

Stress and its impact during the covid-19 pandemic.

Estrés y su impacto durante la pandemia covid-19.

Autores:

Lic. Durán Pincay, Yelisa Stefania, Msc.
UNIVERSIDAD ESTATAL DEL SUR DE MANABÍ
Profesor de la carrera de laboratorio clínico
Jipijapa - Ecuador

 yelisa.duran@unesum.edu.ec

 <https://orcid.org/0000-0003-3944-6985>

Parrales Cevallos, Valeria Michelle
UNIVERSIDAD ESTATAL DEL SUR DE MANABÍ
Estudiante de la carrera de laboratorio clínico
Jipijapa - Ecuador

 parrales-valeria1799@unesum.edu.ec

 <https://orcid.org/0000-0003-4212-9112>

Quimis Menoscal, Jordan Edison
UNIVERSIDAD ESTATAL DEL SUR DE MANABÍ
Estudiante de la carrera de laboratorio clínico
Jipijapa - Ecuador

 quimis-jordan8614@unesum.edu.ec

 <https://orcid.org/0000-0002-7037-0272>

Chiquito Pionce, Edwin Alexander
UNIVERSIDAD ESTATAL DEL SUR DE MANABÍ
Estudiante de la carrera de laboratorio clínico
Jipijapa - Ecuador

 chiquito-edwin1749@unesum.edu.ec

 <https://orcid.org/0000-0003-2173-329X>

Citación/como citar este artículo: Durán, Y., Parrales, V., Quimis, J. y Chiquito, E. (2022). Estrés y su impacto durante la pandemia covid-19. MQRInvestigar, 6(3), 1240-1258.
<https://doi.org/10.56048/MQR20225.6.3.2022.1240-1258>

Fechas de recepción: 15-AGO-2022 Aceptación: 31-AGO-2022 Publicación: 15-SEP-2022

 <https://orcid.org/0000-0003-4212-9112>

<http://mqrinvestigar.com/>

Resumen

En el año 2020, debido a la pandemia de COVID-19, la vida pública se restringió masivamente, incluida la prohibición total del aprendizaje/enseñanza presencial en las escuelas y universidades. En un corto período de tiempo, la población se adaptó a sistemas digitales y en línea. La vida académica y privada se afectó por el impacto de las normas de contacto social e higiene. Para este estudio bibliográfico se analizaron 25 artículos científicos que fueron la base estructural de la investigación obtenidos de Scielo, PubMed y Redalyc, cuyo objetivo es analizar el estrés y su impacto durante la pandemia por COVID-19. Los resultados más relevantes indicaron que, durante la época de pandemia entre el 10 y el 30 % del público en general manifestó temores importantes de contraer la enfermedad. A causa del confinamiento, se reportaron aumento en las emociones negativas y el nivel de morbilidad psiquiátrica. En China uno de los lugares donde se originó en teoría el virus encontró que entre 1210 encuestados, el 53,8 % calificó el impacto psicológico del brote como moderado o grave, el 16,5 % informó síntomas depresivos moderados a graves, el 28,8 % informó síntomas de ansiedad moderados a graves y el 8,1% reportó niveles de estrés moderados a severos. En conclusión, el estudio revela variables psicológicas relacionadas con COVID-19. Si bien el distanciamiento social pudo hacer que las personas se sientan más seguras, también se aumentaron sus sentimientos de aislamiento, estrés y frustración hasta causar dificultades en su vida cotidiana.

Palabras clave: Pandemia, COVID-19, Aprendizaje, Enseñanza, Estrés.

Abstract

In the year 2020, due to the COVID-19 pandemic, public life was massively restricted, including a complete ban on face-to-face learning/teaching in schools and universities. In a short period of time, the population adapted to digital and online systems. Academic and private life was affected by the impact of the norms of social contact and hygiene. For this bibliographic study, 25 scientific articles were analyzed that were the structural basis of the research obtained from Scielo, PubMed and Redalyc, whose objective is to analyze stress and its impact during the COVID-19 pandemic. The most relevant results indicated that, during the pandemic period, between 10 and 30% of the general public expressed significant fears of contracting the disease. Due to confinement, an increase in negative emotions and the level of psychiatric morbidity were reported. In China, one of the places where the virus theoretically originated, found that among 1,210 respondents, 53.8% rated the psychological impact of the outbreak as moderate or severe, 16.5% reported moderate to severe depressive symptoms, 28.8% reported moderate to severe anxiety symptoms and 8.1% reported moderate to severe stress levels. In conclusion, the study reveals psychological variables related to COVID-19. While social distancing may have made people feel safer, it also increased their feelings of isolation, stress, and frustration, causing difficulties in their daily lives.

Keywords: Pandemic, COVID-19, Learning, Teaching, Stress.

Introducción

El presente artículo de revisión trata una temática importante cuyo objetivo es analizar el estrés y su impacto durante la pandemia COVID-19. El virus representó una amenaza real para la salud física y emocional. De hecho, investigaciones previas sobre virus muestran que las situaciones de pandemia ejercen un impacto emocional en los niveles de estrés y resiliencia de las personas debido al encierro al que fue expuesta la población.

La enfermedad del Coronavirus 2019 (COVID-19) se propagó rápidamente por todo el mundo, siendo reconocida como una pandemia por la Organización Mundial de la Salud (OMS). En general, durante una crisis sanitaria como esta, la lucha contra el patógeno y la salud física de las personas son los principales focos de atención de los gestores y profesionales sanitarios. Entre las posibles reacciones psicológicas, el escenario actual parece ser particularmente favorable para el desarrollo de trastornos de ansiedad y estrés (OMS, 2020).

