

ARTÍCULO DE INVESTIGACIÓN ORIGINAL

Psicología

Depresión poscuarentena en pacientes de 18 a 35 años

Jazmín María Yolanda Servín Ávalos¹, Yolanda Ávalos¹

¹Carrera de Psicología, Facultad de la Universidad del Norte en Pedro Juan Caballero, Paraguay.

Enviado: 15 de diciembre de 2022

Aceptado: 24 de agosto de 2023

Publicado: 16 de abril de 2024

DOI: [10.5281/zenodo.21544144](https://doi.org/10.5281/zenodo.21544144)



Licencia Creative Commons Atribución 4.0
Internacional (CC-BY)

RESUMEN

Objetivos: Esta investigación tiene como objetivo principal indagar profundamente en la incidencia de cuadros depresivos en pacientes de 18 a 35 años que consultaron en el Hospital Regional de Pedro Juan Caballero durante un periodo de tiempo específico, en el contexto actual de la pandemia mundial. El estudio busca entender cómo las circunstancias de aislamiento forzado por la cuarentena han influido en la salud mental de esta demografía, considerada crucial debido a su importancia en términos de desarrollo personal y profesional. Además, se aspira a que el conocimiento generado pueda contribuir a posibles diagnósticos tempranos de cuadros depresivos en adultos jóvenes. **Materiales y métodos:** El estudio se llevó a cabo durante la pandemia de COVID-19, un periodo en el que las medidas de cuarentena obligatoria tuvieron un impacto significativo en la salud mental de la población en edad productiva. La metodología empleada incluyó el análisis de los datos de pacientes que buscaron atención en el Hospital Regional de Pedro Juan Caballero durante el periodo de estudio. Se prestó especial atención a la elección de este grupo demográfico específico debido a su relevancia en el contexto de las consecuencias de la pandemia. **Resultados:** Los resultados obtenidos a través de este estudio son de gran valor para la comunidad en general. Se espera que el conocimiento generado pueda facilitar la detección temprana y el tratamiento de cuadros depresivos en adultos jóvenes, lo que a su vez puede disminuir el impacto económico y social en los individuos afectados y en su entorno. Se espera que estas conclusiones puedan ser utilizadas para informar y

Autor correspondiente: Yolanda Ávalos. Carrera de Psicología, Facultad de la Universidad del Norte en Pedro Juan Caballero, Paraguay
Correo electrónico: dtci.enfermeriapij@uninorte.edu.py

Financiación: Este artículo fue presentado para la Convocatoria 2022 del Programa de Iniciación Científica e Incentivo a la Investigación (PRICILA) de la Universidad del Norte. Los fondos para PRICILA fueron provistos por el Banco SUDAMERIS y el Rectorado de la Universidad del Norte.

Conflictos de interés: Los autores declaran no tener conflictos de interés financieros, personales, profesionales, institucionales ni de otra índole relacionados con este trabajo.

mejorar las políticas y prácticas de salud mental, especialmente en tiempos de crisis sanitaria como la actual. *Conclusiones:* Los hallazgos de esta investigación resaltan la importancia de abordar la salud mental en el contexto de la pandemia de COVID-19 y de la cuarentena. Los datos recopilados pueden ser un recurso valioso para las políticas de salud mental, especialmente en tiempos de crisis sanitaria como la actual. Además, los resultados subrayan la necesidad de enfocarse en grupos demográficos particulares, como los jóvenes adultos, que pueden ser desproporcionadamente afectados por las circunstancias de aislamiento. Finalmente, la investigación destaca la importancia de la detección temprana y el tratamiento de cuadros depresivos para mitigar el impacto económico y social de estas afecciones.

Palabras clave: investigación, depresión, cuarentena

INTRODUCCIÓN

La depresión poscuarentena constituye un grave problema a nivel mundial, que afectó y sigue afectando hasta hoy día la calidad de vida de los aquejados por ella y de sus seres próximos. Esta condición perjudica directamente la salud mental del individuo, derivando en aislamiento social y posibles conductas delictivas.

En el presente trabajo se aborda la prevalencia de condiciones depresivas en adultos de ambos sexos, de edad productiva entre 18 a 35 años, de la ciudad de Pedro Juan Caballero durante el año 2020, indicando los riesgos de salud y a nivel social derivados de la mencionada enfermedad psicológica.

