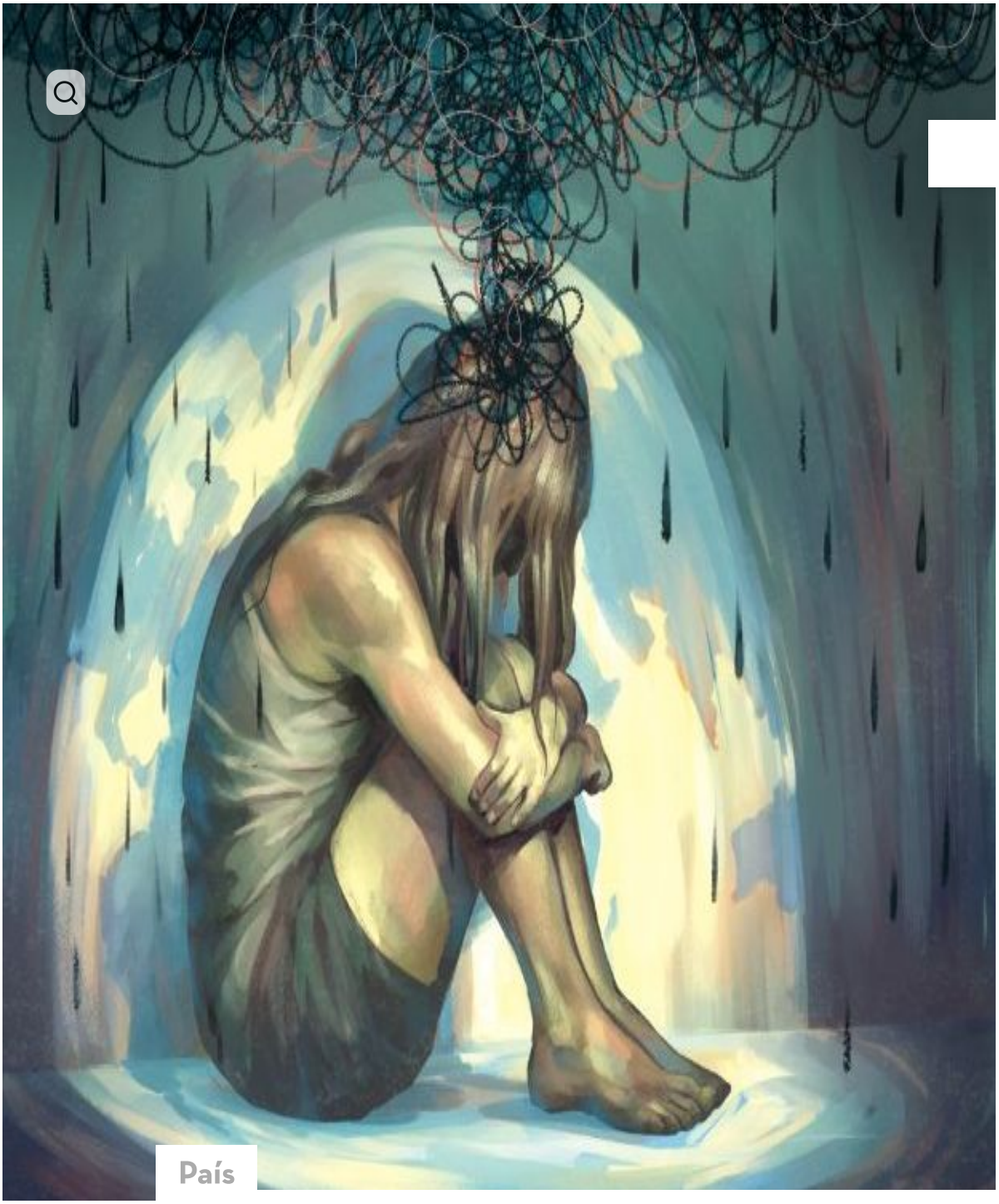


País

Estudio internacional publicado por The Lancet:

La otra epidemia: Costa Rica supera crecimiento mundial de casos por depresión y ansiedad

Por Monserrat Cordero Parra | monsecorderoparra05@hotmail.com
27 octubre, 2021

COMPARTE

De acuerdo con la revista The Lancet, el país presentó un aumento del 35,2% en el reporte de trastornos depresivos

y un 35,6% para los trastornos de ansiedad en el año 2020. Esto lo ubica 7.6 puntos porcentuales por encima del promedio global en trastornos depresivos, así como 10 puntos porcentuales arriba del promedio planetario en trastornos de ansiedad para el año anterior.

