



## SALUD MENTAL EN URUGUAY EN ÉPOCA DE COVID-19

ESTUDIOS DISPONIBLES, HALLAZGOS  
Y TENDENCIAS.

**Mag. Luis Carrizo** (Coordinadora de  
Psicólogos del Uruguay)



**Serie Estados de  
Situación de RISEP N° 4**  

---

**Mayo de 2021**

## SERIE ESTADOS DE SITUACIÓN DE RISEP

La **Red de investigación en ciencias sociales para enfrentar las secuelas de la pandemia (RISEP)** es una iniciativa de la **Academia Nacional de Ciencias del Uruguay (ANCIU)**, las distintas entidades de las Naciones Unidas que trabajan en el país, representadas por la **Oficina de la Coordinadora Residente de las Naciones Unidas en Uruguay (OCR)** y el **Consejo Nacional de Innovación, Ciencia y Tecnología (CONICYT)** de Uruguay.

Su **objetivo** es promover la investigación y la elaboración de propuestas, apelando a las contribuciones de los diversos centros de investigación existentes y al fluido intercambio de información y análisis entre los mismos. Se persigue una mirada diversa y plural y un espacio para que estas distintas perspectivas dialoguen entre sí. Se busca igualmente promover la mayor articulación posible con las distintas esferas del Estado y los actores económicos y sociales, tanto para recibir y brindar información, como para intercambiar análisis y propuestas para contribuir a una mejor gestión pública y a una economía y organización social fortalecida y al servicio de todos los uruguayos. Si bien el énfasis está en lo económico-social y las políticas en este plano, es claro el vínculo con muchas otras áreas del saber. Se busca, igualmente, conectar con las redes internacionales de conocimiento y el aprendizaje sobre la experiencia internacional, canalizando especialmente, los aportes de la diáspora uruguaya.

La **Serie Estados de Situación de RISEP** presenta un conjunto de análisis del estado de la investigación en diferentes esferas específicas, elaborados por miembros de las diferentes áreas de RISEP, y que identifican diferentes problemas en los que se debería focalizar la investigación. Estos documentos cuentan con el respaldo de la coordinación de RISEP, aunque son igualmente responsabilidad de sus autores firmantes y no comprometen la opinión de las tres organizaciones convocantes, ni la del conjunto de organizaciones que han adherido a la iniciativa.

# SALUD MENTAL EN URUGUAY EN ÉPOCA DE COVID-19

## ESTUDIOS DISPONIBLES, HALLAZGOS Y TENDENCIAS.

Mag. Luis Carrizo (Coordinadora de Psicólogos del Uruguay)<sup>1</sup>

### RESUMEN

En este documento se sintetizan los principales resultados de investigación realizados en Uruguay en el último año con respecto al impacto de la epidemia de Covid-19 sobre la salud mental de la población. Si bien existen múltiples trabajos en curso y los hallazgos aún son incipientes, es posible identificar importantes tendencias y mensajes emergentes. Se presenta una síntesis de los estudios disponibles y sus resultados, con especial atención a las poblaciones más vulnerables. Asimismo, se relevan los mensajes prioritarios, los temas principales que han sido abordados, y se proponen líneas de investigación a partir de los trabajos revisados.

### 1. INTRODUCCIÓN

*Salud mental:* concepto multidimensional y dinámico, asociado a un estado de bienestar integral, cuyo debilitamiento impacta potencialmente en todas las esferas del quehacer humano, muchas veces de manera determinante.

Por estudios recientes, tanto en Uruguay como a nivel internacional, es claro que la pandemia repercute negativamente sobre la salud mental de las poblaciones en general, y de los grupos más vulnerables en particular. Distanciamiento físico, cuarentena, incertidumbre, factores propios de la evolución de la pandemia, son condicionantes críticos para la estabilidad y el bienestar emocional. Los efectos provocados por el impacto en el empleo y la educación, más las restricciones en los ámbitos familiares, comunitarios, sociales y culturales, incrementan la profundidad y la amplitud de los impactos.

Este documento busca ofrecer un sintético panorama de los resultados de estudios realizados en nuestro país -y referencias a nivel internacional-, con información sistematizada sobre Covid-19 y salud mental en Uruguay.

Para ello, se revisan una serie de documentos académicos desde las ciencias sociales y humanas, elaborados desde el inicio de la pandemia. Se trata de importantes referencias para visualizar las grandes líneas del panorama actual de la investigación, aunque el registro documental no es de ninguna forma exhaustivo.

La revisión aquí ofrecida tiene el propósito de nutrir el debate a nivel de políticas públicas respecto a los efectos de la pandemia en la salud mental de la población, así como

---

<sup>1</sup> El autor agradece los comentarios y aportes de las colegas integrantes de la Comisión de Salud Mental de la Coordinadora de Psicólogos del Uruguay: Psic. Rosina Machiñena, Mag. Ana Monza y Lic. Karina Becavach.

contribuir con la ciudadanía para el mejor abordaje de estos temas en los distintos ámbitos de actividad.