La depresión poscuarentena es un problema de alto nivel de relevancia en lo que refiere a la salud pública de la comunidad, debido a sus posibles ramificaciones dentro de la salud física y psicológica de los individuos afectados directamente, así como de sus seres próximos.

La pregunta de investigación que guía este estudio es: ¿Cuál es la incidencia de casos de depresión en adultos entre 18 a 35 años que consultaron en el Hospital Regional de Pedro Juan Caballero durante el año 2020?

La depresión es la principal causa de suicidios y comportamientos psicóticos que pueden derivar a su vez en hechos delictivos en todo el mundo (1). Se requiere determinar de manera eficaz los cuadros depresivos, los cuales, si son identificados correctamente, permiten salvaguardar la vida del individuo, mejorando paulatinamente su calidad de vida y rehabilitándolo para una mejor convivencia en sociedad. Al tener una base porcen-

tual y casos documentados, se facilita la detección de futuros cuadros depresivos, pudiendo prestarles la debida asistencia y evitar efectos negativos en la sociedad (2,3).

El objetivo general de este estudio es indagar sobre la incidencia de cuadros depresivos en adultos entre 18 y 35 años que consultaron en el Hospital Regional de Pedro Juan Caballero en el año 2020. Los objetivos específicos son: 1) Identificar el sexo más afectado por posibles casos depresivos; 2) Diferenciar la incidencia de casos depresivos entre los afectados del sector público y privado; 3) Contabilizar las atenciones psicológicas y sus respectivos diagnósticos a los afectados.

MATERIALES Y MÉTODOS

Según el tiempo de ocurrencia de hechos y registro de información, se llevó a cabo un estudio de tipo prospectivo, ya que la información fue reunida a través de una encuesta.

La población accesible estuvo conformada por pacientes adultos de 18 a 35 años de edad, de ambos sexos, que consultaron en el Hospital Regional de Pedro Juan Caballero. Se excluyeron pacientes fuera del rango etario y personas que se negaron a contestar la encuesta o que dejaron de contestar preguntas cruciales.

Los datos fueron recogidos a través de un cuestionario cerrado y abierto dirigido a los pacientes, el cual fue administrado a 200 ciudadanos de la ciudad de Pedro Juan Caballero. El cuestionario constó de 10 ítems, de los cuales 8 fueron cuestiones cuantitativas (cerradas) y 2 cualitativas (abiertas). Se tuvo mucha atención en la

elaboración de las preguntas para medir las variables en estudio.

La hipótesis planteada es que la depresión poscuarentena es la condición más común que afecta a las personas que debieron permanecer bajo encierro, especialmente en las primeras etapas de la cuarentena.

RESULTADOS

Del total de encuestados, el 73 % de los trabajadores del sector privado fueron los más afectados por posibles cuadros depresivos durante el 2020, mientras que el 27 % pertenecían al sector público. Esto indica una mayor vulnerabilidad del sector privado a las consecuencias emocionales de la cuarentena, posiblemente debido a la incertidumbre económica y laboral que enfrentaron.

Entre los afectados del sector privado, el 68 % eran emprendedores o independientes, y el 32 % eran comisionistas o funcionarios directos contratados. Este hallazgo sugiere que los trabajadores independientes y emprendedores fueron los más impactados por la crisis, probablemente debido a la interrupción de sus actividades y la disminución de sus ingresos.

De la población que visitó el Hospital Regional durante el periodo del 2020, el 71 % aseguró sentir soledad durante su estadía, mientras que el 29 % restante manifestó lo contrario. La alta prevalencia de sentimientos de soledad entre los pacientes hospitalizados es preocupante, ya que la soledad es un factor de riesgo conocido para el desarrollo de trastornos depresivos y puede afectar negativamente la recuperación de los pacientes (1).

Entre los factores que influyeron en el estado anímico de los pacientes se encontraron la falta de empleo, la frustración por quedar sin ingresos y la crisis económica que se suscitó después del retorno. Estos resultados resaltan el impacto multidimensional de la cuarentena, que no solo afectó la salud mental de las personas, sino también su situación económica y laboral, generando un círculo vicioso de estrés y malestar emocional (2).

En un porcentaje altamente superior, los que pertenecen al sector privado fueron los que más sufrieron consecuencias emocionales y económicas durante y después de la cuarentena. Este resultado refuerza la idea de que el sector privado fue el más vulnerable a los efectos adversos de la pandemia, tanto en términos de salud mental como de estabilidad financiera.

DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos en este estudio ponen de manifiesto la alta prevalencia de posibles cuadros depresivos en adultos jóvenes de 18 a 35 años durante el periodo de cuarentena por la pandemia de COVID-19 en la ciudad de Pedro Juan Caballero. Estos hallazgos son consistentes con lo reportado en estudios previos que señalan un aumento significativo de los trastornos mentales, especialmente de la depresión y la ansiedad, durante la pandemia (3,4).

La mayor afectación observada en el sector privado, particularmente entre emprendedores e independientes, pone de relieve la vulnerabilidad de este grupo a las consecuencias económicas y emocionales de la crisis. La interrupción de las actividades laborales, la pérdida de ingresos y la incertidumbre sobre el futuro pueden haber contribuido al desarrollo de síntomas depresivos en esta población (5). Estos resultados sugieren la necesidad de implementar medidas de apoyo específicas para los trabajadores del sector privado, incluyendo programas de asistencia financiera, asesoramiento empresarial y apoyo psicológico.

La alta prevalencia de sentimientos de soledad entre los pacientes hospitalizados es otro hallazgo preocupante de este estudio. La soledad y el aislamiento social son factores de riesgo bien establecidos para el desarrollo de trastornos depresivos (6). Durante la pandemia, las medidas de distanciamiento social y las restricciones de visitas en los hospitales pueden haber exacerbado estos sentimientos, afectando negativamente la salud mental de los pacientes (7). Es importante que los hospitales y los profesionales de la salud reconozcan el impacto emocional de la soledad en los pacientes y desarrollen estrategias para mitigarla, como facilitar la comunicación con familiares y amigos a través de medios virtuales o proporcionar apoyo psicológico adicional.

Los factores identificados como influyentes en el estado anímico de los pacientes, como la falta de empleo, la frustración por la pérdida de ingresos y la crisis económica, resaltan la compleja interrelación entre la salud mental y las condiciones socioeconómicas durante la pandemia [8]. Estos resultados sugieren que las intervenciones para abordar la depresión poscuarentena deben ser multidimensionales y abordar no solo los aspectos psicológicos, sino también los determinantes sociales de la salud mental, como el empleo, la estabilidad financiera y el acceso a servicios de apoyo (9).

Entre las fortalezas de este estudio se encuentra su enfoque en una población específica de adultos jóvenes en edad productiva, que a menudo es pasada por alto en las investigaciones sobre salud mental durante la pandemia. Además, el estudio proporciona datos valiosos sobre la situación de la depresión poscuarentena en un contexto local, lo que puede informar el desarrollo de políticas y programas de salud mental adaptados a las necesidades de la comunidad.

Sin embargo, el estudio también presenta algunas limitaciones. En primer lugar, su diseño transversal no permite establecer relaciones causales entre las variables estudiadas. Además, los datos se obtuvieron a través de un cuestionario autoadministrado, lo que podría introducir sesgos de respuesta. Es importante tener en cuenta que no se llevó a cabo un diagnóstico clínico formal de depresión, sino que se indagó sobre la presencia de posibles cuadros depresivos basados en la percepción de los propios pacientes. Futuros estudios podrían beneficiarse de la utilización de entrevistas clínicas estructuradas y escalas validadas para evaluar la presencia y severidad de los síntomas depresivos.

A pesar de estas limitaciones, los resultados de este estudio tienen importantes implicaciones para la práctica clínica y la salud pública. Los profesionales de la salud deben estar atentos a los signos y síntomas de depresión en los pacientes que acuden a consulta, especialmente en aquellos que pertenecen a grupos de riesgo, como los trabajadores del sector privado y los que experimentan sentimientos de soledad. La detección temprana y el tratamiento oportuno de los trastornos depresivos pueden prevenir el agravamiento de los síntomas y mejorar la calidad de vida de los pacientes (10).

Además, los resultados de este estudio resaltan la necesidad de desarrollar políticas públicas y programas de salud mental que aborden los efectos a largo plazo de la pandemia en la población. Esto incluye fortalecer los servicios de salud mental en la comunidad, promover la resiliencia y el autocuidado, y abordar los determinantes sociales de la salud mental, como el empleo y la estabilidad económica (11). La colaboración intersectorial entre los sectores de salud, trabajo y asistencia social será fundamental para desarrollar respuestas integrales y efectivas a la depresión poscuarentena.