En 2020, la población mundial esperaba que la pandemia de COVID-19 hubiera terminado en 2021 y que la vida normal se hubiera reanudado. No obstante, la situación es claramente diferente: la pandemia aún continúa aun con pocos contagios, pero con variantes novedosas y más contagiosas que conducen a mayores tasas de infección, en consecuencia, restricciones más estrictas en las interacciones sociales y más bloqueos. Para inicios de 2021, se informaron más de 156 millones de casos confirmados y más de 3,2 millones de muertes por COVID-19, con sistemas de salud en todo el mundo sobrecargados en ciertos momentos (Quiroz, y otros, 2020).

Un estudio de COVID-19 realizado en China encontró que entre 1210 encuestados del público en general, el 53,8 % calificó el impacto psicológico del brote como moderado o grave, el 16,5 % informó síntomas depresivos moderados a graves, el 28,8 % informó síntomas de ansiedad moderados a graves y el 8,1% reportó niveles de estrés moderados a severos. Otro estudio que examinó a 52 730 participantes en Hong Kong encontró que el 35% informó sentirse estresado por COVID-19, y las mujeres informaron niveles más altos de estrés que los hombres (Maguiña, Gastelo, & Tequen, 2020).

En este contexto, la pandemia y las medidas que la acompañaron han provocado cambios en las rutinas diarias de las personas, interacciones sociales limitadas, así como tensiones formadas entre familias encerradas y miedo a enfermarse y/o propagar el virus. Dado que la pandemia continúa y existe el riesgo de futuros brotes, es oportuno considerar su impacto en la salud emocional y los factores que están vinculados a la resiliencia frente a las enfermedades relacionadas con el estrés para guiar una respuesta positiva que reduzca el

riesgo de desarrollar problemas que afecten la tranquilidad de las personas (Etxebarri, Santamaria, Gorrochategui, & Mondragon, 2020).

En España se cita un estudio que reveló los niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19. participaron 976 personas de la Comunidad Autónoma Vasca y como resultado se observó que, existieron medias superiores en estrés, ansiedad y depresión en la población de 18-25 años, seguidos de 26-60 y, finalmente, la media en las tres dimensiones es inferior de los mayores de 60. Las percepciones y reacciones de los estudiantes ante eventos vitales tan impredecibles y amenazantes a nivel emocional han sido reportadas en diferentes países, no solamente en el continente europeo (Etxebarri, Santamaria, Gorrochategui, & Mondragon, 2020).

En otro contenido investigado en China, la ansiedad en trabajadores de la salud alcanzó un 23,04%, con niveles más altos en las mujeres que en los hombres, y también más entre las enfermeras que entre los médicos. Asimismo, en la población general de china se presentó un impacto psicológico moderado a severo del 53,8%, con un 16,5% de síntomas depresivos, un 28,8% de síntomas de ansiedad y un 8,1% de estrés, todos ellos entre moderados a severos (Vargas, 2020). Los factores asociados con un alto impacto psicológico y altos niveles de estrés, síntomas ansiosos y depresivos fueron el sexo femenino, ser estudiante y tener síntomas físicos específicos y una mala percepción de la propia salud. También se detectó un 35% de malestar psicológico en la población general, presentándolo más las mujeres que los hombres, así como los grupos de 18-30 y mayores de 60 años (Vargas, 2020).

Cabe destacar que, en circunstancias normales, las personas en aislamiento social, con movilidad restringida y poco contacto con otras personas, fueron propensas a simple vista a desarrollar complicaciones psiquiátricas que van desde síntomas aislados hasta trastornos mentales manifiestos como insomnio, ansiedad, depresión y trastorno de estrés postraumático. Por otro lado, las personas bajo el estrés del brote pueden presentar una marcada ansiedad y una importante disminución de la función social u ocupacional, lo que resulta en trastornos de adaptación y, en caso de persistencia del estado de ánimo triste, en el trastorno de depresión mayor.

Fundamento científico

Estrés y pandemia COVID – 19 en la salud

Los altos niveles de estrés en su mayoría se deben al aislamiento social y la separación de sus seres queridos como consecuencia de sus funciones laborales, exposición directa a la enfermedad y miedo a adquirir la infección durante el trabajo. Un estudio realizado en Canadá después del SARS-CoV identificó factores de estrés psicológico entre los trabajadores de la salud, incluida la percepción de estar en riesgo de contraer la infección, el impacto del brote en la vida laboral, un estado de ánimo depresivo, trabajar en una unidad de alto riesgo, cuidar a un solo paciente con SARS-CoV en lugar de muchos pacientes con la enfermedad (Sánchez & Coronado, 2020).

Varios factores pueden estar asociados con la respuesta normal al estrés en forma de manifestaciones de depresión y ansiedad en pacientes en cuarentena debido a una pandemia. Ese sentimiento de incertidumbre, así como las restricciones derivadas del aislamiento social preventivo, la posibilidad de que todos los planes futuros cambien drásticamente y la separación repentina del contexto social o familiar, son catalizadores frecuentes de depresión y ansiedad. Los factores de riesgo propuestos incluyen: género femenino, nivel socioeconómico bajo, conflictos interpersonales, uso frecuente de redes sociales, baja resiliencia y falta de apoyo social (Xiong, Lipsitz, Nasri, Lui, & Gill, 2020).