El COVID-19 ha afectado a la población costarricense de distintas maneras, y la salud mental no es una excepción. Según datos de la revista científica *The Lancet*, Costa Rica superó el promedio mundial en aumento de trastornos depresivos y de ansiedad debido al impacto de la pandemia.

El estudio *Prevalencia y carga mundial de trastornos depresivos y de ansiedad en 204 países y territorios en 2020 debido a la pandemia COVID-19*, publicado el pasado 8 de octubre, toma en consideración la tasa de contagio diaria y la disminución de la movilidad, que en Costa Rica incrementó en un 35,2% el reporte de trastornos depresivos y en un 35.6% los trastornos de ansiedad el año anterior.

Según la revista científica The Lancet, las personas más afectadas tanto por los trastornos depresivos como por los trastornos de ansiedad a nivel mundial fueron las mujeres y los grupos juveniles. (Foto: Katya Alvarado)

Esto significa que la prevalencia en el reporte de trastornos depresivos pasó de 2691,5 casos por cada 100.000 habitantes antes de la pandemia a 3638.3 casos por cada 100.000

habitantes para 2020, mientras que, para los trastornos de ansiedad, pasó de 4379,9 casos a 5934,3.

Estas estadísticas nacionales son aún más graves que las mundiales, las cuales muestran un crecimiento del 27,6% en el reporte de trastornos depresivos y en un 25,6% en cuanto a trastornos de ansiedad durante la pandemia causada por la COVID-19.

Es decir, la prevalencia global en el reporte de trastornos depresivos pasó de 2470.5 casos por cada 100.000 habitantes antes de la pandemia (193 millones de personas) a 3152.9 casos por cada 100.000 habitantes para 2020, lo que equivale a 246 millones de personas.

Para el caso de los trastornos de ansiedad se pasó de 3824,9 casos por cada 100.000 habitantes (298 millones de personas) a 4802,4 casos por cada 100.000 habitantes para el año anterior, equivalente a 374 millones de personas.

La prevalencia se obtiene al dividir el número de individuos con una condición entre el total de individuos que conforman la población, y multiplicarlo por 100.

“Incluso antes de la pandemia de COVID-19, los trastornos depresivos y de ansiedad figuraban como las principales causas de carga a nivel mundial, a pesar de la existencia de estrategias de intervención que pueden reducir sus efectos”, se lee en el estudio, que también destaca que no tomar medidas para abordar la carga del trastorno depresivo y los trastornos de ansiedad no debería ser una opción.

Mujeres sufrieron mayor impacto

El estudio de *The Lancet*, dirigido por la Universidad de Queensland de Australia, publicado por la revista científica obtuvo como resultado que las personas más afectadas tanto por los trastornos depresivos como por los trastornos de ansiedad a nivel mundial fueron las mujeres y los grupos juveniles.

El estudio indicó que las mujeres tienen más probabilidades de verse afectadas por las consecuencias sociales y económicas de

la pandemia, pues las responsabilidades adicionales del cuidador y del hogar debido al cierre de escuelas o la enfermedad de los miembros de la familia tienen más probabilidades de recaer sobre las mujeres, entre otros.

En el caso de las personas jóvenes, el estudio señala que con el cierre de escuelas y las restricciones sociales más amplias, los jóvenes no han podido reunirse en espacios físicos, lo que afecta su capacidad para aprender y para interactuar con sus compañeros. Agrega también que estos tienen más probabilidades de quedar desempleados durante y después de las crisis económicas que las personas mayores.

The Lancet reveló en su estudio que el sistema de salud mental en la mayoría de los países analizados carecía de recursos y estaba desorganizado, a pesar de la evidencia de que existen herramientas efectivas de prevención e intervención, por lo que "considera difícil satisfacer la demanda adicional de servicios de salud mental debido a COVID-19".

