



ARTÍCULO ORIGINAL

## **ANSIEDAD, ESTRÉS Y DEPRESIÓN COMO EFECTOS DE LA COVID-19: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA Y METAANÁLISIS**

### **ANXIETY, STRESS AND DEPRESSION AS EFFECTS OF COVID-19: A SYSTEMATIC REVIEW AND META-ANALYSIS**

Lobato Calderón, Godofredo Román <sup>1</sup> 

Miraval Tarazona, Zoila Elvira <sup>2</sup> 

<sup>1</sup> Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, Tarma, Perú.

<sup>2</sup> Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco, Perú.

#### **Para citar este artículo:**

Lobato, G., & Miraval, Z. (2023). Ansiedad, estrés y depresión como efectos de la covid-19: una revisión sistemática y metaanálisis. *Advances in Science and Innovación*, 2 (1).

#### **RESUMEN**

Objetivos: Realizar una revisión sistemática y metaanálisis acerca de la ansiedad, estrés y depresión como efectos de la COVID-19. Materiales y métodos: Revisión sistemática y metaanálisis de estudios publicados entre enero (2020) hasta febrero (2022) en las bases de datos PubMed, Web of Science, LILACS y SciELO. El tamizaje y estudio fue realizado por dos investigadores, basada en la metodología de PRISMA 2020. Resultados: Se tamizaron 110 registros, eliminando los registros duplicados se llegó a obtener 96 publicaciones (primera fase), en una segunda fase quedaron 21 investigaciones de ahí se filtró los artículos quedando para el análisis 16 investigaciones, 2 se referían a la depresión, 7 a la ansiedad, depresión y estrés y 7 desarrollaron la variable ansiedad y efectos de la COVID-19. El meta análisis mostró 3 artículos que nos mencionan los 3 descriptores estrés, depresión y ansiedad como efecto de la COVID - 19, 5 artículos mencionan dos descriptores depresión y ansiedad además de la angustia produciendo insomnio, 2 artículos mencionan dos descriptores estrés y depresión. Conclusiones: Siete de cada diez médicos generales valorados presentaron síntomas de ansiedad o estrés laboral. Un tercio de la población expuesta a la COVID-19 sufren de trastornos emocionales de ansiedad, depresión, estrés además de estrés postraumático y aumento del estrés agudo, frustración, soledad, abuso de sustancias, miedo e insomnio. Es necesario que los estados activen programas de atención mental como respuesta y recuperación de la COVID-19.

**Palabras Claves:** *Ansiedad; Estrés; Depresión; COVID-19.*

#### **ABSTRACT**

Objectives: To carry out a systematic review and meta-analysis about anxiety, stress and depression as effects of COVID-19. Materials and methods: Systematic review and meta-analysis of studies published between January (2020) and February (2022) in the PubMed, Web of Science, LILACS, and SciELO databases. The screening and study were carried out by two researchers, based on the PRISMA 2020 methodology. Results: 110 records were screened, eliminating duplicate records, 96 publications

were obtained (first phase) in a second phase 21 investigations remained, from there the articles were filtered, leaving 16 investigations for analysis, 2 referred to depression, 7 to anxiety, depression and stress and 7 developed the variable anxiety and effects of COVID-19. The meta-analysis showed 3 articles mentioning the 3 descriptors stress, depression and anxiety as an effect of COVID - 19, 5 articles mention two descriptors depression and anxiety in addition to anguish causing insomnia, 2 articles mention two descriptors stress and depression. Conclusions: Seven out of ten general practitioners evaluated presented symptoms of anxiety or work stress. A third of the population exposed to COVID-19 suffer from emotional disorders of anxiety, depression, stress in addition to post-traumatic stress and increased acute stress, frustration, loneliness, substance abuse, fear and insomnia. States need to activate mental health programs in response to and recovery from COVID-19.

**Keywords:** *RAxiety; Stress; Depression; COVID-19.*

## INTRODUCCIÓN

La enfermedad generada por la Covid-19 conocida como coronavirus (SARS-CoV-2), cuyo inicio fue Wuhan (Hubei, China) a finales del 2019, generó una problemática social, económica y de salud en el mundo, sin precedentes <sup>(1)</sup>. Esta es la generadora del fallecimiento de millones de personas en nuestro planeta. Las noticias sobre el crecimiento superlativo de los casos de la COVID -19 y las nuevas variantes a la que estamos expuestos, han conllevado a problemas de salud mental en muchas personas; problemas como depresión, ansiedad y estrés, tanto en jóvenes como en adultos. El distanciamiento social como medida de seguridad pública adoptada en muchos países han hecho que estas personas se sientan aisladas, lo que hace posible que en este estado crezca la ansiedad, el estrés y el miedo a nuevas enfermedades y cepas <sup>(2)</sup>.