El miedo, producido por el estado de emergencia experimentado por la pandemia por COVID-19, tuvo el potencial de activar en las personas el eje hipotalámico-hipofisario-adrenal (HPA). El hipotálamo activa el sistema neuroendocrino para la secreción de la corticotropina, la cual genera la secreción de glucocorticoides y el aumento en la concentración de cortisol (Xiong, Lipsitz, Nasri, Lui, & Gill, 2020).

El cortisol, a su vez, afecta al cuerpo de diferentes maneras, por ejemplo, en el ciclo de sueño-vigilia, el metabolismo de la glucosa, la regulación de la presión sanguínea y el aumento de la energía para poder lidiar con el estrés. Todas estas reacciones, a largo plazo, desgastan los recursos energéticos del cuerpo lo que puede comprometer el sistema inmunitario, las funciones cognitivas, como la memoria y la resiliencia mental (Xiong, Lipsitz, Nasri, Lui, & Gill, 2020).

Muchas personas tuvieron que vivir la experiencia del trabajo doméstico obligatorio, mientras que otros, como los profesionales de la salud, vieron cambiar drásticamente sus rutinas y cargas de trabajo, lo que sin duda se refleja en su experiencia de estrés y ansiedad.

Dado que el COVID-19 es una condición muy reciente en la sociedad actual, todavía existen varios vacíos en los estudios, especialmente en lo que respecta a sus posibles implicaciones psicológicas (Pereira, Marçulo, Chinelato, & Ferreira, 2020).

En datos investigados, los resultados psicológicos observados durante y poco después de una situación de cuarentena se encontró que el 7% de la población encuestada presentaba síntomas de ansiedad y el 17%, sentimientos de ira. Sin embargo, en los seis meses posteriores a la cuarentena, los síntomas de ansiedad se habían reducido al 3% y los de ira al 6%. Cabe destacar que, el estrés y ansiedad están presentes no solo entre los trabajadores en cuarentena, sino también entre aquellos que no han interrumpido su labor laboral, como es el caso, de los profesionales de la salud (Pereira, Marçulo, Chinelato, & Ferreira, 2020).

COVID – 19 y estrés en el mundo del trabajo

La cuarentena y la intensificación del trabajo provocada por actividades remotas y/o por actividades laborales, debido a la pandemia del COVID-19, así como los mayores niveles de estrés y ansiedad derivados de la enfermedad, han llevado a los trabajadores a utilizar estrategias de afrontamiento para enfrentar tales condiciones adversas, como una forma de adaptarse a este nuevo escenario. En otras palabras, los trabajadores han buscado desarrollar esfuerzos psicológicos para manejar las exigencias y el consiguiente estrés y ansiedad a los que han sido sometidos (Suárez, González, Agudelo, & Jiménez, 2021).

Según la Teoría Transaccional del Estrés y el Afrontamiento de Folkman & Lazarus, 1980, indica que, los individuos establecen relaciones con su entorno a partir de dos procesos transaccionales: la evaluación cognitiva y el afrontamiento. La evaluación cognitiva se refiere al juicio de eventos ambientales y se lleva a cabo a través de la evaluación primaria y secundaria. En la fase primaria, los individuos evalúan las consecuencias del evento sobre su bienestar como positivas, irrelevantes o negativas. En otras palabras, el individuo, al interpretar su entorno, decide utilizar estrategias para afrontar la situación que le genera estrés (Suárez, González, Agudelo, & Jiménez, 2021).

La OMS ha recomendado que la salud física y mental y el bienestar psicosocial de los trabajadores de la salud requieran identificación y gestión. Se estima que entre el 30% y el 80% de las enfermeras presentaron estrés durante las pandemias. En China se realizó una indagación en la cual se observó que el 36,0% de la población mostró un alto nivel de estrés. Los encuestados en la provincia de Hubei presentaron más probabilidades de reportar altos niveles de estrés que aquellos en áreas de baja epidemia (OMS, 2020).

Los encuestados que salieron todos los días o cada dos días informaron mayores probabilidades de experimentar un alto nivel de estrés que los que salieron cada 8 a 14 días. Las personas con mayor percepción de riesgo eran más propensas a reportar altos niveles de

estrés. Los encuestados de 16 a 35 años tenían más probabilidades de reportar mucho estrés que los encuestados de 46 años o más. Los ingresos familiares más bajos y la alfabetización en salud más baja se relacionaron con mayores probabilidades de informar niveles altos de estrés (OMS, 2020).

Factores estresantes

Además de los factores estresantes de eventos ambientales causados por la epidemia, varios factores estresantes de eventos sociales fueron atribuibles a las medidas de contención de la epidemia. La posibilidad de contraer COVID-19 desafió a todo el público en general en China. Y, cuando las parejas enfrentan dificultades, como dificultades financieras o falta de apoyo del cónyuge, pueden experimentar una disminución pronunciada de la satisfacción conyugal, lo que puede conducir a un aumento de los niveles de estrés (Voltmer, Strumann, Walther, Kasem, & Kötter, 2021).

Entre otros factores, el estrés de los padres es el resultado de la brecha entre los desafíos de ser padre y la capacidad percibida de los padres para hacer frente a esos desafíos. La evidencia sugiere que las personas mayores están menos estresadas y menos afectadas por las consecuencias psicológicas de la cuarentena y el aislamiento social, mientras que las más jóvenes presentan los niveles más altos de estrés (Lozano, 2020).