"Las estrategias para reducir la propagación del SARS-CoV-2, como el distanciamiento físico y la restricción de viajes, han dificultado la adquisición de medicamentos, la asistencia a centros de tratamiento y la atención en persona. En algunos entornos, los servicios para pacientes ambulatorios y hospitalizados se han interrumpido o se han redirigido los recursos para tratar a las personas con COVID-19. En otros entornos, es menos probable que las personas busquen atención para sus problemas de salud mental que antes de la pandemia debido a la preocupación de infectarse con el SARS-CoV-2 en el proceso", se lee en el documento.

El estudio señala que los jóvenes tienen más probabilidades de quedar desempleados durante y después de las crisis económicas que las personas mayores. (Foto: Katya Alvarado)

Costa Rica: mujeres de zonas costeras más afectadas

Este resultado no es distinto al que presenta un estudio realizado entre setiembre y diciembre de 2020 a lo largo de las 7 provincias del país por el Instituto de Investigaciones Psicológicas de la Universidad de Costa Rica (IIP-UCR) en coordinación con el Centro de Investigación en Biología Celular y Molecular (CIBCM), colaboración de personas investigadoras del Centro de Investigación y Estudios Políticos, la Escuela de Psicología y la Escuela de Sociología.

“Las mujeres jóvenes (entre 18 y 25 años), provenientes de zonas costeras, con ingresos socioeconómicos limitados y bajo nivel educativo han sido las más afectadas en su salud mental durante la pandemia”, externó la investigadora principal del estudio, Ana María Jurado.

El sondeo, en el cual participaron 2.163 personas, reveló que un 70.3% de la muestra reportó tristeza, ansiedad o enojo, el 65,7% cansancio y fatiga, el 65,6% dolor, el 62,4% trastornos del sueño y el 62,2% miedo a enfermar por COVID-19.

Además, un 58% de las personas reportaron problemas de concentración, 55,6% miedo al futuro, 51,6% mucha inquietud y 45,9% se sentían solas.

«Todos estos problemas psicológicos que la gente reporta son esperables ante una situación como esta. Cuesta mucho que las personas no estén afectadas en mayor o menor medida por esta situación, pero si estas condiciones llegan a cronificarse, o sea un año después tienen las mismas manifestaciones, ya no se van a quitar tan fácilmente», externó Jurado, quien agregó que la gran mayoría de personas se recupera de situaciones extremas, pero 15% queda con problemas crónicos a nivel de salud mental.

Esto significaría que el 15% de 5.000.000 de habitantes en Costa Rica; es decir, cerca de 750 mil personas, podrían quedar

con una afectación crónica en su salud mental. Esta cifra engrosaría la ya de por sí gran lista de personas que antes de la pandemia tenían un problema crónico de salud mental.

“Según estimaciones de diferentes organismos, alrededor de un 5% de la población de Costa Rica está afectada por un problema emocional, trastorno de depresión o ansiedad, antes de la pandemia”, mencionó.

En esa misma línea, Jurado expresó su preocupación, pues asegura que en el país no existe un sistema de salud que haga prevención de la enfermedad ni que tenga una política pública asociada a la prevención de la salud de forma integral: físico, mental y social.

“Los problemas sanitarios son problemas sociales, no solo físicos. Cualquier cambio a nivel social impacta tu salud. Uno de los factores que más incide en la salud para mal son la desigualdad y la pobreza, son los que mejor predicen cuál va a ser la salud de una persona cuando crezca”, externó.

A este problema se suma el hecho de que el país carece actualmente de una persona que dirija la Secretaría Técnica de Salud Mental del Ministerio de Salud, pues quien ocupaba el puesto, el médico psiquiatra Francisco Golcher, se pensionó a finales de diciembre del 2020, según confirmó.

Eso significa que en lo que va del año la unidad ha operado sin secretario técnico; además, según indicó el mismo Golcher, se cambió el perfil de este puesto de médico psiquiatra a médico general.

Sobre el cumplimiento de Política Nacional de Salud Mental (2012-2021), Golcher agregó que “se avanzó en algunas cosas pero en otras no se pudo”, especialmente por el impacto de la pandemia.