La pandemia de la COVID-19 sigue generando un impacto económico de todos los países, lo que ha resultado en la pérdida de empleos y dificultades financieras en los hogares y la sociedad en general. En esta difícil situación, las personas enfrentan un mayor riesgo de experimentar ansiedad, lo que significa que tienden a reaccionar con sentimientos de inquietud en medio de la incertidumbre, y estos sentimientos podrían intensificarse debido a la crisis económica originada por el virus SARS-CoV-2. Otros estudios sugieren que las preocupaciones financieras están relacionadas con un aumento en la ansiedad, la atención excesiva y los comportamientos obsesivos o compulsivos <sup>(2,3)</sup>.

Un exceso de información, junto con la propagación de rumores infundados, puede llevar a las personas a perder el sentido de la orientación y no saber cómo actuar. Como resultado de esto, estos individuos pueden experimentar sensaciones de miedo, estrés, tristeza, ansiedad y soledad, lo que a su vez aumenta la probabilidad de empeorar las condiciones de salud mental que puedan haber tenido previamente <sup>(4)</sup>.

En este contexto, la pandemia está mayormente vinculada a las elevadas tasas de ansiedad, depresión y estrés que se han informado en la población en diversas regiones del mundo <sup>(5)</sup>.

De acuerdo a cómo la pandemia se propaga de manera súbita, suscita un alto nivel de temor y preocupación generalizada en los pobladores. El brote de coronavirus ha provocado un cambio significativo en la vida de casi todas las personas, perturbando sus rutinas y hábitos cotidianos, lo que ha generado incertidumbre, tensiones económicas, miedo a contraer la enfermedad y aislamiento social. La situación se torna aún más complicada por la falta de certeza acerca de la duración de la pandemia y el panorama futuro <sup>(4)</sup>.

Los cambios psicológicos como resultado del aislamiento social pueden abarcar desde síntomas individuales hasta trastornos más complicados, que con el tiempo pueden llevar a un deterioro en la capacidad de funcionar de las personas. Estos cambios incluyen problemas como el no poder dormir, la depresión, ansiedad, y trastorno de estrés <sup>(6)</sup>.

El estrés viene siendo un problema de salubridad ampliamente difundido en todo el mundo en los últimos años. Se trata del proceso en el cual una persona percibe una situación complicada en la que siente que algo amenaza su bienestar <sup>(7)</sup>.

De acuerdo con su definición, el estrés es un fenómeno de carácter social y, debido a su naturaleza, constituye también una particularidad psicofisiológica que, al manifestarse de manera continua en un individuo y en combinación con otros factores, puede desencadenar una variedad de enfermedades <sup>(8)</sup>.

Examinar la depresión, estrés y ansiedad contribuiría a mejorar nuestra comprensión de cómo las personas están lidiando con esta situación, lo que a su vez facilitaría la planificación y aplicación más efectiva de las intervenciones pertinentes. No obstante, hasta la fecha, no se han identificado investigaciones previas en este ámbito <sup>(9)</sup>.

Es por ello, que plantea como objetivo conocer como la ansiedad, depresión y estrés son efectos de la COVID -19 y como estas enfermedades afectan a muchas personas de diversas edades en el mundo.

## MATERIALES Y MÉTODOS

### Diseño

Este estudio actual se fundamentó en una revisión sistemática y un metaanálisis de la literatura preexistente con el propósito de compendiar el conocimiento científico disponible acerca de los efectos de la COVID-19 en la ansiedad, el estrés y la depresión. En este proceso, se aplicaron los criterios de declaración de elementos de referencia PRISMA 2020 <sup>(10)</sup>, ya que PRISMA es utilizado para las revisiones sistemáticas en la que se incluyen síntesis <sup>(11)</sup>.  
Criterios de elegibilidad

En la selección se incorporaron documentos científicos originales, revisiones sistemáticas, análisis de casos y controles, investigaciones de tipo transversal, así como informes de casos relacionados con el insomnio, depresión, ansiedad, y trastorno por estrés postraumático en individuos de diversas edades que ma-

nifestaron estas condiciones como resultado de la COVID-19. No se establecieron limitaciones en cuanto al idioma o al estado de publicación de los artículos.

### Estrategias de búsqueda

Se realizó una búsqueda sistemática de literatura en las bases de datos de PubMed, Web of Science, LILACS y SciELO para identificar artículos publicados desde enero de 2020 hasta febrero de 2022. Inicialmente, se creó una estrategia de búsqueda en PubMed y luego se adaptó para las demás Web of Science, SciELO y LILACS. En esta estrategia, se combinaron los términos ansiedad, estrés, depresión, junto con COVID-19, utilizando términos parecidos como coronavirus y SARS-CoV-2.

Las estrategias de búsqueda fueron desarrolladas por el Doctor (GL) y validadas por el otro autor (ZM). Se ejecutó una búsqueda manual en la web en las diferentes bases de datos, como Web of Science, SciELO y Google Académico. Además, se revisaron las listas de referencias para identificar investigaciones que incluyeran los descriptores Ansiedad, Estrés, Depresión y COVID-19. La búsqueda de información se llevó a cabo sin imponer restricciones en cuanto al diseño del estudio, el estado de visibilización, cronograma o idioma.

