



Los jóvenes sienten más ansiedad y depresión por el COVID-19 que los grupos de riesgo

Uno de cada cinco españoles presenta síntomas clínicamente significativos de ansiedad, depresión o estrés postraumático, si bien en el grupo de edad de entre 18 y 24 años estos resultados se duplican. Una investigación internacional liderada por la Universidad Complutense de Madrid demuestra que los jóvenes son los más proclives a presentar estos trastornos incluso por encima de los grupos de riesgo de esta enfermedad. El aumento de consumo de alcohol, drogas y fármacos y las enfermedades mentales previas también son factores de riesgo.



La pandemia supone una ruptura o amenaza a los proyectos vitales de los jóvenes. / [Emily Ranquist](#).

UCC-UCM, 7 de mayo. - Los jóvenes de entre 18 y 24 años son el grupo de edad que presenta más síntomas relacionados con ansiedad (34.6%) y depresión (42.9%) durante el confinamiento del COVID-19, según un estudio de la Universidad Complutense de Madrid (UCM).

Estas cifras suponen casi el doble de las del conjunto, en el que uno de cada cinco españoles presenta síntomas clínicamente significativos de depresión (22.1%), ansiedad (19.6%) o estrés postraumático (19.7%).

“Dado su momento evolutivo, esta pandemia supone una ruptura y amenaza directa a los proyectos vitales de los jóvenes como comenzar una carrera o la búsqueda de empleo, que en el caso de los más mayores están ya asentados”, reflexiona Carmen Valiente, investigadora de Departamento de Personalidad, Evaluación y Psicología Clínica y una de las responsables del estudio.

Este resultado forma parte del segundo informe emitido del proyecto [Estudio nacional representativo de las respuestas de los ciudadanos de España ante la crisis de Covid-19: respuestas psicológicas](#), desarrollado por investigadores de del grupo [Psicopatología y salud mental positiva: mecanismos e](#)



Universidad Complutense de Madrid

Vicerrectorado de Transferencia del Conocimiento y Emprendimiento

Oficina de Transferencia de Resultados de Investigación (OTRI)

intervenciones de la UCM y es fruto de una encuesta *online* realizada en abril a una muestra de más de 2.000 personas de todo el territorio español.

En contra de lo que se pueda creer, “los grupos de edad más amenazados por el COVID o aquellos que habían tenido una experiencia directa con la infección no son quienes se sienten peor”, señala la experta y lo relaciona con la resiliencia que generan situaciones delicadas como esta.

Ansiedad, la más significativa en género

Además de los jóvenes, la encuesta destaca otros dos grupos vulnerables a la depresión y a la ansiedad: las personas con problemas de salud mental previos y aquellas que consumieron más sustancias (alcohol, drogas y fármacos) durante el confinamiento. A las primeras, a veces olvidadas, el confinamiento podría afectarles aún más que al resto de la población.

Sobre el segundo grupo, Valiente explica que “quizás sea una forma de regular las emociones ante las situaciones difíciles que, si bien a corto plazo puede ayudar a evadirse y evitar la situación, es bien sabido que a largo plazo aumenta el malestar psicológico”.

En cuanto al género, no se han encontrado diferencias significativas en el caso de la depresión y del estrés postraumático, aunque sí en la ansiedad, cuyos síntomas son más frecuentes en mujeres (26.8%) que en hombres (13.2%).

Convivir con hijos aumentaba algo la probabilidad de tener síntomas de estrés postraumático. Al igual que se comprobó con el primer informe, las dificultades económicas vuelven a incidir en la salud mental, llegando a duplicar los síntomas en los tres trastornos estudiados.

Este proyecto, cuya segunda y última encuesta está a punto de realizarse, se desarrolla en paralelo con la Universidad de Sheffield (Reino Unido) y la Universidad Nacional de Irlanda, lo que permite a los investigadores cruzar sus datos con los de estos países europeos.