## 2. PANORAMA GENERAL

Desde que se declaró la emergencia sanitaria en Uruguay, el 13 de marzo de 2020, se han elaborado distintos estudios y artículos sobre el impacto de la pandemia en la salud mental de la población, algunos de ellos desde un punto de vista general, mientras otros se focalizan en poblaciones particulares (centros educativos, adolescentes, adultos mayores). Algunos de ellos vieron la luz de manera muy próxima al inicio de la emergencia (Bericat y Acosta, 2020), varios estudios fueron comenzados en primer y segundo semestre de 2020, y una interesante cantidad de investigaciones aún están hoy en curso, y ofrecerán sus resultados en un futuro próximo. Los equipos de investigación a cargo de estos trabajos provienen de distintos sectores de la academia, diversas universidades, y tienen en común una configuración multidisciplinaria y un abordaje interdisciplinario.

Es importante destacar, asimismo, que todos los estudios nacionales incluyen importantes referencias del debate y la literatura científica internacional, que ha producido documentos y hallazgos de gran relevancia. Invalorables plataformas de análisis e información científica, como la [Mental Health COVID<sup>2</sup>](#) o [The Lancet COVID-19 Commission<sup>3</sup>](#), con un área especialmente destinada a [Salud Mental y Bienestar](#), son recursos de incuestionable valor científico para poner en diálogo los estudios y experiencias nacionales sobre el tema. Mención adicional merecen los trabajos de las agencias del sistema de Naciones Unidas, desde su propio Secretario General Antonio Guterres en adelante, que han generado mensajes y recomendaciones de gran utilidad en el campo de la Salud Mental

En las revisiones sobre impactos de la pandemia, con particular atención a los efectos de la cuarentena y el aislamiento sobre la salud mental en distintas poblaciones (niños, adolescentes, trabajadores de la salud), diversos estudios internacionales (De Cock, J. et al., 2021; Li, D., Xiaoxun, S. et al., 2020; Gloster AT, Lamnisos D. et al., 2020) informan sobre efectos psicológicos negativos, incluyendo síntomas de estrés postraumático, depresión, confusión e ira.

En Uruguay existen variados estudios en curso en este momento, y algunos de ellos se encuentran en fase de validación de resultados, por lo que se espera que en un futuro próximo puedan ser de público conocimiento. Entre otros, en la Facultad de Psicología de la Universidad de la República, se lleva adelante el Proyecto de investigación *“Impacto psicológico de la crisis de COVID-19 en adultos residentes en Uruguay”*, bajo la responsabilidad del Prof. Adj. Dr. Hugo Selma (Selma, H. et al., 2020). El estudio aborda el impacto de la crisis por la COVID-19 en la salud mental de la población uruguaya mayor de 18 años, a través de una serie de escalas que evalúan variables sociodemográficas, nivel socioeconómico, síntomas psicopatológicos, consumo de drogas, rasgos de personalidad y riesgo suicida. De acuerdo a este estudio, en los países donde las medidas fueron estrictas se observaron niveles elevados de ansiedad, depresión, síntomas psicopatológicos

---

<sup>2</sup> Consorcio internacional de Universidades, con la tarea de revisión permanente de todos los estudios publicados mundialmente, que evalúen los impactos de la pandemia sobre la salud mental.

<sup>3</sup> Iniciativa colaborativa con la coordinación de Jeffrey Sachs, entre The Lancet, el Center for Sustainable Development de la Columbia University y la Sustainable Development Solutions Network (SDSN).

generales, síntomas de trastorno por estrés postraumático y distrés, y cita como referencias distintos estudios internacionales (entre otros, Wang, C. et al., 2020; Mazza, C., et al., 2020). Asimismo, el mismo estudio menciona que, en esos países, se observa un empeoramiento en la calidad y cantidad de sueño, así como un aumento en el consumo de medicación para dormir durante la cuarentena.

Entre otros instrumentos, esta investigación evalúa nueve dimensiones de síntomas psicopatológicos: somatizaciones, obsesiones y compulsiones, sensibilidad interpersonal, depresión, ansiedad, hostilidad, ansiedad fóbica, ideación paranoide y psicoticismo (Sandín et al., 2008). Asimismo, también utiliza un autorreporte que evalúa las siguientes dimensiones de personalidad: impulsividad-búsqueda de sensaciones no socializada, neuroticismo-ansiedad, agresión-hostilidad, actividad y sociabilidad (Póo et al., 2013).

Si bien los resultados aún no están disponibles (como en la mayoría de los estudios en proceso en Uruguay), sí es posible adelantar algunos avances, que son convergentes con estudios internacionales, tales como la prevalencia absoluta de depresión y ansiedad, así como la fuerte asociación entre variables referidas a vulnerabilidad, población joven y nivel socioeconómico al valorar impactos negativos del Covid-19 en la salud mental. Por ejemplo, los indicadores relacionados con sentimientos de “desesperanza” mostraron, en cualquier momento del proceso de la toma (culminada en el mes de octubre) altos guarismos, muy por sobre lo normal, siendo la desesperanza correlacionada fuertemente con el riesgo de suicidio (entre marzo y mayo del 2020, las llamadas telefónicas a la Línea Vida de prevención del suicidio, aumentaron 200%). Distintos estudios internacionales son convergentes con las tendencias que señala este estudio, indicando la mayor vulnerabilidad de la población joven (fundamentalmente en el medio urbano) en los síntomas de depresión y ansiedad. Como veremos en un apartado posterior de este informe, la población joven constituye una de los segmentos poblacionales más impactados por la pandemia.