### Selección de pesquisas

En la fase inicial (fase 1), se tomaron en consideración todas las investigaciones científicas, seguidamente se realizó una revisión de títulos y resúmenes, y se procedió a eliminar las duplicaciones. En la segunda fase, se excluyeron los resúmenes de congresos, cartas al editor y manuscritos que no estaban disponibles. Posteriormente, se evaluaron si los registros reunían los criterios de inclusión, y aquellos artículos científicos que no cumplían; se excluyeron de la revisión. Ambas fases de cribado fueron llevadas a cabo por los dos autores, es decir, por GL y ZM.

Extracción y síntesis de resultados

De la información extraída, se realizó la búsqueda según los descriptores, ansiedad, estrés y depresión como efectos de la COVID-19. De los datos obtenidos, solo se encontraron publicaciones con un descriptor o la combina-

ción de dos o tres descriptores, como ansiedad y estrés, o estrés y depresión como efectos de la COVID-19. Al final, se extrajo los artículos científicos que se encontraban más vinculados con los descriptores de análisis con la finalidad de evaluar la calidad de dichas investigaciones. Finalmente se encontraron 21 estudios que se acercaban a los criterios de inclusión dentro del proceso realizado.

### Consideraciones éticas

No fue necesaria por ser una revisión sistemática.

## RESULTADOS

### Selección de estudios

Se seleccionaron 110 registros de la búsqueda, eliminando duplicidad y se llegó a obtener 96 publicaciones, de dichas publicaciones se excluyeron: los títulos y resúmenes que no cumplían los criterios de fase 1, las cartas del editor, duplicados y artículos de difícil descarga esto dio como resultado que en una segunda fase quedaron 21 investigaciones. De ahí se filtró los artículos: textos completos excluidos y razones de diseño de estudio no apropiado, variable no mostrada en los resultados, población incorrecta, quedando para el análisis 21 investigaciones, de las cuales 2 artículos se referían a la depresión, 7 artículos eran referidos a la ansiedad, depresión y estrés y finalmente 7 artículos que desarrollaron las variables ansiedad y efectos de la COVID -19 (Figura 1).

### Características

Investigaciones acerca ansiedad, estrés y depresión como efectos de la COVID-19, se tuvieron en total 16 artículos, de ellos 10 fueron redactados en español <sup>(2,9,15,17,19,21,21,22,23,24,25)</sup>, 5 en inglés <sup>(5,14,18,20,26)</sup> y uno en Italiano <sup>(16)</sup>.

De todos los artículos se obtuvo el año de análisis de datos, 4 fueron publicados en el año 2020 <sup>(2,16,19,20)</sup> y 12 en el año 2021 <sup>(5,9,14,15,17,18,21,22,23,24,25,26)</sup>. Se encontraron dos artículos de alcance nacional <sup>(9,20)</sup> y 14 fueron de alcance subnacional <sup>(2,5,14,15,16,17,18,19,21,22,23,24,25,26)</sup> tal como se muestra en la Tabla 1.

### Ansiedad, Estrés y Depresión

De la información extraída, después de la revisión del contenido de los artículos en cuanto a los efectos generados en las personas por la COVID 19 se tiene los descriptores, ansiedad, estrés y depresión como efectos de la COVID-19, 3 artículos mencionan los 3 descriptores estrés, depresión y ansiedad <sup>(2,9,26)</sup> como efecto de la COVID - 19.

### Depresión y Ansiedad - Estrés, Depresión y Miedo

5 artículos mencionan dos descriptores depresión y ansiedad <sup>(5,15,19,18,23)</sup> como efecto de la COVID - 19 además de estar acompañado de la angustia <sup>(5)</sup> y que esta afecta en la calidad del sueño produciendo insomnio <sup>(15)</sup>, 2 artículos mencionan dos descriptores estrés y depresión <sup>(17,25)</sup> como efecto de la COVID - 19, presentándose un estrés postraumático <sup>(25)</sup> y por otro lado un incremento del estrés agudo, frustración, soledad y consumo de sustancias <sup>(17)</sup>.

