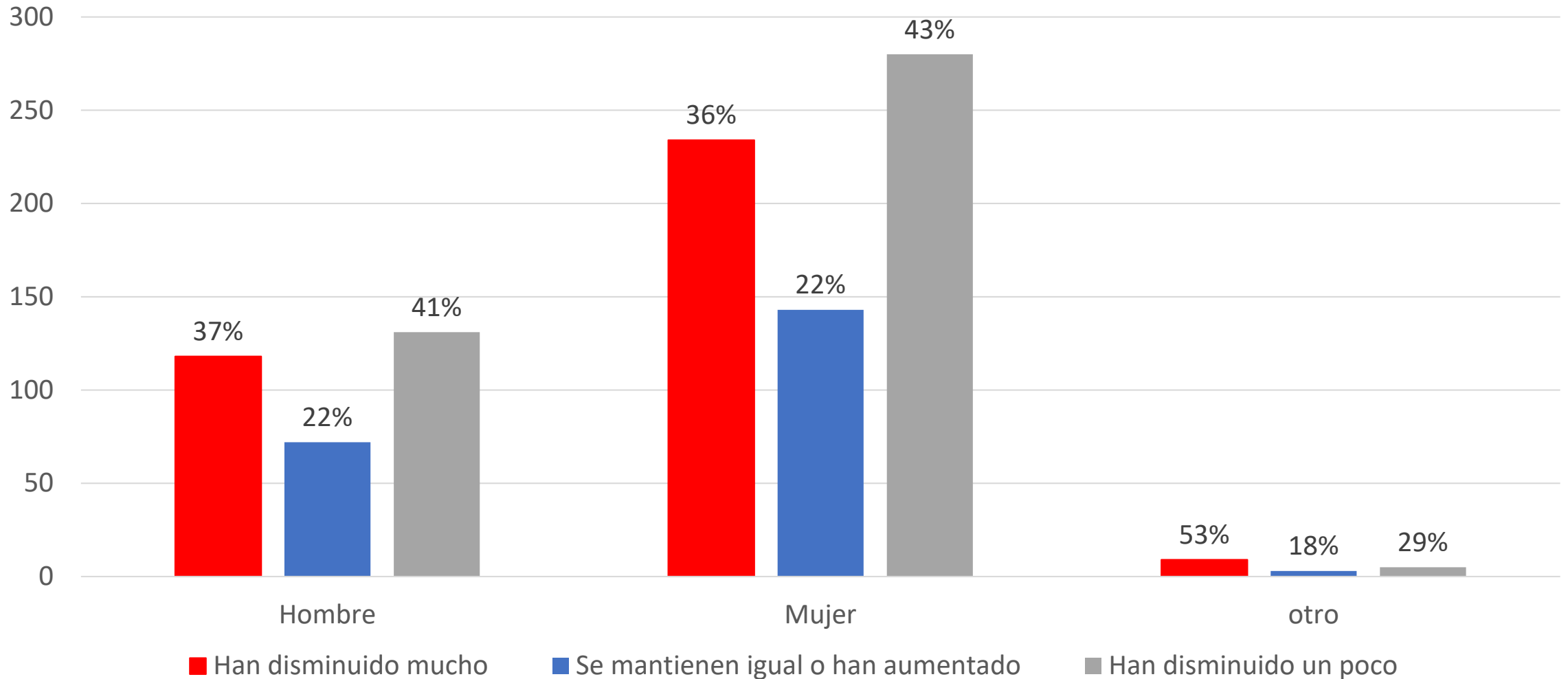
¿Durante la cuarentena, cómo ha cambiado tu alimentación?



¿Durante la cuarentena, cómo ha cambiado la cantidad de actividad física o ejercicio que hago?