Aumento en la demanda

Estadísticas de la Oficina de Bienestar y Salud (OBS) de la UCR y del Hospital Nacional Psiquiátrico dan fe también del aumento en el país en las solicitudes de intervenciones psicológicas y psiquiátricas durante la pandemia.

Según datos de la OBS de la UCR, en el primer semestre del 2021 se brindaron 2.257 atenciones psicológicas, la mayoría de forma virtual, tanto a estudiantes como funcionarios de esta casa de enseñanza, esto muestra un aumento respecto al mismo período del 2020 cuando se dieron 2.000.

“Nosotros estamos atendiendo mayoritariamente trastornos de ansiedad, trastornos de depresión y trastornos mixtos de ansiedad y depresión”, externó el director de la OBS de la UCR, Jaime Caravaca.

“La situación de enfermedades mentales y malestar emocional que sufren las personas estudiantes, docentes y administrativas, responden en mayoría de casos a situaciones determinantes a nivel social”, agregó.

Incluso en los primeros dos meses de este semestre (julio y agosto) el servicio presentó una sobredemanda que llevó a la institución a habilitar un espacio de consulta clínica presencial por los casos de emergencia psicológica que se están presentando dentro de la sede Rodrigo Facio.

La demanda ha sido tanta que actualmente existe una lista de espera para la atención psicológica. Caravaca indicó que intentan reducirla a cero; sin embargo, ha sido complicado debido a la gran cantidad de solicitudes.

Situación similar ocurre en el Hospital Nacional Psiquiátrico, en el cual ha aumentado el número de consultas en emergencias brindadas durante la pandemia, especialmente a mujeres, confirmó la directora del centro médico, Patricia Orozco.

Según datos proporcionados por el centro médico, las atenciones en el servicio de urgencias pasaron de 8.905 (4.194 hombres, 4.708 mujeres y 3 intersexo) en el primer semestre del 2020 a 9.746 (4459 hombres, 5285 mujeres y 1 intersexo) para el mismo período del 2021.

Los diagnósticos más atendidos durante el primer semestre del 2020 fueron observación por sospecha de trastorno mental y del comportamiento (842), historia personal de lesión autoinfligida intencionalmente (805), problemas relacionados

con la acentuación de rasgos de la personalidad (766) y trastorno mixto de ansiedad y depresión (459).

Para el mismo período 2021, los trastornos atendidos que predominaron fueron trastorno de adaptación (1.005), problemas relacionados con la acentuación de rasgos de la personalidad (843), historia personal de lesión autoinflingida intencionalmente (695), observación por sospecha de trastorno mental y del comportamiento (688) y trastorno mixto de ansiedad y depresión (544).

Consultada sobre la atención a la salud mental durante la pandemia, la coordinadora nacional de Psicología, de la Caja Costarricense de Seguro Social (CCSS), Marta Vindas, indicó que desde que inició la emergencia sanitaria se ha dado una reorganización de los servicios, de tal forma que se ha dado prioridad a la atención de funcionarios y personas que llegan en crisis o emocionalmente inestables a los servicios de salud.

“Desde que inició la pandemia viene un aumento principalmente en trastornos de ansiedad, incrementándose mucho trastornos de pánico, temores, miedo, alteraciones sueño, alteraciones de alimentación y enfermedades psicosomáticas que tienen un trasfondo emocional”, finalizó Vindas.

Testimonio:

“Fue el peor agosto de mi vida“

El mes de agosto del 2021 se convirtió en toda una pesadilla para “Luisa”, quien prefirió no ser identificada para este reportaje. En ese mes, esta vecina de Desamparados perdió a su pareja por COVID-19, su prometido, con quien tenía planes de casarse.

A él lo recuerda, entre lágrimas, como un hombre bueno, con quien tenía una bonita relación.

Esta situación le ha provocado mucha tristeza, señala, pues guarda muy lindos recuerdos de él. Hay días en que siente mucho enojo, rabia o incluso está contenta.