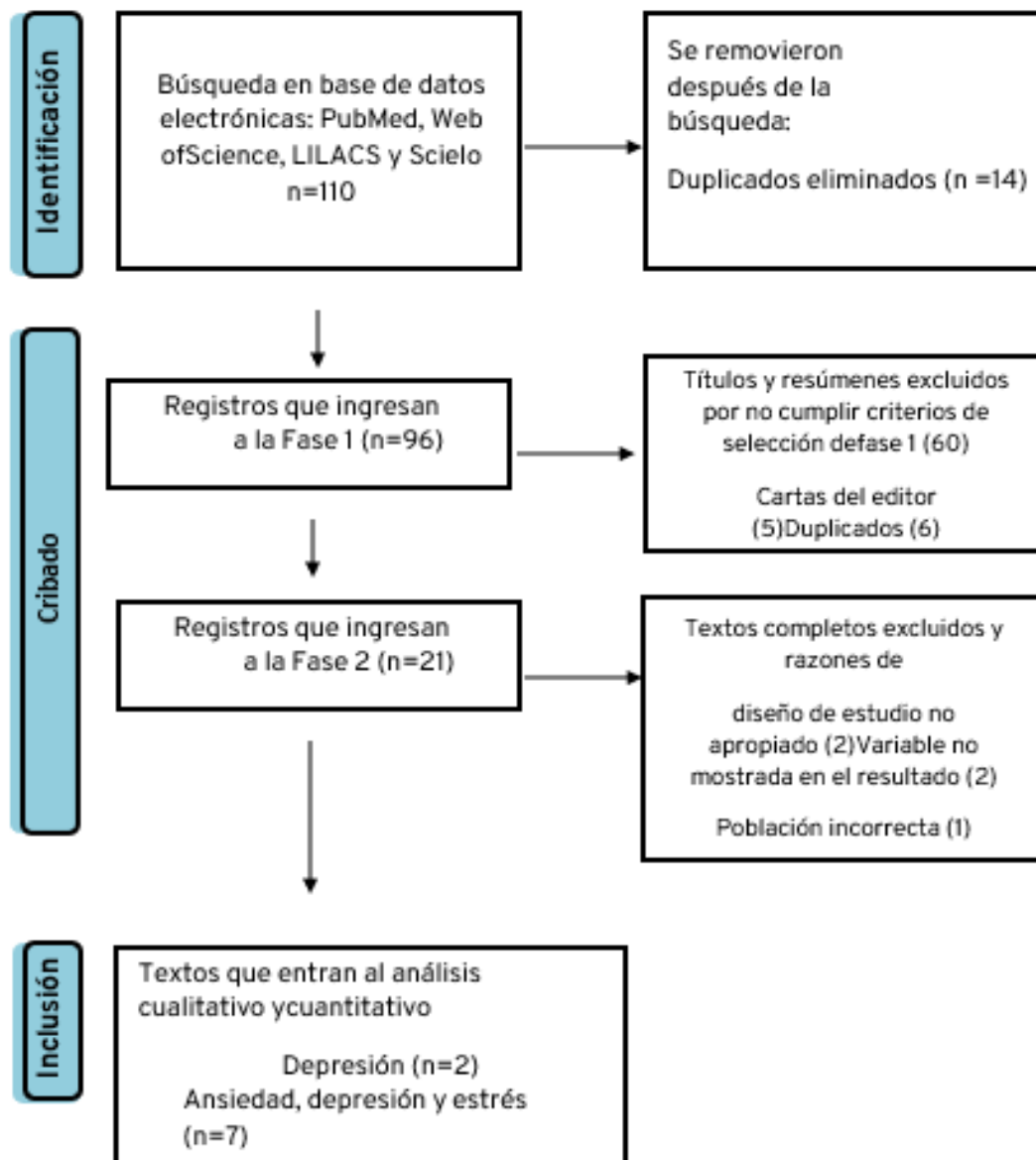
Dos artículos mencionan al miedo <sup>(2,21)</sup> además del estrés, depresión y ansiedad (2) y el otro además del estrés, ansiedad y deterioro de la salud mental <sup>(21)</sup> como efectos de la COVID-19.

Un artículo menciona a la ansiedad como efecto de la COVID-19 <sup>(5,26)</sup>, 5 artículos mencionan el deterioro de la salud mental <sup>(9,20,21,22,24)</sup> como un efecto de la COVID-19, 2 artículos mencionan a la angustia como un efecto de la COVID-19 <sup>(5,26)</sup> de la mano de la depresión y la ansiedad <sup>(5)</sup> en el otro caso se presenta en forma conjunta con el estrés, la depresión y la ansiedad <sup>(26)</sup>.

Un artículo menciona al insomnio como la alteración de la calidad del sueño <sup>(15)</sup> como efecto de la COVID 19 además de la depresión y la ansiedad <sup>(15)</sup>.

Estos estudios conllevan a determinar los efectos que tienen los descriptores ansiedad, estrés y depresión en la salud de las personas como efecto de la COVID 19 <sup>(7)</sup>.