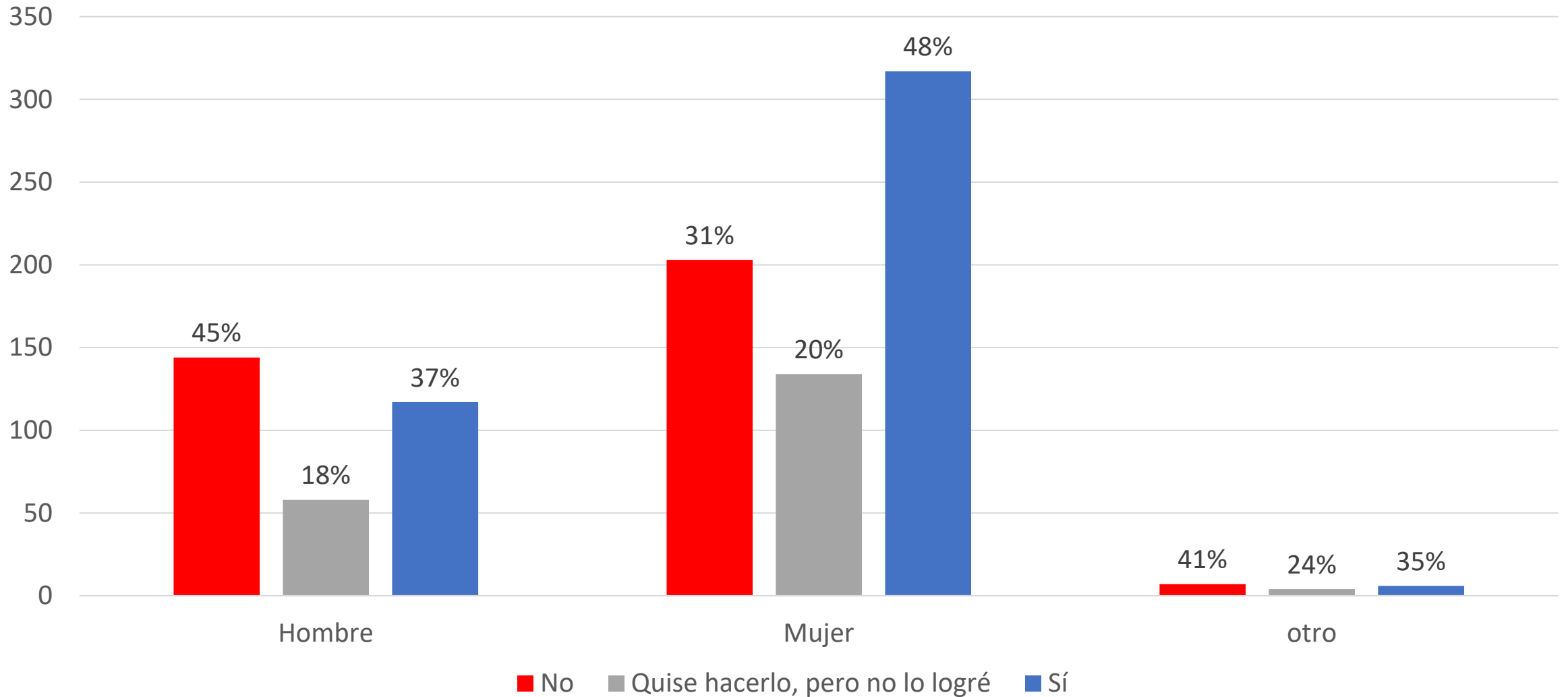


¿Durante la cuarentena cómo han cambiado los ingresos económicos en tu hogar?