A este respecto, el proyecto *“Viralizando la prevención. Análisis y capacidades de respuesta de la prevención del suicidio y la Línea VIDA en Covid-19”* (Canetti, A y González, V, 2020) realizado por un equipo de Facultad de Medicina y Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de la República, con el apoyo de la CSIC (Comisión Sectorial de Investigación Científica), movilizó actores territoriales en regiones de Uruguay que mostraron significativo incremento de conductas suicidas en entorno de pandemia, para brindar herramientas de intervención y difundir las prestaciones disponibles para la prevención del suicidio en todo el territorio. El proyecto tomó en cuenta diversos estudios internacionales que enfatizan el valor potencial de las adversidades emergentes de la pandemia para resultar en conductas suicidas, máxime teniendo en cuenta las altas tasas de suicidio existentes previamente en nuestro país.

A partir de datos disponibles del Sistema de Gestión en Seguridad Pública (SGSP, Ministerio del Interior) y la Línea Vida (ASSE), el proyecto constató un incremento significativo de la conducta suicida en el comparativo de los períodos enero-noviembre del 2019 y 2020, verificándose un aumento principalmente en los intentos de autoeliminación. A partir de ello, se diseñó una estrategia comunicacional para difundir las prestaciones existentes, involucrando actores y organizaciones sociales de proximidad con la población de mayor riesgo de conducta suicida.

Con similar preocupación, el proyecto *“Conducta suicida en tiempos de COVID-19. Aporte integral para la información y prevención”* (Larrobla, C y Hein, P, 2020) también desarrollado en el marco de la CSIC, por Facultades de Medicina y Ciencias Sociales, apunta a reducir los factores de riesgo y los efectos de la conducta suicida asociados a la crisis generada por el

COVID-19. El proyecto se desarrolla bajo la responsabilidad de Cristina Larrobla (Facultad de Medicina) y Pablo Hein (Facultad de Ciencias Sociales).

En su fundamentación, los académicos plantean que los suicidios han aumentado en Uruguay en las últimas dos décadas. A partir de estos antecedentes, los efectos de la pandemia serán muy importantes, si se consideran las acciones sanitarias de distanciamiento social, medidas económicas con pérdida de fuentes de ingreso, y suspensión de la educación presencial. Los autores señalan que estos factores económicos, psicosociales y culturales desencadenan durante y después de la crisis, efectos psicológicos (miedo, frustración, impotencia y soledad). La imprevisibilidad e incertidumbre impactarían en la salud mental de la población generando depresión, ansiedad y estrés postraumático. El proyecto apuesta a una prevención post pandemia, que jerarquice las intervenciones y dote a la sociedad civil de herramientas de prevención seguras y confiables.

Adicionalmente, algunos estudios (Lola Kola, Brandon A Kohrt et al., 2021) señalan que los impactos en países de renta media y baja están asociados a una mayor prevalencia de problemas de salud mental, y que las poblaciones más desfavorecidas económicamente tienen mayor probabilidad de sufrir alteraciones emocionales en entorno de pandemia. Estos autores proponen aprovechar la oportunidad que ofrece la pandemia para “reimaginar” la salud mental mundial, cambiando el rumbo de los enfoques biomédicos estrechos, hacia perspectivas psicosociales orientadas a la comunidad, a la hora de establecer las prioridades de las intervenciones y de los programas.

Por su parte, en el ámbito de la cooperación académica internacional, corresponde mencionar al proyecto COH-FIT Global (*Collaborative Outcomes Study on Health and Functioning During Infection Times*), proyecto de investigación internacional en el que participa la Universidad Católica del Uruguay<sup>4</sup>, con el objetivo de evaluar, a través de encuesta online, el impacto de la pandemia de COVID-19 y las medidas de distanciamiento social en la salud mental y el bienestar de la población general, los factores de protección y riesgo involucrados. El proyecto ha sido implementado en más de 40 países y cuenta con la colaboración de más de 200 investigadores a nivel mundial.

Para Uruguay, a principios de mayo del 2021, esta encuesta registra respuestas de 2106 personas, y sus resultados preliminares, vinculados a los impactos a nivel emocional, señalan que *más de un tercio de los participantes reportaron un empeoramiento en sus niveles de estrés* en las últimas dos semanas, en comparación al tiempo anterior a la pandemia. El mayor aumento se observó entre las mujeres y los adultos jóvenes. En lo que refiere a los *sentimientos de soledad*, casi un tercio de los participantes reportaron que ésta empeoró, y únicamente un grupo pequeño (menos de 6%) reportó haber experimentado una mejora en sus niveles de soledad en comparación al tiempo anterior a la pandemia.