**Figura 1**  
Flujograma de selección de investigaciones



Fuente: Prisma 2020 <sup>(13)</sup>

**Tabla 1**

*Análisis de los estudios, según características*

ITEM	Revista	Autor y año	Año de Recolección	Alcance	Estrés	Depresión	Miedo	Ansiedad	Salud mental	Otros	Publicación
1	Scielo	Ramírez J. et al. (2021)	2020	Subnacional					Trastornos mentales en los sobrevivientes (58.90%)	Trastornos depresivos (47-80%)	Castellano
2	Scielo	Ramírez J. et al. (2021)	2020	Subnacional	Estrés	Depresión				Estrés Postraumático	Castellano
3	Scielo	Moron A. et al. (2021)	2020	Subnacional	Estrés				Problemas mentales	Brujismo (Salud Oral)	Castellano
4	Web of Science	Pedraz B. et al. (2021)	2020	Subnacional		Depresión		Ansiedad		Agustia	Inglés
5	Web of Science	Sandoval K. et al. (2021)	2020 (22 de julio al 17 de agosto del 2020)	Nacional	Estrés	Depresión		Ansiedad			Castellano
6	Web of Science	Valero, N. et al. (2020)		Subnacional	Estrés	Depresión	Miedo	Ansiedad			Castellano
7	Web of Science	Hernández, J. (2020) (Marzo)	2020	Subnacional		Depresión		Ansiedad	Salud mental		Castellano
8	Web of Science	Alvaro Monterrosa A. et al. (2021)	2020	Subnacional	Estrés		Miedo	Ansiedad	Mayor deterioro de la salud mental		Castellano
9	Web of Science	Cantor, F. et al. (2021)		Subnacional	Estrés	Depresión				Aumento de estrés agudo, frustración	Castellano
10	Pub Medic	Ozamiz N. et al. (2021)	2020	Subnacional		Depresión		Ansiedad		Personas que expresan estrés con mayor frecuencia	Castellano
11	Pub Medic	Hernández A. et al. (2021)	2021	Subnacional		Depresión		Ansiedad			Inglés
12	LILACS	Camoni, L. et al. (2020)	2020	Subnacional				Ansiedad			Italiano
13	LILACS	Aemal Akhtar A. et al. (2021)	2021	Subnacional							Inglés
14	LILACS	Huarcaya, Jeff (2020)	2020	nacional		Depresión			Salud mental	Ansiedad, depresión y estrés.	Castellano
15	LILACS	Vatansever, D. et al. (2021)		Subnacional	Estrés	Depresión				Ansiedad y angustia	Inglés
16	LILACS	Barutcu, D. et al. (2021)	2021	Subnacional		Depresión		Ansiedad		Calidad de sueño Insomnio	Inglés

**DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES**

En el caso de la ansiedad, estrés y depresión, según los estudios incluidos, es posible concluir que esta epidemia, azota a los seres humanos de 184 países con consecuencias catastróficas <sup>(30)</sup>, un tercio de las personas expuestas a la COVID -19 tuvieron ansiedad, estrés y depresión; depresión y ansiedad o estrés y depresión incluyéndose a ello el miedo, la angustia, la frustración, soledad, abuso de sustancias y la pérdida del sueño (insomnio).

El análisis determinó que los problemas emocionales son ligeramente mayores en varones que en mujeres. No se tiene estudios que analicen ello.

Monterosa et al., determinó en su investigación que de un grupo de diez médicos generales que fueron evaluados, siete manifestaron síntomas de ansiedad o estrés vinculados a su labor, en comparación con cuatro que exhibie-

ron síntomas relacionados con el temor al coronavirus. Sandoval et al., en su investigación aplicó un cuestionario digital utilizando DASS-21, en ella evaluaron los factores relacionados, estimando las razones de prevalencias (RP) mediante regresiones de Poisson aplicada a una muestra de 284 encuestas aplicadas al 48,2 % de mujeres de mediana edad (22 años). Como resultado obtuvieron frecuencias moderadas de depresión, ansiedad y estrés del orden del 24,3, 28,5 y el 13,0 % respectivamente. Estos porcentajes aumentaron a medida que aumentaban las edades, siendo mucho más complicados en los adultos mayores que fueron los más vulnerables a esta pandemia. Experimentaron una marcada deterioro en su salud mental, manifestando temor a la muerte, a la ausencia de sus seres queridos, insomnio, pesadillas, síntomas de ansiedad generalizada, síntomas depresivos, la aparición de comportamientos obsesivos como el lavado de manos y la limpieza constante de objetos personales, así como síntomas carac-

terísticos del estrés postraumático, además de un consumo excesivo de sustancias como el alcohol <sup>(27)</sup>.

El 87.5 % de los estudios incluidos tuvieron un alcance subnacional. La mayoría de estos estudios incluidos en los metaanálisis, fueron representativos de al menos 5 países como España, Italia, Colombia, Cuba y Perú. Por lo que representa un bajo riesgo de sesgo y alta representatividad.

Teniendo en cuenta que sólo se tuvo dos estudios de contexto nacional realizados en Ayacucho y Lima. Se resalta la falta de estudios e investigaciones que aborden este tema con datos cuantitativos sobre la ansiedad, estrés y depresión.