Según una revisión sistemática sobre el impacto de la pandemia de COVID-19 en la salud mental de la población general. En países desarrollados se pudo evidenciar, tasas relativamente altas de síntomas de ansiedad (6,33 % a 50,9 %), depresión (14,6 % a 48,3 %), trastorno de estrés postraumático (7 % a 53,8 %), angustia psicológica (34,43 % a 38 %) y estrés emocional (8,1 % a 81,9 %) durante la pandemia de COVID-19 en China, España, Italia, Irán, EE. UU., Turquía, Nepal y Dinamarca. Los factores de riesgo asociados con las medidas de angustia incluyeron el género femenino, el grupo de edad más joven (≤ 40 años), la presencia de enfermedades crónicas/psiquiátricas, el desempleo, la condición de estudiante y la exposición frecuente a las redes sociales/noticias sobre COVID-19 (Cerqueira & Batista, 2021).

La pandemia de COVID-19, enfermedad causada por el Sars-CoV-2, se ha convertido en un estresor a nivel mundial, sobre todo porque representa una nueva infección viral, que se propaga rápida y fácilmente, sin conocimiento previo sobre vacunación, y ausencia, a este momento, de un medicamento totalmente eficaz contra la enfermedad. En este análisis se determinó que, el 72% de los estudiantes tenían alterada su rutina de sueño, el 65% tenían mayor dificultad para mantener el ánimo, el 34% tuvo un aumento estadísticamente significativo del estrés emocional, dolores de cabeza y apretar los dientes durante el día (Castillo & Velasco, 2020).

Todos estos factores, que son notablemente estresores, llevaron a un rápido cambio de hábitos sociales debido al riesgo inminente inherente a la condición patológica. El estrés es una condición capaz de potenciar la aparición de TTM y, además, altos niveles de estrés emocional pueden aumentar el tono muscular de la cabeza y el cuello, así como los niveles de actividad muscular parafuncional.

La pandemia de COVID-19 ha creado una nueva realidad, difícil de comparar con otros eventos estresantes que involucran a grandes grupos de personas, tales como, desastres naturales o conflictos masivos internacionales. La mayoría de los resultados de las investigaciones confirman que la pandemia ha contribuido a un aumento en el nivel de estrés experimentado por las personas, así como a un aumento en el número de pacientes que sufren de depresión y ansiedad (Vargas, 2020).

Otros factores estresantes por COVID – 19

En Ecuador, se observan datos de la presencia de síntomas de ansiedad y depresión en la población mientras fueron parte del cerco epidemiológico por COVID-19 durante los meses de marzo y abril del 2020. En este análisis se evidencia que, un 20% de una muestra evaluada presentaron síntomas de depresión moderados a severos y casi un 23% síntomas de ansiedad con similar severidad. En conclusión, se indica que el estado de la salud mental de los ecuatorianos en general fue afectada a nivel emocional al vivir la situación de pandemia por COVID-19 (Hermosa, Andrade, Manglano, & Chalezquer, 2021).

Una revisión de los estudios muestra que entre el 18,1% y el 45,2% de la población general informaron temor a la COVID-19. Además del factor estresante asociado directamente con la infección, también existen varios factores estresantes relacionados indirectamente con la pandemia, por ejemplo, el acceso a la atención médica, la situación económica individual, el aislamiento y la falta de contactos sociales, o simplemente un miedo a un futuro desconocido (Ortiza, Quintero, & Córdoba, 2020).

Como consecuencia de la experiencia del estrés en diversas áreas del funcionamiento, las personas luchan con diversos problemas, principalmente los relacionados con los trastornos de ansiedad. Al hacer frente al estrés, varias estrategias parecen tener diferentes efectos en la prevención o el apoyo de los síntomas psicológicos. La pandemia de COVID-19 ha tenido un impacto significativo en la salud mental pública. Por lo tanto, el monitoreo y vigilancia de la salud mental de la población durante crisis como una pandemia es una prioridad.

Impacto psicológico de la pandemia en la salud

Las crisis de salud como la pandemia de COVID-19 provocan cambios psicológicos, no solo en los trabajadores médicos, sino también en los ciudadanos, y dichos cambios psicológicos son instigados por el miedo, la ansiedad, la depresión o la inseguridad. La evidencia reciente en los estudios teóricos sugiere que las personas que se mantienen aisladas y en cuarentena experimentan niveles significativos de ansiedad, ira, confusión y estrés.

En análisis general a los hallazgos teóricos encontrados, se infiere que en las poblaciones que estaban particularmente en riesgo de experimentar consecuencias negativas para la salud emocional durante la pandemia, incluidos adultos jóvenes, personas que perdieron su trabajo, padres e hijos, comunidades de color y trabajadores esenciales. Se identificaron alto niveles de estrés y ansiedad (25 % frente a 13 %), pensamientos suicidas (26 %). Antes de la pandemia, los adultos jóvenes ya corrían un alto riesgo de problemas de estrés, pero se evidenció que la pandemia fue un detonante para desarrollar aún más el problema (Lozano, 2020).

En general, todos los estudios que han examinado los trastornos psicológicos durante la pandemia de COVID-19 han informado que las personas afectadas muestran varios síntomas de trauma mental, como angustia emocional, depresión, estrés, cambios de humor, irritabilidad, insomnio, déficit de atención trastorno de hiperactividad, estrés postraumático e ira. Debido a la patogenicidad del virus, la tasa de propagación y la alta tasa de mortalidad resultante, el COVID-19 puede afectar la salud emocional de las personas en varios estratos de la sociedad.

Materiales y métodos

El material e instrumento utilizado para el desarrollo del estudio fue información netamente teórica tomada de bases y datos y revistas científicas.