"Me enoja que se haya ido tan rápido. Duramos juntos cinco años y medio. Él me decía ¿por qué no la conocí antes? Nos íbamos a casar. Me dejó comprometida y se fue. El propósito era empezar a comprar cosas para irnos a vivir juntos el otro año. Se fue cuando no tenía que irse", expresó Luisa, quien actualmente recibe terapia psicológica.

Y es que aunado a esta pérdida física, en el mismo mes, su hijo, su madre y hermano también resultaron contagiados por COVID-19, este último terminó incluso internado. Todo esto hizo que "Luisa" ni siquiera tuviera tiempo de llorar la muerte de su pareja.

"Fue difícil, ver a mami llorando porque el hijo estaba enfermo. Yo con mi hijo enfermo encerrado en el cuarto y con la pérdida de mi pareja. No tuve chance de llorar, estuve ocupada. Fue el peor agosto de mi vida", indicó.

Actualmente, esta mujer se encuentra desempleada, esta situación también le causa estrés y ansiedad, pues los recibos se siguen acumulando y debe buscar el sustento para su hijo; quien es su principal impulso para seguir adelante.

"Estos meses han ido ahí, echando pa' lante, pidiéndole a Dios que me ayude. Tengo que seguir adelante, tengo un hijo", finalizó.

Entrevista Benicio Gutiérrez

Investigador y Catedrático UNED

Impacto sobre la salud mental podría persistir hasta tres años después de la pandemia, de no atenderse

-Para el investigador y catedrático de la UNED, Benicio Gutiérrez, el primer nivel de atención en salud de la CCSS debe ser fortalecido con la incorporación de servicios de psicología clínica y de la salud.

Monserrat Cordero Parra

monsecorderoparra.mcp@gmail.com

El impacto del COVID-19 sobre la salud mental del país es una realidad; sin embargo, no atender a las personas que hoy experimentan ansiedad o depresión podría hacer que este persista incluso hasta tres años después de la pandemia.

Así lo señaló en entrevista con UNIVERSIDAD el coordinador del Programa de Investigación en Ciencias Psicológicas y del Comportamiento Humano y catedrático de la Universidad Estatal a Distancia (UNED), Benicio Gutiérrez, quien además agregó que la situación en cuanto a salud mental antes de la pandemia ya era preocupante.

De acuerdo con el catedrático de la UNED, Benicio Gutiérrez, en cada colegio y escuela deberían existir servicios de psicología clínica y de la salud. (Foto: Tomada del sitio web de la UNED)

Gutiérrez indicó también que la pandemia de COVID-19 se asemeja mucho a los efectos de una guerra de grandes dimensiones o a un huracán de magnitud cinco.

Asimismo agregó que el primer nivel de atención en salud de la CCSS debe ser fortalecido con la incorporación de servicios de psicología clínica y de la salud.

Enseguida un extracto de la entrevista sostenida por Gutiérrez con UNIVERSIDAD.

La pandemia nos ha afectado a todos de diferentes formas y la salud mental de los seres humanos no escapó al COVID-19. De esto dan fe el aumento de los desórdenes de ansiedad y depresión en el mundo. Desde un punto de vista clínico, ¿cómo percibe el cerebro humano la pandemia?

— En el caso específico de la Pandemia de COVID-19 y su impacto sobre nuestra salud mental, la literatura científica ha identificado tres tipos de riesgo percibido: 1. El riesgo percibido individual de poder infectarse o enfermarse; 2. Las preocupaciones y amenazas percibidas que provocan el poder infectarse o enfermarse; y 3. La gravedad percibida de poder infectarse o enfermarse. El estudio EUCLID desarrollado por la UNED con la Universidad de Konstanz de Alemania entre abril de 2020 y septiembre de 2021 en una muestra de 6.791 ticos, demuestra que la COVID-19 es percibida como una enfermedad con gravedad moderadamente baja; las preocupaciones de enfermarse oscilan entre altas y moderadamente altas; y el riesgo percibido de infección/enfermedad se ha mantenido oscilando entre alto y moderadamente alto. Asimismo, la muestra de ticos percibe que una enfermedad cardiovascular es mucho más grave que COVID-19 y que enfermarse por coronavirus es igual de grave que enfermarse de Dengue, Zika o Chikungunya. La literatura científica demuestra que la pandemia de COVID-19 provoca trastornos depresivos, trastornos de ansiedad, síndrome Burnout, estrés postraumático y trastornos de sueño.