No todos los estudios tuvieron los descriptores ansiedad, estrés y depresión. Si no que presentaron además descriptores depresión y ansiedad <sup>(5,15,19,18,23)</sup> descriptores estrés y depresión <sup>(17,25)</sup> como efecto de la COVID - 19 además de estar acompañado de la angustia <sup>(5)</sup>, insomnio <sup>(15)</sup>, estrés postraumático <sup>(25)</sup> y por otro lado un aumento del estrés agudo, frustración, soledad, abuso de sustancias <sup>(17)</sup> y el miedo como un deterioro de la salud mental <sup>(21)</sup> como efectos de la COVID-19. Ello se corrobora con lo que la Organización Panamericana de la Salud (OPS) afirma: Un trastorno neurológico o de salud mental ha sido diagnosticado en aproximadamente el 33% de las personas que han padecido COVID-19 <sup>(29)</sup>.

Si bien se incluyeron bases como Scielo, Web of Science, Pub Medic y LILACS se omitió estudios de tesis u otro tipo de manuscritos. Habiendo utilizado la metodología de prisma para la revisión sistemática con la rigurosidad que ella implica es poco probable que existan estudios no publicados en revistas indizadas que cumplan con los criterios de representatividad de los descriptores estrés, depresión y ansiedad <sup>(2,9,26)</sup>. La información a consignarse en tesis es poco probable por que la pandemia de la COVID 19 abarca recientemente los años 2020 y 2021. De otro lado, la meta-regresión mostró que mucha de la heterogeneidad existente fue secundaria, la recolección de la data de los estudios en un 75 % se dio en el año

2020 y el 25 % en el año 2021. Estos datos podrían estar asociados al aislamiento social obligatorio que se dio casi en todos los países del mundo en el año 2020.

Los resultados obtenidos relacionados a la ansiedad, estrés y depresión como consecuencia de la COVID -19 evidencian cuadros que se presentaron debido al encierro y aislamiento social que se dieron en diferentes partes del mundo, a la exposición con los pacientes infectados con la COVID-19 por parte del personal de salud considerados como la primera línea (médicos, enfermeras, psicólogos, técnicos de salud entre otros) por temor al contagio y contagiar a sus familiares al llegar a casa.

Vatanserver et al. determinó un potencial “tsunami” de trastornos relacionados con el estrés en las secuelas de tales eventos traumáticos. Además de neurológicos y síntomas psiquiátricos, incluyendo psicosis y trastornos neurocognitivos, síntomas similares a la demencia observados en pacientes con Covid-19.

El estudio realizado por Valero y su equipo contribuye al entendimiento de cómo la pandemia tiene un gran impacto en la salud mental y emocional. Además, ofrece pautas para afrontar esta situación y propone medidas para reducir sus consecuencias y secuelas.

Ozamiz et al., en su investigación refieren que el bienestar psicológico es muy importante para afrontar la COVID-19 y prevenir enfermedades mentales y gestionar las emociones, por lo que debemos estar preparados psicológicamente ante cualquier eventualidad.

Huarcaya J. debido al drástico aumento en el número de casos y fallecimientos, tanto la población en general como el personal de salud se vieron afectados por trastornos psicológicos, tales como ansiedad, depresión y estrés.

Barutco et al. demostraron que el alto estrés percibido se correlaciona positivamente con una pobre calidad del sueño e insomnio y también un predictor independiente de ansiedad y depresión en pacientes trasplantados

de riñón durante el brote de la Covid-19.

Hernández A. et al. elaboraron un cuestionario que consistía en DASS-21 en su versión en español, junto con el Cuestionario de Estrés Percibido, con el propósito de recolectar información sobre datos sociodemográficos y los efectos del confinamiento en la vida de los pacientes con enfermedad inflamatoria intestinal (EII).

El Ministerio de Salud reportó que durante los años 2020 y 2021 los problemas psicológicos más comunes incluyeron trastornos emocionales, depresión, estrés, ansiedad, apatía, irritabilidad, dificultades para conciliar el sueño, trastorno de estrés postraumático y sentimientos de enojo <sup>(27)</sup>. El impacto psicológico en el personal de salud fue extremadamente desafiante debido a la cuarentena, lo cual se manifestó en altos niveles de agotamiento mental, irritabilidad, dificultades para dormir, falta de concentración, problemas en la toma de decisiones y, como resultado, un rendimiento laboral disminuido <sup>(27)</sup>.

Según la OPS, más del 40% de la población brasileña ha experimentado dificultades de ansiedad, en nuestra patria, los síntomas de depresión se han multiplicado por cinco, y en Canadá, los niveles de ansiedad se han cuadruplicado como resultado de la pandemia de COVID-19 <sup>(29)</sup>.

Camoni et al. determinaron que es necesario la activación de programas de urgente detección e iniciación de salud mental perinatal de campañas de información a través de los centros de asesoramiento y salas de hospital.