Asimismo, un estudio internacional multicéntrico actualmente en curso en Uruguay, busca describir el impacto de la pandemia del COVID-19 en la salud y salud mental de los/as trabajadores/as de salud en diferentes contextos sanitarios y países. La investigación “*Impacto de la pandemia de COVID-19 en la salud mental de los trabajadores en centros de salud*”<sup>5</sup>, en Uruguay está siendo implementada por un equipo interdisciplinario de las

---

<sup>4</sup> Equipo de [Proyecto COH-FIT en Uruguay](#): Mag. Andrés Estradé, Dra. Cecilia Cracco, Lic. Alejandro Anselmi.

<sup>5</sup> Por mayor información, ver: <https://mentalnet.cl/>

Facultades de Psicología, Medicina y Enfermería, de la Universidad de la República. Se estima que, próximamente, estará disponible un primer reporte de resultados nacionales.

### 3. ESTRATEGIAS PARA ENFRENTAR LOS EFECTOS DEL COVID-19 EN LA SALUD MENTAL

En relación a la respuesta ofrecida por Uruguay a problemáticas en el área de salud mental, distintos estudios exploran la diversidad de medios ofrecidos a nivel institucional, como es el caso del estudio publicado en la *Revista de la Sociedad de Psiquiatría* en referencia a la atención en salud mental frente al Covid-19 en Uruguay (Bagattini et al., 2020), con una versión extendida como documento de referencia en el [repositorio documental del GACH](#). Según sus autores,

*“La covid-19 presentó en sus primeros meses características particulares en Uruguay: la rápida respuesta y el menor porcentaje de casos en comparación con otros países de la región. Jugaron un papel fundamental el autocuidado responsable de la población y la coordinación entre los recursos sanitarios y científicos del país.”*

En este contexto, fueron varias las respuestas institucionales de apoyo en el área de salud mental, ya desde el propio sistema sanitario, como de entidades académicas y organizaciones científicas y sociales. Las modalidades de asistencia fueron diversas, pero la emergencia sanitaria obligó a revisar las tradicionales modalidades presenciales para instalar la virtualidad y la asistencia remota. Entre las estrategias de este tipo más estables desde el inicio de la pandemia, corresponde señalar la instalación de la línea telefónica de apoyo emocional 0800-1920, instalada en abril de 2020, implementada por el MSP, ASSE, el voluntariado Juntos y el asesoramiento de la Academia Nacional de Medicina. Varios estudios internacionales (Zhou, X, Snoswell, CL et al., 2020; Smith, AC et al., 2020) validan la importancia de esta modalidad en circunstancias de emergencia sanitaria.

Las transformaciones en la modalidad de prestación de servicios de salud mental en este contexto –asistencia remota, digital o telefónica–, tuvo importantes consecuencias en los hábitos de usuarios y prestadores de servicio, a nivel profesional e institucional, debiéndose fortalecer las capacidades de infraestructura, organización y habilidades para el uso de estas herramientas. En este sentido, distintas organizaciones instalaron programas de capacitación en esta modalidad, para colaborar con la ampliación de recursos calificados. La cooperación internacional con países que vienen desarrollando estas prácticas desde hace muchos años, fue un insumo de gran importancia. Tal fue el caso de la Sociedad de Psiquiatría del Uruguay, que en junio de 2020 realizó una actividad científica sobre esta modalidad clínica<sup>6</sup>. También desde la Coordinadora de Psicólogos del Uruguay y en colaboración con el Colegio de Psicólogos de Colombia, se instaló en agosto de 2020 un programa de capacitación para trabajadores de la salud mental de la RAP Metropolitana de ASSE, cubriendo aspectos clínicos, éticos y tecnológicos de la teleasistencia en salud mental.<sup>7</sup>

De acuerdo al estudio de Bagattini et al.,

---

<sup>6</sup> TIC y salud mental en tiempos de COVID-19 y después. <http://spu.org.uy/sitio/?p=1642>

<sup>7</sup> Teleasistencia en salud mental. Desafíos de los equipos técnicos en territorio. <https://www.psicologos.org.uy/noticias/capacitacion-sobre-teleasistencia-en-salud-mental/>

“Los resultados medidos por los estudios muestran que la práctica a distancia en Salud Mental es viable, válida (al compararse con la asistencia presencial) y confiable para diagnóstico de trastornos de diferente índole.”

## 4. OTRAS APORTACIONES

Corresponde destacar la instalación, desde el 16 de abril de 2020, del GACH ([Grupo Asesor Científico Honorario](#)), en la órbita de la Presidencia de la República, un dispositivo integrado por 55 científicos de distintas ramas del conocimiento, con el fin de asesorar científicamente a la Presidencia de la República en dimensiones de salud y datos, para enfrentar la pandemia desde la acción del gobierno. La publicación de informes regulares sobre distintas áreas de interés sanitario, económico, social y comunitario, es un activo de gran relevancia para contribuir a la toma de decisiones informada. En ese ámbito, se han publicado varios informes con análisis de datos y recomendaciones sobre el impacto de la pandemia en la salud mental de la población.