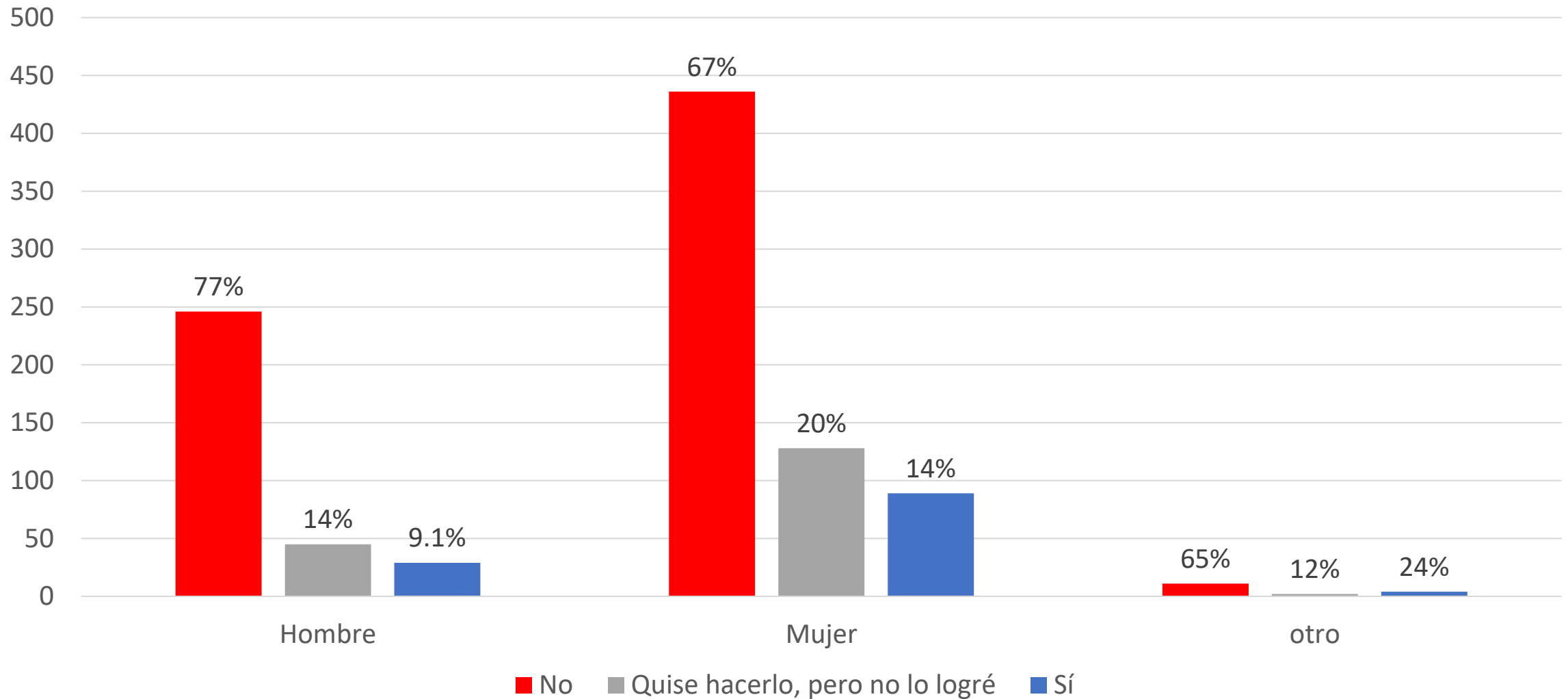


Recursos y estrategias en salud mental

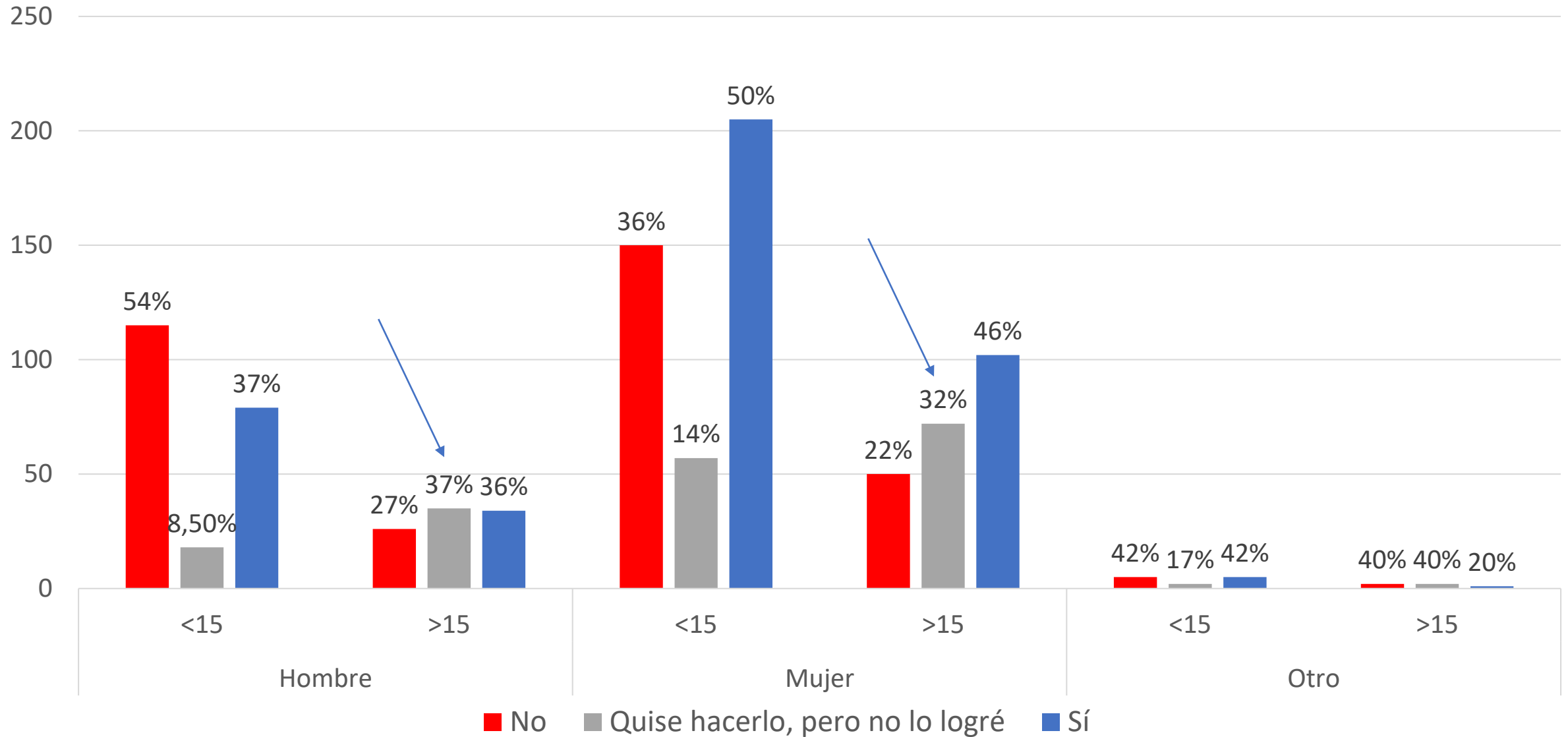
Durante la cuarentena, ¿Has pedido ayuda o apoyo emocional a alguno de tus amigos y/o familiares?



Durante la cuarentena, ¿Has pedido ayuda a algún servicio de salud mental o acompañamiento psicológico virtual?



Búsqueda de ayuda o apoyo emocional en familiares y amigos dependiendo de puntaje de PHQ, punto de corte: 15



Búsqueda de ayuda o apoyo emocional en familiares y amigos dependiendo de puntaje de PHQ, punto de corte: 15

	Hombre		Mujer		Otro	
	<15	>15	<15	>15	<15	>15
No	115 (54%)	26 (27%)	150 (36%)	50 (22%)	5 (42%)	2 (40%)
Quise hacerlo, pero no lo logré	18 (8.5%)	35 (37%)	57 (14%)	72 (32%)	2 (17%)	2 (40%)
Sí	79 (37%)	34 (36%)	205 (50%)	102 (46%)	5 (42%)	1 (20%)

Recomendaciones

- Fortalecer los programas de acompañamiento psicológico virtual.
- Fortalecer modalidades de apoyo, interacción de pares
- Diseñar estrategias de información sobre salud mental durante el aislamiento dirigido a población joven.
- Abrir espacios de retroalimentación respecto a la virtualidad con las Instituciones de Educación Superior.
- Indagar las razones que dificultaron el acceso a servicios en salud mental

Recomendaciones

- Optimizar las rutas de atención para consultas especializadas en los casos más severos.
- Programas innovadores para actividad física y social de los jóvenes (Trabajo intersectorial).
- Vigilancia epidemiológica activa en Salud mental empleando medios virtuales.
- Reforzar tamización en Atención Primaria en Salud.
- Fortalecimiento y escalonamiento de telesalud mental y telepsiquiatría
- Programas más amplios de capacitación en primeros auxilios psicológicos

Limitaciones

- Sesgo de selección