Criterios de inclusión

Se incluyeron artículos científicos e informes relacionados con el estrés y su impacto durante la pandemia COVID-19.

Criterios de exclusión

Se excluyeron datos no relacionados a la temática en estudio.

MÉTODOS

El estudio se desarrolla bajo una modalidad bibliográfica sistemática documental con base científicas, se tomaron como referencia artículos de teorías de revistas PudMed, Scielo, Google académico y Redalyc. Los elementos de la lista de verificación de la información incluyeron: título del artículo, nombre del primer autor, año de publicación, lugar de estudio, tamaño de la muestra, método prevalencia y niveles de estrés para mostrar la bibliografía mediante las normas Apa.

Resultados

Con base en los resultados obtenidos se muestran los siguientes estudios que se encuentran estrechamente relacionados con el estrés y su impacto durante la pandemia COVID-19. Se tomó una base de datos de 10 artículos científicos de estudios relacionados a la temática a nivel mundial para el análisis de la tabla.

Tabla 1: Estrés y su impacto durante la pandemia COVID – 19

<i>Autor / año</i>	<i>Título</i>	<i>Estrés</i>	<i>Impacto durante la pandemia COVID – 19</i>
(Lozano, 2020)	<i>Impacto de la epidemia del Coronavirus (COVID-19) en la salud mental del personal de salud y en la población general de China</i>	Se observó que la tasa de ansiedad del personal de salud fue del 23,04%, mayor en mujeres que en hombres y mayor entre las enfermeras que entre los médicos. Asimismo, en la población general de China se observó un 53,8% de impacto psicológico moderado a severo; un 16,5% de síntomas depresivos, un 28,8% de síntomas ansiosos y un 8,1% de estrés, todos entre moderados y severos.	La prevalencia de estrés fue mayor en mujeres, lo cual coincide con la teoría citada en la fundamentación teórica. Los factores asociados con un alto impacto psicológico y niveles elevados de estrés, síntomas de ansiedad y depresión fueron sexo femenino, ser estudiante, tener síntomas físicos específicos y una percepción pobre de la propia salud.
(Etxebarri, Santamaria, Gorrochategui, & Mondragon, 2020)	<i>Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España</i>	En los resultados de este estudio, y en contra de lo que se esperaba, se han encontrado medias superiores en estrés, ansiedad y depresión entre 18-25 años, seguidos de 26-60.	Se evidencia que en España el nivel de estrés afecto a la población mayor a 18 años respectivamente. Por lo tanto, se demuestra que el nivel de estrés fue un detonante importante durante el confinamiento en la población.
(Quero, Moreno, Molinari, Aguilar, & Rodríguez, 2021)	<i>Estudio del impacto emocional de la pandemia por COVID-19 en niños de 7 a 15 años</i>	La muestra del estudio incluyó 150 individuos: 77 niñas (51,3%) y 73 niños (48,7%) con una edad media de 10,85 +/- 2,01 años. Un 5% de los individuos de la muestra se catalogó como deprimidos según el punto de corte establecido, un 2 % de los individuos testados presentó ansiedad y estrés, y un 10% de	En este caso se evidencia que una población por debajo de los 18 años también se encontró afectada con el aumento de los niveles de estrés, cabe destacar que el efecto en la salud emocional es distinto de acuerdo a cada edad.

		los escolares de la muestra elegida presentaron irritabilidad.	
(Zaquinaula, Poma, & Lema, 2022)	<i>Relación entre la edad y el estrés durante la pandemia en el Ecuador</i>	La muestra estuvo conformada por 4220 personas de 19 provincias del Ecuador. Los más afectados en términos de estrés son las personas de entre 19 y 28 años de edad y que el turismo debe desarrollarse con un enfoque de anti-estrés de la demanda de manera constante.	Se demuestra que el estrés afecto a toda la población independientemente de la edad, pero prevaleció en las personas mayores a 18 años.
(Muñoz, Molina, Ochoa, Sánchez, & Esquivel, 2020)	<i>Estrés, respuestas emocionales, factores de riesgo, psicopatología y manejo del personal de salud durante la pandemia por COVID-19</i>	El trastorno de estrés postraumático, se presenta una prevalencia del 9%, incluye pensamientos intrusivos frecuentes, conductas evitativas, alteraciones en la cognición y el estado de ánimo, y alteraciones del estado de alerta y de reacción.	La enfermedad por SARS-Cov-2 (COVID-19) implica retos específicos para los trabajadores de la salud que predisponen a un mayor monto de estrés. Su alto contagio ha generado numerosos reportes de la enfermedad e, incluso, la muerte del personal en distintas partes del mundo, lo que genera un temor real en la atención a los pacientes, muchos de ellos sin diagnóstico al primer contacto
(Gutiérrez & González, 2021)	<i>Importancia de los factores que influyen en el desarrollo de ansiedad, depresión y estrés durante la pandemia de la COVID-19</i>	Acerca del estrés psicológico que incluye el estrés, ansiedad y depresión, demostró que las mujeres son más propensas a presentar estos trastornos en relación con los hombres, y las personas entre 18 y 30 años que tienen más acceso a las redes sociales, siendo vulnerables a la falsa información y pudiendo así generar estrés.	La pandemia ha afectado en el ámbito, social, económico y también psicológico. Las sensaciones que se ha generado son: estrés, depresión y ansiedad, que se reflejan en la población, y el principal síntoma es el estrés, que tiene un alto índice en la población.
(Pillajo, Pozo, Romero, & Soto, 2022)	<i>Factores sociodemográficos, calidad de vida y afrontamiento del estrés percibido en población ecuatoriana</i>	El 64,7% de los encuestados han sido diagnosticados con covid-19, el 52,4% tiene rara vez sentimientos negativos, el 27,7% casi nunca se han sentidos afectados como si algo grave fuera a ocurrir	El covid-19, en el ámbito estrés laboral, presenta nuevos retos y una recuperación incierta y lenta que provoca inestabilidad tiene por lo que se evaluó los síntomas psicósomáticos que