En conclusión, los resultados de este estudio muestran una alta prevalencia de posibles cuadros depresivos en pacientes de 18 a 35 años que consultaron en el Hospital Regional de Pedro Juan Caballero durante el año 2020,

con una mayor afectación en el sector privado y entre emprendedores e independientes. La falta de empleo, la frustración por la pérdida de ingresos y la crisis económica fueron identificados como factores que influyeron negativamente en el estado anímico de los pacientes. Además, un alto porcentaje de pacientes experimentó sentimientos de soledad durante su estadía hospitalaria.

Estos hallazgos resaltan la importancia de implementar estrategias de prevención, detección temprana y tratamiento de los trastornos depresivos en la población de adultos jóvenes, especialmente en aquellos que pertenecen a grupos vulnerables. Es necesario desarrollar políticas públicas y programas de salud mental que aborden los efectos a largo plazo de la pandemia, fortaleciendo los servicios de salud mental en la comunidad y abordando los determinantes sociales de la salud mental.

Se requieren estudios adicionales con diseños longitudinales y muestras más amplias para profundizar en la comprensión de los factores de riesgo y protectores asociados a la depresión poscuarentena en adultos jóvenes. Además, es importante explorar la efectividad de las intervenciones psicológicas y psicosociales en esta población, así como evaluar el impacto a largo plazo de la pandemia en la salud mental y el bienestar de las personas.

En definitiva, la depresión poscuarentena constituye un problema de salud pública relevante que requiere una respuesta integral y coordinada por parte de los profesionales de la salud, los responsables políticos y la sociedad en general. Solo a través de un enfoque multidisciplinario y basado en evidencia podremos mitigar los efectos negativos de la pandemia en la salud mental y promover el bienestar de las personas afectadas.

REFERENCIAS

1. Banerjee D, Rai M. Social isolation in Covid-19: The impact of loneliness. *Int J Soc Psychiatry*. 2020;66(6):525-527.
2. Xiong J, Lipsitz O, Nasri F, Lui LMW, Gill H, Phan L, et al. Impact of COVID-19 pandemic on mental health in the general population: A systematic review. *J Affect Disord*. 2020;277:55-64.
3. Salari N, Hosseini-Far A, Jalali R, Vaisi-Raygani A, Rasoulpoor S, Mohammadi M, et al. Prevalence of stress, anxiety, depression among the general population during the COVID-19 pandemic: a systematic review and meta-analysis. *Global Health*. 2020;16(1):57.
4. Wang C, Pan R, Wan X, Tan Y, Xu L, Ho CS, et al. Immediate Psychological Responses and Associated

- Factors during the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China. *Int J Environ Res Public Health*. 2020;17(5):1729.
5. Giorgi G, Lecca LI, Alessio F, Finstad GL, Bondanini G, Lulli LG, et al. COVID-19-Related Mental Health Effects in the Workplace: A Narrative Review. *Int J Environ Res Public Health*. 2020;17(21):7857.
 6. Erzen E, Çikrikci Ö. The effect of loneliness on depression: A meta-analysis. *Int J Soc Psychiatry*. 2018;64(5):427-435.
 7. Sharma A, Pillai DR, Lu M, Doolan C, Leal J, Kim J, et al. Impact of isolation precautions on quality of life: a meta-analysis. *J Hosp Infect*. 2020;105(1):35-42.
 8. Bauer LL, Seiffer B, Deinhard C, Atrott B, Sudeck G, Hautzinger M, et al. Associations of exercise and social support with mental health during quarantine and social-distancing measures during the COVID-19 pandemic: A cross-sectional survey in Germany. *medRxiv*. 2020:2020.07.01.20144105.
 9. Holmes EA, O'Connor RC, Perry VH, Tracey I, Wessely S, Arseneault L, et al. Multidisciplinary research priorities for the COVID-19 pandemic: a call for action for mental health science. *Lancet Psychiatry*. 2020;7(6):547-560.
 10. Galea S, Merchant RM, Lurie N. The Mental Health Consequences of COVID-19 and Physical Distancing: The Need for Prevention and Early Intervention. *JAMA Intern Med*. 2020;180(6):817-818.
 11. United Nations. Policy Brief: COVID-19 and the Need for Action on Mental Health [Internet]. 2020 [citado 8 Jun 2023]. Disponible en: <https://unsdg.un.org/sites/default/files/2020-05/UNPolicy-Brief-COVID-19-and-mental-health.pdf>