



Secciones



INSTITUTO NACIONAL DE LAS MUJERES

Publicidad

Salud

Salud mental de al menos 800.000 ticos quedará muy afectada por pandemia

Estudios detectan tristeza, ansiedad o enojo; también fatiga, problemas de sueño y miedo a enfermarse. Mujeres jóvenes, pobres, con poca educación y de zonas costeras son las más afectadas

Escuchar

Por Ángela Ávalos Rodríguez

16 de diciembre 2021, 10:13 AM





Ansiedad y tristeza, fatiga y dolor son algunos síntomas que los costarricenses presentan debido a la pandemia. También miedo a enfermarse, pero sobre todo, preocupación intensa por su futuro económico. (Shutterstock)

Más de 1,3 millones de costarricenses han sufrido ansiedad, depresión y estrés por la pandemia (un 32% de la población), y cerca de 800.000 quedará con secuelas mentales prolongadas sin la posibilidad de contar con un sistema de apoyo que les permita recuperarse con la rapidez y fortaleza que necesitan.

Son hombres y mujeres, mayores de 18 años, que participaron en ocho estudios a cargo de las universidades públicas y quienes confirmaron experimentar emociones como tristeza, ansiedad y enojo, además de problemas de sueño, fatiga, dolores y miedo a enfermarse durante casi dos años de emergencia sanitaria por la covid. Según los primeros resultados, divulgados este 16 de diciembre, todos esos son síntomas que los especialistas califican como graves.

Publicidad

Las mujeres jóvenes, de zonas costeras, pobres y con bajo nivel educativo, junto con las personas que no tienen ni estabilidad económica ni condiciones para resolver sus necesidades básicas, son quienes están enfrentando la pandemia en una situación de mayor vulnerabilidad, la cual venía desde antes, pero que se agudizó con esta emergencia.

Los resultados de estas investigaciones se basan en las respuestas a 6.786 cuestionarios obtenidos hasta octubre del 2020, y otros 1.262 respondidos en lo que va del 2021. Se trabajó, además, un capítulo especial dedicado al impacto en la parte educativa, con cerca de 10.000 cuestionarios más, informó Eva Carazo, investigadora de la Universidad de Costa Rica (UCR), una de las casas de estudios superiores involucradas en los análisis. Los datos sobre la consulta en educación, se darán a conocer el próximo año.

Publicidad

LEA MÁS: [Universidades investigarán impacto de pandemia en salud mental](#)

¿Cuáles son los principales temores expresados por quienes contestaron estos cuestionarios? El mayor de todos está relacionado con las consecuencias económicas, pero no desde lo individual, sino como país, el estado en que quedará

Costa Rica cuando todo esto pase.

“El problema más apremiante es que las condiciones socioeconómicas se vieron profundamente afectadas. (...) Queremos insistir en que la forma en que se aborda esta pandemia hace que una situación de desigualdad muy marcada a nivel mundial, se agudice. Todo esto se debe a una profunda desigualdad e injusticia social, que la pandemia vuelve más relevante”, destacó Ana María Jurado, psicóloga investigadora de la UCR.

Los investigadores hacen un llamado de atención a una situación que, pronostican, se va a agravar progresivamente. “Aproximadamente, un 85% de la población se recupera, pero un 15% tendrá consecuencias duraderas y permanentes. Solo en Costa Rica, 800.000 quedarán con un problema de salud agudizado por la pandemia”, advirtió Jurado.

LEA MÁS: [Salud mental de ticos quedará gravemente golpeada por pandemia](#)

En estas investigaciones participan expertos de la Universidad Nacional (UNA) y la Universidad Estatal a Distancia (UNED), junto a equipos de las universidades de Salamanca y Valencia, en España, y de las universidades Davis y de Carolina del Norte, en Estados Unidos. También se contó con el soporte del Ministerio de Salud, la Caja Costarricense de Seguro Social (CCSS), el Colegio de Profesionales en Psicología de Costa Rica y la Fundación Friedrich Ebert.

El estudio del impacto de la pandemia en la salud mental se anunció en octubre del año pasado en adultos mayores, personal sanitario y población en general. Los primeros resultados, arrojan la siguiente conclusión: la situación actual de la salud mental es crítica y urgente.

Desigualdad y vulnerabilidad

“Es difícil para mí no ser alarmista en este tema. Me siento como la portadora de malas noticias, pero en esta ocasión lo soy. La situación es realmente crítica. Ya la Organización Mundial de la Salud (OMS) lo había advertido en mayo del 2020, cuando alertó a los gobiernos de la situación grave en salud mental que quedaría luego de la pandemia.