	<i>expuesta a la pandemia (covid – 19)</i>	inesperadamente con la pandemia y el 10,1% casi siempre se han sentido incapaz de controlar las cosas importantes de su vida por la pandemia.	se han presentado en los trabajadores, a consecuencia del estrés laboral en las organizaciones por covid-19 de la población ecuatoriana.
(Ozamiz, Dosil, Picaza, & Idoiaga, 2020)	<i>Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España</i>	Se han encontrado medias superiores en estrés, ansiedad y depresión entre 18-25 años, seguidos de 26-60 y, finalmente, la media en las tres dimensiones es inferior de los mayores de 60. Dado que la muestra más joven de este estudio era mayormente estudiante, este estrés se puede deber al estrés añadido que viven los y las jóvenes estudiantes, ante la necesidad de adaptarse al nuevo contexto educativo sin clases presenciales	En esta situación insólita es difícil predecir con exactitud y por tanto poder estimar las consecuencias psicológicas y emocionales del COVID-19. Las investigaciones que llegan de China, primer país afectado, apuntan a que el miedo a lo desconocido y la incertidumbre pueden llevar a evolucionar a enfermedades mentales como pueden ser los trastornos de estrés, ansiedad, depresión, somatización y conductas como aumento de consumo de alcohol y tabaco
(Velasco, Cunalema, Franco, & Vargas, 2021)	<i>Estrés percibido asociado a la pandemia por COVID-19 en la ciudad de Guayaquil, Ecuador</i>	De acuerdo al estrés percibido (17,017± 7,15) se describen síntomas de afectividad intensificados debido al COVID-19, como la elevación de los niveles de ansiedad, por la naturaleza de la amenaza biológica y de salud, lo que es sinónimo de imprevisibilidad, en las alteraciones afectivas y cognitivas que puede originar.	Los temores e incertidumbres generados por la llegada repentina, alta peligrosidad y exponencial crecimiento de la enfermedad unidos a las medidas subsecuentes como el aislamiento que modificaron drásticamente la rutina, nivel de vida y economía de cada individuo influenciaron grandemente en detrimento de la salud mental de las personas, elevando los reportes de ansiedad, depresión y estrés de la población.
(Puchaicela, Loza, Fiallo, Benítez, & Amaya, 2022)	<i>Evaluación de estrés, ansiedad y depresión en Ecuador durante la pandemia de COVID-19</i>	Se realizó un análisis de frecuencia donde se determinó que la población ecuatoriana que sufrió estrés en el mes de agosto fue en un 41%, depresión el 39% y ansiedad el 46%. Mediante un modelo de regresión lineal se encontró que el sexo y la edad son factores que influyen en el	Debido a la pandemia y el confinamiento, se han paralizado los servicios de salud mental de varios países a nivel mundial, además la lucha que se ha generado en la pandemia tienen a las personas vulnerables en diferentes situaciones como es el caso de estrés individual

		nivel de estrés, depresión y ansiedad.	o colectivo; ya que han vivido situaciones trágicas como la pérdida de seres queridos, bienes, empleos y deterioro en su salud.
--	--	--	---

Fuente: Autores

Análisis de los Resultados

Según lo expuesto, el estudio identificó factores relacionados con altos niveles de estrés percibido en personas mayores entre los 18 a 49 años en mayor prevalencia y en menores a 10 a 15 años por presentarse en una situación poco conocida como fueron las clases virtuales se da una prevalencia considerable. Con respecto a otros factores las poblaciones más vulnerables fueron personas que viven en lugares estrechos o hacinados, así como de bajos y medianos recursos económicos. Estos hallazgos pueden informar directamente a las instituciones y gobiernos de turnos que de manera unilateral hagan intervenciones en los centros de salud sean públicos o privados para implementar los servicios de Psicología en la cual puedan ayudar a los pacientes a controlar sus estadios de depresión, ansiedad y estrés, así mitigar los impactos en la salud emocional relacionados con la epidemia durante este brote o brotes futuros. La evidencia de este estudio también es valiosa para las comparaciones internacionales para comprender el impacto global de COVID-19 en la salud mental y los factores estresantes que se desencadenaron a partir de la situación que se vive en la actualidad a nivel global.

Discusión

Entre los principales aspectos relevantes encontrados en el estudio teórico, se demuestra que, la pandemia de COVID-19 se asocia a niveles de malestar psicológico muy significativos que afectan más a la población joven y adultos en muchos casos, lo que alcanzaría el umbral de relevancia clínica. Por lo tanto, se deben emplear acciones para mitigar los efectos de COVID-19 en la salud emocional de las personas como una prioridad de salud pública internacional.

Según Hermosa, Paz y col. (Hermosa, Andrade, Manglano, & Chalezquer, 2021). En su investigación narran que este estudio es uno de los primeros en describir el estado de la salud mental de los ecuatorianos durante el confinamiento. Así mismo Velasco (Velasco, Cunalema, Franco, & Vargas, 2021) intervino la población ecuatoriana y en su estudio determinó que los factores de la rutina, nivel de vida y economía de cada individuo influenciaron grandemente en detrimento de la salud mental de las personas. Es decir que se relaciona con los autores en mención.