La OMS en su informe El impacto de la COVID-19 comunican que los hallazgos indican que la pandemia del coronavirus SARS-CoV-2 ha tenido un impacto disruptivo en los servicios de salud mental esenciales en el 93 % de los países a nivel global, generando un aumento significativo en la necesidad de atención en salud mental. Se recomienda a los países que asignen recursos para abordar las necesidades de salud mental como parte integral de sus planes de respuesta y recuperación <sup>(28)</sup>.

En conclusión, se confirman que siete de cada diez médicos generales valorados presentaron síntomas de ansiedad o estrés laboral, un tercio de la población expuesta a la COVID-19 sufren de trastornos emocionales de ansiedad, depresión, estrés además de estrés postraumático <sup>(25)</sup> y por otro lado se da un aumento del estrés agudo, frustración, soledad, abuso de sustancias <sup>(17)</sup>, miedo e insomnio. Es necesario que los países activen programas de atención mental en el marco de sus planes de respuesta y recuperación de la COVID-19. Contribuciones:

GL y ZM participaron desde la concepción de la idea de la investigación, en la búsqueda, selección u análisis de la información. GL redactó el primer borrador del artículo.

Financiamiento: Los autores

Conflicto de interés: ninguno.

Material suplementario: Registro en la UNHEVAL.

## REFERENCIAS

- Maguiña C, Gastelo R, Tequen A. El nuevo Coronavirus y la pandemia del Covid-19. Rev Med Hered [Internet]. 2020 Abr [citado 2022 Mar 12]; 31(2): 125-131. Disponible en: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1018-X2020000200125&lng=eshttp://dx.doi.org/10.20453/r.mh.v31i2.3776](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1018-X2020000200125&lng=eshttp://dx.doi.org/10.20453/r.mh.v31i2.3776).
- Valero N, Vélez M, Duran A, Torres M. Afrontamiento del COVID-19: estrés, miedo, ansiedad y depresión. Rev Perú Med Exp Salud Pública. 2020;5(3):63-70. doi: <http://dx.doi.org/10.31243/ei.uta.v5i3.913.2020>
- Cost K, Crosbie J, Anagnostou E, et al. Mayormente peor, ocasionalmente mejor: impacto de la pandemia de COVID-19 en la salud mental de niños y adolescentes canadienses. Eur Psiquiatría Infantil Adolescente (2021). <https://doi.org/10.1007/s00787-021-01744-3>
- Rodríguez J. Impacto de la COVID-19 sobre la salud mental de las personas. Medcentro Electrónica. 2020; 24(3), 578- 594. <http://medicentro.sld.cu/index.php/medicentro/article/view/3203/2588%0Ahttp://medicentro>.



- sld.cu/index.php/medicentro/article/view/3203.
- Pedraz B, Krüger H, Arevalo M, Salmavides F, Anculle V, Dancuart M. Emotional Impact on Health Personnel, Medical Students, and General Population Samples During the COVID-19 Pandemic in Lima, Peru. *Revista Colombiana de Psiquiatría*. 2021;50(3), 189-198. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2021.04.006>
- Ramírez J, Fontecha J, Escobar F. Efectos del aislamiento social en el sueño durante la pandemia COVID-19. *Rev. Scielo*. 2020; x x, 1-22.
- Nereida Josefina Valero Cedeño<sup>1</sup>, M. V., Duran, A., & M.T. (Julio - Septiembre de 2020). Afrontamiento del COVID- 19: estrés, miedo, ansiedad y depresión? *Enfermería Investiga, Investigación, Vinculación, Docencia y Gestión*, 5(3). Recuperado el 20 de 03 de 2021.
- Campo A, Pedrozo J, Herazo E. Review of the COVID-19 Pandemic-related Perceived Stress Scale (PSS-10-C). *Revista Colombiana de Psiquiatría*. 2021; 50(3), 156-157. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2021.02.002>
- Sandoval K, Morote P, Moreno M, Taype A. Depresión, estrés y ansiedad en estudiantes de Medicina humana de Ayacucho (Perú) en el contexto de la pandemia por COVID-19. *Revista Colombiana de Psiquiatría*. 2021; x x, 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2021.10.005>
- Bravo, R. La declaración PRISMA 2020: Una guía actualizada para la publicación de revisiones sistemáticas - Traducción no autorizada de The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews publicada en 2021 por Matthew J Page et al. en varias revistas médicas internacionales. [https://ccamposhugf.files.wordpress.com/2021/04/prisma\\_2020\\_statement\\_definitivo-espanol-completo.pdf](https://ccamposhugf.files.wordpress.com/2021/04/prisma_2020_statement_definitivo-espanol-completo.pdf)
- Liberati A, Altman DG, Tetzlaff J, Mulrow C, Gøtzsche PC, Ioannidis JPA, et al. The PRISMA statement for reporting systematic reviews and meta-analyses of studies that evaluate.
- Explanation and elaboration. *PLoS Med*. 2009;6(7):e1000100. doi: <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000100>
- PRISMA, Informe Transparencia Prisma de revisiones sistemáticas y metaanálisis. <http://www.prisma-statement.org/>
- Akhtar, A., Bawanehc, A., Awwad, M., Al-Hayek, H., Sijbrandij, M., & Cuijpers, P. a. (2021). A longitudinal study of mental health before and during the COVID-19 pandemic in Syrian refugees. *European Journal Of Psychotraumatology*, 12, 1-9. doi: <https://doi.org/10.1080/20008198.2021.1991651>
- Barutcu, D., & Aydin, E. a. (2021). The association between perceived stress with sleep quality, insomnia, anxiety and depression in kidney transplant recipients during Covid-19 pandemic. *Plos One*, 1-12. doi: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0248117>
- Camoni, M., Palumbo, G., Del Re, D., Calamandrei, G., Barbano, G., & Cattaneo, M. a. (2020). Indicazioni di un programma di screening e trattamento per la gestione dell'ansia e della depressione perinatale nell'emergenza e post-emergenza COVID-19. *Salute Materno - Infantile*, 44 (5-6), 369-373. doi: <https://doi.org/10.19191/EP20.5-6.S2.139>
- Cantor, F., McDouall, J., Parrad, A., Martin, L., Paternina, N., González, C., Yomayusa, N. (2021). Cuidado de la salud mental del personal de salud durante COVID-19: recomendaciones basadas en evidencia y consenso de expertos. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 50(3), 225-231. doi: <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2021.02.007>
- Hernández, A., Ramos, L., Madrid, M., Pérez, L., Nosf, P., Hernández, V., and Barreiro, M. (2021). Psychosocial impact of the COVID-19 pandemic on patients with inflammatory bowel disease in Spain. A post lockdown reflection. *Gastroenterología y Hepatología*, 1-9. doi: <https://doi.org/10.1016/j.gastrohep.2021.08.007>
- Hernández, J. (2020). Impacto de la COVID-19 sobre la salud mental de las personas. Centro de Atención al Diabético. Instituto Nacional de Endocrinología. La Habana. Cuba. Recuperado el 20 de 03 de 2022.
- Huarcaya, J. (2020). Consideraciones sobre la Salud Mental en la Pandemia de COVID-19. *Rev Peru Med Exp Salud Publica*, 37(2), 327-334.
- Monterrosa, A., Dávila, R., Mejía, A., Contreras, J., Mercado, M., & Flores, C. (agosto -