En el período, asimismo, en el seno del GACH se ha configurado lo que se ha dado en llamar Observatorio Socio-Económico y Comportamental (OSEC), que comenzó los trabajos en diciembre 2020 y ha producido tres informes hasta el momento, dos de ellos focalizando la situación socio-económica emergente de la pandemia (informes de diciembre 2020 y febrero 2021), y un informe con foco comportamental, publicado en las postrimerías del mes de marzo (Bernardi, R., López Gómez, A. *et al.*, 2021). Para el futuro próximo, se prevé la divulgación de un segundo informe comportamental del OSEC/GACH y un tercer informe centrado en salud mental, en articulación con la Usina de Percepción Ciudadana del PNUD.

## 5. POBLACIONES ESPECIALMENTE SENSIBLES

### 5.1. Adultos mayores

La literatura internacional es conteste en señalar la vulnerabilidad de algunos grupos en especial, con respecto a los impactos y secuelas de la pandemia. Entre ellos, los adultos mayores son uno de los principales grupos de riesgo. No solamente por el riesgo de morir por causa del virus en sí, sino porque ellos destacan por las comorbilidades, factores relacionados con el sistema inmune, síntomas geriátricos, aspectos nutricionales, etc. A su vez, en el caso de los residenciales, las condiciones ambientales pueden generar hacinamiento y mayor vulnerabilidad.

En esta población, las condiciones de aislamiento exigidas por las medidas frente a la pandemia pueden tener impactos más sensibles, con marcada incidencia en síntomas depresivos. El Informe *Pandemia en adultos mayores. Aspectos psicoemocionales / salud mental* (Sosa, A. y Ormaechea, G. *et al.*, 2020) señala que donde las consecuencias de la pandemia han sido más serias es en el campo de la salud mental de los adultos mayores y, en particular, de los mayores de 80 años dependientes física y mentalmente. Los síntomas relevados con mayor frecuencia son: ansiedad, tristeza, insomnio, inseguridad, desconfianza, irritabilidad, desasosiego, alteraciones de la memoria, ideas de autoeliminación (llegando incluso al suicidio), adicciones.

Estableciendo que al momento de publicarse el mencionado informe (octubre 2020) no existían aún estudios específicos sobre los impactos del Covid-19 en adultos mayores, los



autores realizan 23 sugerencias y recomendaciones, que se sostienen sobre una perspectiva de salud integral, en donde algunas condiciones que previenen la contagiosidad pueden poner en riesgo otras dimensiones de la salud humana. Estas recomendaciones hacen énfasis en la consideración del momento existencial de dicha población, además de las condiciones cognitivas, hábitos y competencias, desde una perspectiva como sujetos de derechos, protegiendo su autoestima y dignidad, y fortaleciendo las redes familiares y comunitarias.

## 5.2. Niñas, niños y adolescentes

Este segmento de población es especialmente sensible a los efectos de las medidas sanitarias para enfrentar la pandemia. En Uruguay, aún son escasos los resultados de estudios especialmente orientados a este escenario. A nivel internacional, por su parte, existe un amplio registro de revisiones que dan cuenta de estudios nacionales y multicéntricos, los impactos percibidos y las recomendaciones a realizar en cada caso.

En un estudio sobre impactos de la pandemia en niñas, niños y adolescentes (Imran N, Zeshan M, Pervaiz Z, 2020) se establece que priorizar la salud mental, en la niñez y la adolescencia, es un componente esencial de cualquier respuesta universal y comunitaria a la pandemia de COVID-19.

Los autores parten de establecer que la respuesta de un niño a una situación de crisis depende de su exposición previa a situaciones de emergencia, su salud física y mental, las circunstancias socioeconómicas de la familia y el entorno cultural.

Diferentes estudios han demostrado que los acontecimientos de crisis tienen un impacto negativo en el bienestar psicológico en la infancia. Ansiedad, depresión, alteraciones del sueño y del apetito, así como de las interacciones sociales son las manifestaciones más comunes. Un estudio realizado en China (Jiao WY et al., 2020), examinó el comportamiento de niños y adolescentes y el malestar emocional debido a la pandemia de Covid-19: apego, distracción, irritabilidad y miedo a que los miembros de la familia puedan contraer la enfermedad mortal fueron los problemas de comportamiento más identificados.

En el caso de adolescentes, la situación también es particular, en virtud del momento biológico, existencial y evolutivo de su desarrollo personal. Los impactos de las medidas de aislamiento repercuten negativamente en tanto inhiben actividades que son claves para su salud emocional y la construcción subjetiva e identitaria. Según distintos estudios (Imran N et al. 2020; Octavius et al. 2020), el distanciamiento en entorno COVID-19 se asocia con malos resultados de salud mental en los adolescentes y estudiantes universitarios, quienes tienen una energía amplificada (novedad, motivación, curiosidad y entusiasmo) que hace que sea difícil el aislamiento en casa. Los cambios hormonales de la pubertad se unen a la dinámica social de los adolescentes para hacerlos que estén muy atentos al estatus social y a su grupo de pares. Los adolescentes pueden sentirse frustrados, nerviosos, desconectados, nostálgicos y aburridos debido al distanciamiento social durante esta pandemia.