¿Es esto similar a una guerra o desastre natural para el ser humano?

— La pandemia de COVID-19 se asemeja mucho a los efectos de una guerra de grandes dimensiones o a un huracán de magnitud cinco. El impacto es grave o muy grave y ocurre tanto en la salud (física/mental) como en la economía individual, del país y del planeta. El estudio Euclid desarrollado por la UNED con la Universidad de Konstanz de Alemania demuestra que el impacto esperado para la economía de Costa Rica y la economía global será grave o muy grave. Asimismo, las personas entrevistadas consideran que las consecuencias para la salud global serán graves y para la salud pública de Costa Rica serán de moderadamente graves a graves. Esta percepción se ha mantenido relativamente estable desde abril de 2020 hasta septiembre de 2021.

Se habla que el impacto en la salud mental generaría una nueva pandemia. ¿Es esto así? ¿Cuánto tiempo tomará revertirla?

— El impacto postraumático sobre la salud mental, de la pandemia de COVID-19, podría persistir hasta 3 años post-pandemia, si las personas que hoy experimentan ansiedad o depresión no reciben atención clínica psicológica o psiquiátrica. La situación de la salud mental en fase pre-pandemia ya era preocupante y con los incrementos que documentó el 8 de Octubre de 2021 la Revista *The Lancet*, para el año 2020, de 27,6% en depresión global y 25,6% en ansiedad global, significa que tuvimos 53,2 millones de casos adicionales de depresión y 76,2 millones de casos adicionales de ansiedad que fueron causados por la pandemia de COVID-19 solo en 2020. Estas cifras son muy alarmantes y evidencian un comportamiento pandémico en la prevalencia anual de trastornos depresivos y trastornos de ansiedad.

En el caso de Costa Rica y a 19 meses de que apareció el primer caso por COVID-19, ¿cómo está la salud mental de la población?

— La situación de Costa Rica resulta muy preocupante en términos de salud mental. La revista *The Lancet* demuestra que Costa Rica incrementó en un 35,2% los trastornos depresivos y en un 35,6% los trastornos de ansiedad durante el año 2020. Esto significa que Costa Rica se ubica 7.6 puntos porcentuales por encima del promedio planetario en trastornos depresivos y 10 puntos porcentuales por encima del promedio planetario en trastornos de ansiedad para el año 2020 que son atribuibles a la pandemia.

¿Cuáles deberían ser las acciones que como país se deberían dar? O más bien, ¿cuál debería ser la respuesta de los servicios de salud mental luego de la pandemia?

— En mi criterio, el primer nivel de atención en salud de la CCSS debe ser fortalecido con la incorporación de servicios de psicología clínica y de la salud. Respecto al Ministerio de Educación, en cada colegio y en cada escuela debería existir servicios de psicología clínica y de la salud.

SUSCRÍBASE A LA EDICIÓN SEMANAL EN FORMATO DIGITAL.
Precio: ₡12.000 / año

Artículos relacionados

SUSCRÍBASE AL BOLETÍN

Email SUSCRIBIR

CONTÁCTENOS

Nombre

Correo

Tema

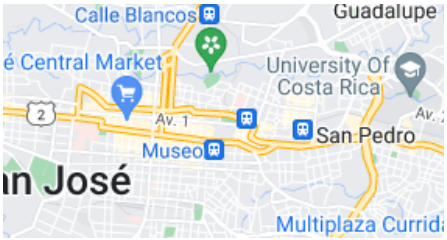
Mensaje

SEND

DIRECCIÓN

Campus Rodrigo Facio Brenes de la Universidad de Costa Rica, en San Pedro de Montes de Oca

Tel: 2511-6725
Email: semanariouniversidad@ucr.ac.cr



NAVEGACIÓN

Suscripciones
País
Mundo
Universitarias
Cultura
Deportes
Ideas&Debates
Opinión
Suplementos
Publicidad
Nosotros
Puntos de Venta

©2022 Semanario Universidad. Derechos reservados. Hecho por 5e Creative Labs.