- noviembre de 2020). Estrés laboral, ansiedad y miedo al COVID-19 en médicos generales colombianos. MED UNAB - Revista de la Facultad de Ciencias de la Salud, 23(2), 195-213. doi: <https://doi.org/10.29375/01237047.3890>
- Moron, A. (2021). El Estres y Bruxismo por COVID 19 como Factores de riesgo en la Enfermedad Periodontal. Scielo, 15(2), 309-314.
- Ozamiz, N., M, D., Picaza, M., & N, I. (2020). Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España. Cad. Saúde Pública, 36(4), 1-10. doi: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00054020>
- Ramirez, J., Castro, D., Lerma, C., Yela-Ceballos, & Escobar, F. (04 de Abril de 2021). Consecuencias de la Pandemia COVID 19 en la salud mental asociadas al aislamiento social. Scielo. doi: <https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.303>
- Ramirez, J., Fontecha, J. & Escobar, F. Efectos del Aislamiento Social en el sueño durante la pandemia COVID 19. Scielo. Recuperado de <https://preprints.scielo.org/preprint/download>.
- Vatansever, D., & Wang, S. a. (2021). Covid-19 and promising solutions to combat symptoms of stress, anxiety and depression. Neuropsychopharmacology, 217-218. doi: <https://doi.org/10.1038/s41386-020-00791-9>
- Instituto Nacional de Ciencias Neurológicas. Pandemia y su impacto Psicológico en la Población. 30 Abril del 2021. Recuperado de <https://www.incn.gob.pe/2021/04/30/pandemia-y-su-impacto-psicologico-en-la-poblacion/>
- Consejo general de la Psicología de España. Un estudio de la OMS advierte de los efectos de la pandemia sobre los servicios de salud mental. 11 noviembre del 2020. Recuperado de [https://www.infocop.es/view\\_article.asp?id=15053](https://www.infocop.es/view_article.asp?id=15053).
- Organización Panamericana de la Salud. La OPS destaca la crisis de la salud mental poco reconocida a causa de la COVID- 19 en las américas. 24 noviembre del 2020. Recuperado de <https://www.paho.org/es/noticias/24-11-2021-ops-destaca-crisis-salud-mental-poco-reconocida-causa-covid-19-americas>.
- Pérez, M., Alvarez, N., & Rodríguez, A. (Abril - Junio de 2020). Repercusión psicológica y social de la pandemia COVID-19. Revista electrónica Medymay, 27(2), 252-261. Recuperado el 27 de marzo de 2022, de <https://www.medigraphic.com/pdfs/revciemedhab/cmh-2020/cmh202p.pdf>.