Estos autores concluyen que las intervenciones deben centrarse en fomentar la resiliencia de los niños y adolescentes mediante una mejor comunicación para sus miedos y preocupaciones, fomentando las rutinas y actividades físicas, y tomando medidas para aliviar la soledad. Los padres deben ocuparse de su propia salud mental, las estrategias de afrontamiento y modelar una actitud psicológica positiva para ayudar a los niños y

adolescentes a superar este difícil momento.

### 5.3. Trabajadores de la salud

Diversos estudios internacionales demuestran la importancia del impacto negativo de la pandemia en este segmento. En el estudio liderado por De Kock et al. (2021), se demuestra que el COVID-19 tiene un impacto considerable en el bienestar psicológico del personal hospitalario de primera línea. Los resultados sugieren que el personal de enfermería puede correr un mayor riesgo de sufrir alteraciones en su salud mental durante esta pandemia.

Otros factores de riesgo identificados fueron la enfermedad orgánica subyacente, el género (femenino), la preocupación por la familia, el miedo a la infección, la falta de equipo de protección personal y el contacto estrecho con el COVID-19. El apoyo sistémico, los conocimientos adecuados y la resiliencia, fueron identificados como factores que protegen contra los resultados adversos para la salud mental.

Según este estudio, los datos disponibles hasta la fecha sugieren que el personal de enfermería que tiene un contacto estrecho con los pacientes de COVID-19 es el grupo que más puede beneficiarse de los esfuerzos encaminados a apoyar el bienestar psicológico. Concluye que, si bien las intervenciones psicológicas destinadas a mejorar la resiliencia en el individuo pueden ser beneficiosas, es evidente que, para construir una fuerza de trabajo resiliente, deben abordarse también los factores ocupacionales y ambientales.

En un comunicado del 29 de marzo de 2020, la Academia Nacional de Medicina apoyó la adopción de medidas graduales buscando evitar los efectos drásticos sobre la vida en comunidad. Tempranamente en el entorno de la pandemia, en ese documento se recomendaba prestar atención a la salud mental del personal de salud, en especial el que actúa en la primera línea de asistencia.

El tiempo ha validado esta recomendación, al verse dramáticamente afectada la situación emocional del personal de salud, en especial los que laboran en la primera línea y con un continuo contacto con factores estresores. Desde el año 2001 la Facultad de Psicología de la Universidad de la República, en convenio con MSP/ASSE, dispone del Servicio de Atención Psicológica Preventivo-Asistencial (SAPPA) con el objetivo de brindar atención psicológica a los funcionarios activos y jubilados de salud pública, que es un referente para trabajadores de la salud en tiempos de pandemia. A partir de observar los impactos negativos de la pandemia en el personal de primera línea, es que en abril de 2021 este Servicio trabaja con los equipos de CTI de ASSE de todo el país, con objetivo de brindar apoyo y contención emocional, fortalecer la dinámica institucional y procurar el bienestar de estos funcionarios de todo el territorio nacional. Complementario a esta dimensión asistencial, el SAPPA ha generado conocimiento a través de una evaluación de aspectos psicológicos y de estrés laboral en el Hospital referente de Covid-19 (con resultados aún en revisión). Como resultado de esta evaluación, se constata que los trabajadores de los servicios que atienden a pacientes en primera línea (cuidados intensivos y moderados, emergencia y enfermería) tienen mayor burnout (dimensión síndrome y burnout total), sintomatología psicopatológica y trabajan más horas por semana, aunque tengan menos antigüedad en el hospital.<sup>8</sup>

---

<sup>8</sup> Dra. Rosa Zytner (SAPPA, Facultad de Psicología), comunicación personal.

En el mismo sentido, dentro del Comité de Emergencia Sanitaria, creado a iniciativa del Sindicato Médico del Uruguay en marzo de 2020, se ha instalado una Sub-Comisión de Salud Mental<sup>9</sup> que tiene el cometido de proporcionar estrategias de apoyo, prevención y contención en salud mental al personal sanitario de primera línea.

#### 5.4. Personas con discapacidad

El nivel de impacto de la emergencia sanitaria en la situación de discapacidad constituye un tema de gran sensibilidad social y de derechos. De acuerdo a un reciente informe (Shakespeare, T et al. 2021), las personas con discapacidades se han visto afectadas de forma diferencial por el COVID-19 debido a tres factores: el mayor riesgo de sufrir malos resultados a causa de la propia enfermedad, el menor acceso a la atención sanitaria rutinaria y a la rehabilitación, y las repercusiones sociales adversas de los esfuerzos por mitigar la pandemia.

