

Depresión, estrés, insomnio, ansiedad... los problemas psicológicos derivados del confinamiento podrían perdurar meses o años

- Así lo advierte un equipo de psicólogos de la Universidad Complutense en el primer estudio que evalúa el estado de la salud mental de la población española durante el confinamiento por COVID-19
- Los investigadores han recopilado datos sobre la salud mental de más de 2.000 personas, en las 17 comunidades autónomas del Estado, durante la primera semana de aislamiento en casa

Madrid, 26 de marzo de 2020.- Los profesores de la Facultad de Psicología de la Complutense, Alfredo Rodríguez Muñoz, Mirko Antino, y Paula Ruíz-Zorrilla, en colaboración con Ana Sanz-Vergel, de la Universidad de East Anglia (Inglaterra), están realizando una investigación para evaluar los efectos psicológicos del confinamiento debido al COVID-19. Se trata del primer estudio que evalúa el estado de la salud mental de la población española durante el confinamiento por COVID-19, que alcanza a más de 2.000 personas, en 17 comunidades autónomas del Estado, durante la primera semana de confinamiento en casa, del 15 al 22 de marzo.

Los resultados preliminares de su estudio muestran que un elevado porcentaje de personas experimenta síntomas intrusivos (alerta y angustia fisiológica) y reacciones de ansiedad. Con menos frecuencia, aunque también en porcentajes elevados, tienen problemas para dormir y síntomas depresivos. La sintomatología mencionada puede corresponder a un cuadro de estrés agudo. ‘Tener síntomas de este tipo ante acontecimientos traumáticos es completamente normal, y la mayoría de las personas dejarán de experimentarlos una vez concluya esta situación. Sin embargo, hemos observado que un alto porcentaje de personas se encuentran en niveles de riesgo. Los autores plantean que no se debe minimizar la importancia de estas reacciones iniciales, ya que estudios previos han documentado que los problemas psicológicos derivados de la cuarentena en otras epidemias perduran meses o años.

Lo adecuado en estas situaciones es realizar intervenciones tempranas para evitar que estos síntomas agudos evolucionen hacia problemas psicopatológicos posteriores», expone Alfredo Rodríguez Muñoz, uno de los autores de la investigación en curso.

Gabinete de Comunicación

Avenida de Séneca, 2. 28040 Madrid

Teléfono: 91 394 36 06/+34 609 631 142

gprensa@ucm.es www.ucm.es



Se trata del primer estudio que evalúa el estado de la salud mental de la población española durante el confinamiento por COVID-19. “A pesar de la emergencia médica que vivimos, no se debe ignorar la salud mental”, indican los autores. Esto cobra mayor relevancia si se tiene en cuenta que se ha ampliado el periodo de cuarentena, por lo que las consecuencias psicológicas podrían agravarse.

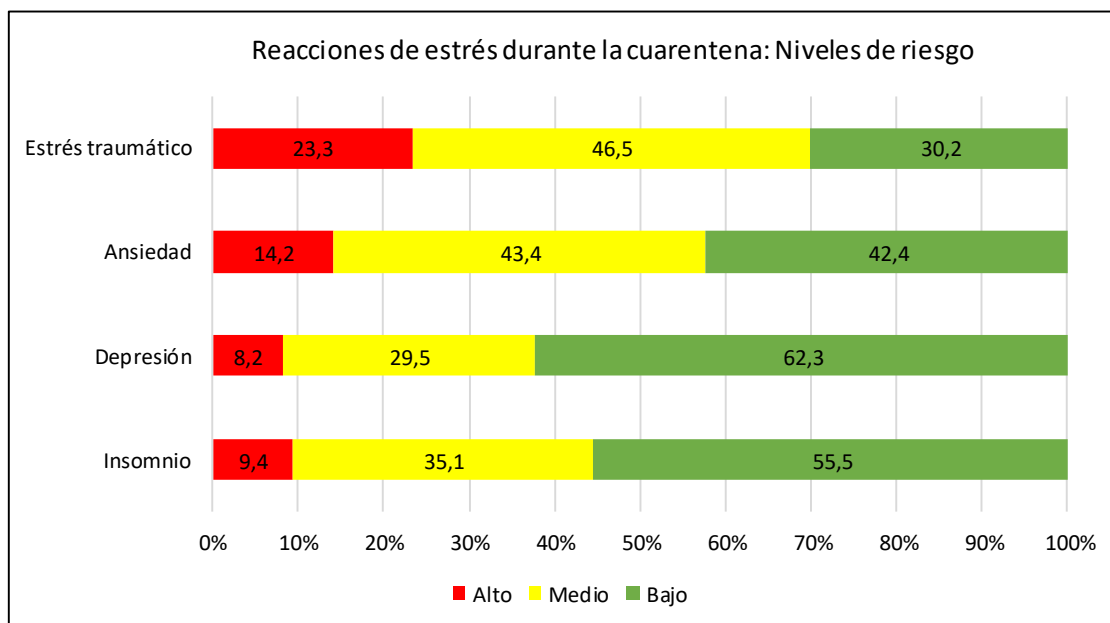


Fig. 1 | Niveles de riesgo durante la cuarentena en España.

Universo: población residente en España a partir de 18 años de edad.

Tamaño de la muestra: 2.072 personas.

Procedimiento: cuestionarios online.

Fecha de realización: 15 y 22 de marzo de 2020.

Fuente: Rodríguez-Muñoz, A., Antino, M., Ruíz-Zorrilla, P., y Sanz-Vergel, A. (2020). Los efectos psicológicos de la cuarentena por el COVID-19: Un estudio longitudinal. Proyecto de investigación en ejecución. Universidad Complutense de Madrid.

Gabinete de Comunicación

Avenida de Séneca, 2. 28040 Madrid

Teléfono: 91 394 36 06/+34 609 631 142

gprensa@ucm.es www.ucm.es