“Luego se emitió otra alerta en de 2021, tras una investigación de *The Lancet* con más de 200 países, Costa Rica incluida, en la que relata graves problemas como ansiedad, depresión, estrés postraumático y agravamiento de otras condiciones ya presentes, como trastornos psicóticos y problemas con la interacción social”, explicó Ana María Jurado.

La psicóloga precisó los cinco principales problemas que las personas que participaron en las investigaciones reconocen haber experimentado en estos meses pandémicos:

- La gran mayoría acusa aumento de tristeza, ansiedad o enojo.
- En segundo lugar, cansancio y fatiga en un 65%.
- Le siguen trastornos por dolor: cabeza, migrañas y lumbalgias, o dolor de espalda, por estar sentados todo el día haciendo poca actividad física.
- Problemas del sueño.
- Miedo a enfermar por coronavirus.

Para el psicólogo Marco Fournier, también de la UCR, los resultados de estos estudios confirman que la población se ha visto sometida a un estrés profundo y prolongado por 20 meses.

“Sobresale el temor al contagio, el confinamiento y el distanciamiento físico y todo lo que esto implicó a nivel psicosocial, y la reducción del ingreso familiar. Esas son las principales fuentes de estrés prolongado y profundo, con consecuencias a todo nivel.

LEA MÁS: [Servicios de salud mental han sido los más perjudicados durante la pandemia en el continente americano](#)

“Hay una brecha sanitaria donde grupos de población no tienen las mismas oportunidades. Por ejemplo, respetar el distanciamiento físico es difícil para quienes tienen que usar el transporte público en buses llenos de gente”, agregó el investigador.

Fournier da una recomendación a partir de estos análisis: fortalecer las redes de apoyo a nivel comunal. “Tiene que hacerse un esfuerzo en el país para desarrollar redes para que las personas más vulnerables puedan encontrar el apoyo”, insistió.

Reciba el boletín: En Corrillos Políticos

Le explicamos los hechos políticos de la jornada y cómo inciden en la vida de los ciudadanos

xcastro@inamu.go.cr

Suscribirse

Deseo recibir comunicaciones

Publicidad



Reciba noticias de Google News

En beneficio de la transparencia y para evitar distorsiones del debate público por medios informáticos o aprovechando el anonimato, la sección de comentarios está reservada para nuestros suscriptores para comentar sobre el contenido de los artículos, no sobre los autores. El nombre completo y número de cédula del suscriptor aparecerá automáticamente con el comentario.

Cargando...

Publicidad

Reciba el boletín:

En Corrillos Políticos

Le explicamos los hechos políticos de la jornada y cómo inciden en la vida de los ciudadanos

xcastro@inamu.go.cr

Suscribirse

Deseo recibir comunicaciones

ÚLTIMAS NOTICIAS

125 docentes investigados por acoso y abuso sexual contra estudiantes en 2023

★ EXCLUSIVO PARA SUSCRIPTORES

Pink queda atónita luego de que fan le lanzara las cenizas de su mamá en un concierto

Blog. Por qué siempre sigo las recetas paso a paso: mis argumentos

Corte Suprema de Estados Unidos declara inconstitucional ‘discriminación positiva’ por raza en universidades

A Gandhi, con cariño: Amigos y fans celebran sus 30 años como referente del rock tico

Unión Europea considera que un Vladimir Putin debilitado representa ‘un riesgo mayor’

Wisn y Yandel en Costa Rica: el ‘Dúo de la Victoria’ viene a cantar en el Flow Fest

Madonna: Comediante Rosie O’Donnell afirma que la cantante ‘se siente bien’

Maluma vivió una incómoda situación cuando Madonna se quedó en su casa

Jaden Smith, hijo de Will Smith, confiesa que su mamá lo introdujo a las drogas

Publicidad



© 2023 Todos los derechos reservados, cualquier uso requiere autorización expresa y por escrito de Grupo Nación GN S.A.

Sobre nosotros

Grupo Nación

La Teja

El Financiero

Revista Perfil

Sabores

Aplicaciones

Boletines

Versión Impresa

Negocios

Todo Busco

[Parque Viva](#)

[Tarifario](#)

[Printea](#)

[Fussio](#)

Términos y condiciones

[Políticas de privacidad](#)

[Condiciones de uso](#)

[Estados financieros](#)

[Reglamentos](#)

Servicio al cliente

[Contáctenos](#)

[Centro de ayuda](#)

[Planes de suscripción](#)



Miembro del Grupo de Diarios América (GDA)