De acuerdo a Etxebarri y col. (Etxebarri, Santamaria, Gorrochategui, & Mondragon, 2020) en su estudio se evidencia que el estrés afectó a la población mayor a 18 años demostrando que el nivel de estrés fue un detonante importante durante el confinamiento en la población, con esto concuerda Zaquinaula (Zaquinaula, Poma, & Lema, 2022) el cual indica que el estrés prevaleció en personas adultas. Sin embargo Quero y col. (Quero, Moreno, Molinari, Aguilar, & Rodríguez, 2021) intervinieron la población menor a 18 años y en su estudio determinó que también la población menor a 18 años se encontró afectada con el aumento de los niveles de estrés, es decir, que para cada grupo de edad, la salud emocional muestra distintos efectos.

Para Ozamiz (Ozamiz, Dosil, Picaza, & Idoiaga, 2020) en su estudio demuestra que el miedo a lo desconocido e incertidumbre pueden ocasionar patologías mentales en el individuo como depresión, ansiedad, trastornos de estrés, aumento del consumo de tabaco y alcohol. Velasco (Velasco, Cunalema, Franco, & Vargas, 2021) concuerda con el estudio realizado por Ozamiz y añade que los temores e incertidumbres ocasionados por el Covid – 19 modificaron la salud, nivel de vida, rutina y economía del individuo.

Por otra parte, Köverová, Ráczová Holevová (Köverová, Ráczová, & Holevová, 2021) se demuestra que los adultos mayores muestran que los niveles de ansiedad, estrés y preocupación por la infección por COVID-19 son moderados. Mientras que Campo, Pedrozo y Pedrozo (Campo, Pedrozo, & Pedrozo, 2020) determinan que los hallazgos son alentadores, que el factor que se ha identificado explica al menos el 50% de personas presentan estrés. No obstante, se propone usar el punto de corte ≥ 25 para alto estrés percibido relacionado con

COVID-19 en las eventuales investigaciones. Además, es importante probar el desempeño del EEP-10-C, dadas las variaciones que se pueden observar según las características de la población, y llevar a cabo un análisis factorial confirmatorio cuando se cuente con un AFE con mejores indicadores. Cabe mencionar que estos autores también tienen una correlación de acuerdo a sus investigaciones.

Conclusiones

En los datos recolectados refleja que un gran porcentaje de jóvenes y adultos presentan afecciones de salud efectos adversos psicológicos los cuales son medibles mediante pruebas psicométricas. Además, se ven reflejados varios factores que podrían relacionarse con eventos adversos psicológicos, pero la mayoría de estos no mostraron asociación con la presentación de estos eventos. Por otra parte, el sexo femenino se encontró como factor asociado con síntomas de ansiedad. Las entidades de salud deben brindar atención a cualquier persona que enfrente problemas abrumadores de salud emocional para que puede conectarse con médicos y psiquiatras desde su hogar mediante las opciones de telesalud con la finalidad de ayudarlos a superar el problema. Esta investigación muestra que la pandemia está teniendo efectos importantes en la salud emocional de ciertos grupos, a nivel mundial. Y, los servicios de salud para tratar problemas emocionales son muy limitados, por lo que es urgente desarrollar programas de prevención sostenibles y basados en evidencia en respuesta a la pandemia.

Referencias bibliográficas

- Campo, A., Pedrozo, M., & Pedrozo, J. (2020). Escala de estrés percibido relacionado con la pandemia de COVID-19: una exploración del desempeño psicométrico en línea. *Rev Colomb Psiquiatr*, 229-230. doi: 10.1016/j.rcp.2020.05.005
- Castillo, R. P., & Velasco, M. F. (2020). Salud mental infanto-juvenil y pandemia de Covid-19 en España: cuestiones y retos. *Revista de Psiquiatría Infanto-Juvenil*. doi:10.31766/revpsij.v37n2a4
- Cerqueira, T. R., & Batista, S. G. (2021). Impact of the COVID-19 Pandemic on Stress, Sleep, and Oral Health in University Students. *Review article*. doi:doi.org/10.3389/fpain.2021.744264
- Etxebarri, N. O., Santamaria, M. D., Gorrochategui, M. P., & Mondragon, 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. *Cadernos de Saúde Pública*, 36(4). doi:https://doi.org/10.1590/0102-311X00054020
- Gutiérrez, F., & González, A. (2021). Importancia de los factores que influyen en el desarrollo de ansiedad, depresión y estrés durante la pandemia de la COVID-19. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*.
- Hermosa, B. C., Andrade, P. C., Manglano, P. G., & Chalezquer, J. (2021). Síntomas De Depresión, Ansiedad Y Estrés En La Población General Ecuatoriana Durante La Pandemia Por COVID-19. *Revista Ecuatoriana de Neurología*, 30(2). doi:https://doi.org/10.46997/revecuatneurol30200040
- Köverová, M., Ráczová, B., & Holevová, B. (2021). Predictores de ansiedad, estrés y preocupación por la infección por COVID-19 en adultos mayores durante la primera y la segunda ola de la pandemia de COVID-19 en Eslovaquia. *Gerontol Geriátrico Med*. doi:doi: 10.1177/23337214211047642
- Lozano, V. A. (2020). Impacto de la epidemia del Coronavirus (COVID-19) en la salud mental del personal de salud y en la población general de China. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 83(1), 51-56. doi:http://dx.doi.org/10.20453/rnp.v83i1.3687
- Maguiña, V. C., Gastelo, A. R., & Tequen, B. A. (2020). El nuevo Coronavirus y la pandemia del Covid-19. *Revista Medica Herediana*, 31(2), 125-131. doi:http://dx.doi.org/10.20453/rmh.v31i2.3776
- Muñoz, S., Molina, D., Ochoa, R., Sánchez, O., & Esquivel, A. (2020). Estrés, respuestas emocionales, factores de riesgo, psicopatología y manejo del personal de salud durante la pandemia por COVID-19. *Acta Pediátrica de México*, 127-136.
- OMS. (2020). La OMS caracteriza a COVID-19 como una pandemia. *Organizacion Mundial de la Salud*. Obtenido de <https://www.paho.org/es/noticias/11-3-2020-oms-caracteriza-covid-19-como-pandemia>
- Ortiza, J. R., Quintero, D. C., & Córdoba, C. L. (2020). Consecuencias de la pandemia de la COVID-19 en la salud mental asociadas al aislamiento social. *Departamento de Psiquiatría. Facultad de Medicina. Universidad Nacional de Colombia*. doi:doi: https://doi.org/10.5554/22562087.e930
- Ozamiz, N., Dosil, M., Picaza, M., & Idoiaga, N. (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. *Artigo Cad. Saúde Pública*. doi:https://doi.org/10.1590/0102-311X00054020