En la consulta a usuarios/as de la Tarjeta de Gestión Social<sup>10</sup> sobre su experiencia en marco de la emergencia sanitaria debido a la Covid-19 (Córdoba J, Bagnato MJ, 2020) realizada en el marco del convenio entre la Facultad de Psicología (Universidad de la República) y la Intendencia de Montevideo, el 70% de los consultados refiere que su vida se ha visto afectada por razón de la emergencia sanitaria. 60% considera que vivir en entorno de pandemia es más riesgoso por causa de su discapacidad, mientras que el 15% vincula de manera directa la emergencia sanitaria con el impacto emocional sobre su vida, ya sea por miedo, tristeza, depresión, hiperactividad, irritabilidad/agresividad. En el informe, se relata que, entre otras adversidades que estas poblaciones han debido enfrentar, la suspensión de consultas e instancias vinculadas al tratamiento y control de condiciones crónicas y/o agudas de salud, ha incrementado la situación de vulnerabilidad e inestabilidad emocional.

## 6. PANORAMA GENERAL

### 6.1. Mensajes prioritarios que surgen de los documentos

- *La pandemia del Covid-19 tiene importantes efectos negativos sobre la salud mental de las personas, generando depresión, estrés, confusión, pérdida de sentido, irritabilidad -o incrementando significativamente condiciones previas-, con importantes consecuencias en la vida personal, familiar, social y comunitaria.*
- *Al valorar impactos negativos del Covid-19 en la salud mental, se verifica una fuerte asociación entre variables referidas a vulnerabilidad, población joven y nivel socioeconómico.*

---

<sup>9</sup> Integrada por la Sociedad Uruguaya de Psicología Médica y Medicina Psicosocial (SUPM), la Sociedad de Psiquiatría del Uruguay (SPU), la Facultad de Psicología de la Universidad de la República, la Coordinadora de Psicólogos del Uruguay (CPU), el Departamento de Psiquiatría de la Facultad de Medicina de la Universidad de la República.

<sup>10</sup> Prestación de la Intendencia de Montevideo para personas en situación de discapacidad (auditiva, visual, psíquica, motriz, intelectual o laringectomizados), o en determinados tratamientos, que permite acceder a boletos gratuitos en el Sistema de Transporte Metropolitano, que se otorga a personas en situación de discapacidad

- *Las poblaciones más desfavorecidas económicamente tienen mayor probabilidad de sufrir alteraciones emocionales en entorno de pandemia*
- *Se ha constatado un incremento significativo de la conducta suicida en el período pandémico, verificándose un aumento principalmente en los intentos de autoeliminación.*
- *Es previsible que factores económicos, psicosociales y culturales impacten negativamente en la salud mental después de la pandemia, generando mayor depresión, ansiedad y estrés postraumático, por lo cual resulta oportuno considerar desde ya estrategias de prevención.*
- *Resulta esencial prestar permanente atención a la salud mental de los cuidadores y personal de la salud que actúa en primera línea.*
- *Los adultos mayores constituyen una de las poblaciones más afectadas por los efectos de la pandemia, en particular los mayores de 80 años dependientes física y mentalmente.*
- *Priorizar la salud mental de niñas, niños y adolescentes es un componente esencial de cualquier respuesta universal y comunitaria a la pandemia de COVID-19.*
- *La atención basada en evidencia y mediciones debe pasar a formar parte de la cultura general de la asistencia en salud mental.*
- *La asistencia en salud mental realizada de manera remota, a través de plataformas digitales o dispositivos telefónicos, es viable, confiable y válida.*

## **6.2. ¿Cuáles son los temas principales abordados en los estudios?**

- *Los impactos negativos de la pandemia y de las medidas adoptadas por las autoridades sanitarias y de gobierno, sobre la salud mental de la población.*
- *La asociación de factores de salud mental con las condiciones ambientales, socio-económicas y culturales.*
- *El incremento de conductas suicidas por efecto de las condiciones de la emergencia sanitaria.*
- *El impacto de la emergencia sanitaria sobre la salud mental de poblaciones vulnerables (adultos mayores, niñas/niños y adolescentes, trabajadores de la salud, personal de la primera línea de la atención, discapacitados).*
- *La necesidad de establecer estrategias de prevención sobre los efectos negativos de las condiciones de la emergencia sanitaria, en la salud mental de la población en el período post-pandémico.*
- *La evolución de los impactos por las transformaciones en las modalidades de asistencia en el área de salud mental, en condiciones remotas.*

## **6.3. ¿Cuáles líneas de investigación a futuro?**

- *La potencialidad de los recursos digitales, de manera que Uruguay se pudiera beneficiar de un sistema de atención remota en salud mental (utilizando como*

recurso central la historia clínica electrónica<sup>11</sup>).