- Pereira, M. M., Marçulo, A. d., Chinelato, R. S., & Ferreira, M. C. (2020). Anxiety and coping strategies during the Covid-19 pandemic: The mediating role of positive attitudes at work. *Estudos de Psicologia (Natal)*, 25(2), 167-176. doi:dx.doi.org/10.22491/1678-4669.20200017
- Pillajo, C., Pozo, E., Romero, Y., & Soto, Y. (2022). Factores sociodemográficos, calidad de vida y afrontamiento del estrés percibido en población ecuatoriana expuesta a la pandemia (covid – 19). *Revista U-mores*. doi: <https://doi.org/10.35290/ru.v1n2.2022.598>
- Puchaicela, S., Loza, J., Fiallo, I., Benítez, A., & Amaya, A. (2022). Evaluación de estrés, ansiedad y depresión en Ecuador durante la pandemia de COVID-19. *Rev. La ciencia al servicio de la salud y la nutrición*. doi:<http://dx.doi.org/10.47244/cssn.Vol13.Iss1.667>
- Quero, L., Moreno, M. Á., Molinari, P. d., Aguilar, R. E., & Rodríguez, C. C. (2021). Estudio del impacto emocional de la pandemia por COVID-19 en niños de 7 a 15 años. *Revista de Psiquiatría Infanto-Juvenil*, 38(1). doi:<https://doi.org/10.31766/revpsij.v38n1a4>
- Quiroz, C. C., Pareja, C. A., Valencia, A. E., Enriquez, V. Y., De Leon, D. J., & Aguilar, R. P. (2020). Un nuevo coronavirus, una nueva enfermedad: COVID-19. *Horizonte Médico (Lima)*, 20(2). doi:<http://dx.doi.org/10.24265/horizmed.2020.v20n2.11>
- Sánchez, N. F., & Coronado, R. S. (2020). Origen, características estructurales, medidas de prevención, diagnóstico y fármacos potenciales para prevenir y controlar COVID-19. *Medwave*, 20(8). doi:10.5867/medwave.2020.08.8037
- Suárez, V. J., González, M. B., Agudelo, J. C., & Jiménez, E. N. (2021). El impacto de la pandemia de COVID-19 en los trastornos mentales. Una revisión crítica. *Int J Environ Res Salud Pública*, 18(19). doi:10.3390/ijerph181910041
- Vargas, A. (2020). Impacto de la epidemia del Coronavirus (COVID-19) en la salud mental del personal de salud y en la población general de China. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 83(1), 51-56. doi:<http://dx.doi.org/10.20453/rnp.v83i1.3687>.
- Velasco, R., Cunalema, J., Franco, J., & Vargas, G. (2021). Estrés percibido asociado a la pandemia por COVID-19 en la ciudad de Guayaquil, Ecuador. *Boletín de Malariología y Salud Ambiental*, 38-46.
- Voltmer, E., Strumann, S. K., Walther, A., Kasem, M., & Kötter, K. T. (2021). The impact of the COVID-19 pandemic on stress, mental health and coping behavior in German University students. *BMC Public Health*, 21-25. Obtenido de <https://bmcpublihealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-021-11295-6#citeas>
- Xiong, J., Lipsitz, O., Nasri, F., Lui, L. M., & Gill, H. (2020). Impact of COVID-19 pandemic on mental health in the general population: A systematic review. *J Affect Disord*. doi:10.1016/j.jad.2020.08.001
- Zaquinaula, M. A., Poma, M. R., & Lema, F. A. (2022). Relación entre la edad y el estrés durante la pandemia en el Ecuador; propuesta de estrategias turísticas. *Universidad Técnica de Cotopaxi*. doi:https://doi.org/10.33936/eca_sinergia.v13i1.3808

Conflicto de intereses:

Los autores declaran que no existe conflicto de interés posible.

Financiamiento:

No existió asistencia financiera de partes externas al presente artículo.

Agradecimiento:

N/A

Nota:

El artículo no es producto de una publicación anterior, tesis, proyecto, etc.