- *La valoración del impacto a medio y largo plazo de las secuelas de la pandemia en el ámbito de la salud mental.*
- *La sistematización de prácticas de intervención interdisciplinarias en salud mental, con identificación de obstáculos y facilitadores institucionales para su efectiva y sostenible implementación.*
- *La instauración de sistemas institucionales de respuesta a emergencias en salud mental de forma protocolizada, eficaz y a tiempo.*
- *Generar las condiciones institucionales, organizacionales, científicas y tecnológicas para un Sistema de Información digital integrado sobre producción científica en el área de salud mental.*
- *Revisar el modelo actual de salud mental, cambiando el rumbo de los enfoques biomédicos estrechos hacia perspectivas psicosociales orientadas a la comunidad.*

## 7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bagattini, N. et al. (2020) *Atención en salud mental y Covid-19: algunas respuestas iniciales en Uruguay*. Revista de Psiquiatría del Uruguay N° 84.
- Bericat, E. y Acosta, M.J. (2020) *El impacto del COVID-19 en el bienestar emocional de los trabajadores en Uruguay*. Equipos Consultores.
- Bernardi, R., López Gómez, A. et al. (2021) *Primer Informe: Percepción de riesgo, de la efectividad de las medidas, y adherencia a medidas*. GACH. Observatorio socioeconómico y comportamental (OSEC).
- Canetti, A y González, V, (2020). *Viralizando la prevención. Análisis y capacidades de respuesta de la prevención del suicidio y la Línea VIDA en Covid-19*. CSIC/UDELAR
- COH-FIT Global (*Collaborative Outcomes Study on Health and Functioning During Infection Times*). En <https://cohfituruguay.wordpress.com/sobre-el-proyecto/> (visualizado el 15 de marzo de 2021)
- Córdoba, J y Bagnato, MJ, (2020). *Consulta a usuarios/as de la Tarjeta de Gestión Social sobre su experiencia en marco de la emergencia sanitaria debido a la Covid 19*. Convenio Facultad de Psicología – Intendencia de Montevideo.
- De Cock, J. et al. (2021). *A rapid review of the impact of COVID-19 on the mental health of healthcare workers: implications for supporting psychological well-being*. BMC Public Health.
- Gloster AT, Lamnisis D, Lubenko J, Presti G, Squatrito V, Constantinou M, et al. (2020). *Impact of COVID-19 pandemic on mental health: An international study*. PLoS ONE 15(12): e0244809. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0244809>
- Jiao WY, Wang LN, Liu J, Fang SF, Jiao FY, Pettoello-Mantovani M, et al. (2020) Behavioral and Emotional Disorders in Children during the COVID-19 Epidemic. J Pediatric

---

<sup>11</sup> De acuerdo al decreto y ordenanza No 242/017, de Historia Clínica Electrónica Nacional.

- Larrobla, C y Hein, P, (2020). *Conducta suicida en tiempos de COVID-19. Aporte integral para la información y prevención*. CSIC/UDELAR.
- Li, D., Xiaoxun, S. et al. (2020). *An investigation of mental health status of children and adolescents in China during the outbreak of COVID-19*. Elsevier.
- Lola Kola, Brandon A Kohrt et al. (2021). *COVID-19 mental health impact and responses in low-income and middle-income countries: reimagining global mental health*. The Lancet Psychiatry.
- Mazza, C., Ricci, E., Biondi, S., Colastanti, M., Ferracuti, S., Napoli, C., & Roma, P. (2020). *A nationwide survey of psychological distress among Italian people during the COVID-19 pandemic: Immediate psychological responses and associated factors*. International Journal of Environmental Research and Public Health, 17, 3165.
- Octavius et al. (2020). *Impact of COVID-19 on adolescents' mental health: a systematic review*. Middle East Current Psychiatry.
- Póo, F. M., Ledesma, R. D., & López, S. (2013). *Versión Transcultural del Cuestionario de Personalidad de Zuckerman- Kuhlman (ZKPQ-50-CC) en Población Argentina*. *Escritos de Psicología*, 6(1), 1-5.
- Sandín, B., Valiente, R. M., Chorot, P., Santed, M. A., & Lostao, L. (2008). SA-45: Forma abreviada del SCL-90. *Psicothema*, 20(2), 290-296.
- Selma, H. et al. (2020). *Impacto psicológico de la crisis de COVID-19 en adultos residentes en Uruguay*. Cfr. <https://udelar.edu.uy/portal/2020/07/facultad-de-psicologia-la-salud-mental-en-contextos-de-aislamiento/> (visualizado el 15 de abril de 2021).
- Shakespeare, T., Ndagire, F, Sequeti, Q (2021). *Triple jeopardy: disabled people and the Covid-19 pandemic*. The Lancet.
- Smith AC, Thomas E, Snoswell CL, Haydon H, Mehrotra A, Clemensen J, et al. (2020) *Telehealth for global emergencies: implications for coronavirus disease 2019 (COVID-19)*. J Telemed Telecare.
- Sosa, A. y Ormaechea, G. et al. (2020) *Pandemia en adultos mayores. Aspectos psicoemocionales / salud mental*. GACH.
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C.S., & Ho, R.C. (2020). *Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 Coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China*. International Journal of Environmental Research and Public Health, 17, 1729.
- Zhou X, Snoswell CL et al. (2020) *The role of telehealth in reducing the mental health burden from COVID-19*. Telemed e-Health.