

# Cómo debe cambiar la atención a la salud mental como consecuencia de la pandemia de Covid-19

**Autor:** Ana Paz Iriarte García

Medicina Familiar y Comunitaria  
Hospital Universitario de Torrejón  
Torrejón de Ardoz, Madrid

**Revista original:** How mental health care should change as a consequence of the COVID-19 pandemic. Carmen Moreno, Til Wykes, Silvana Galderisi, Merete Nordentoft, Nicolas Crossley, Nev Jones, Mary Cannon, Christoph U Correll, Louise Byrne, Sarah Carr, Eric Y H Chen, Philip Gorwood, Sonia Johnson, Hilikka Kärkkäinen, John H Krystal, Jimmy Lee, Jeffrey Lieberman, Carlos López-Jaramillo, Miia Männikkö, Michael R Phillips, Hiroyuki Uchida, Eduard Vieta, Antonio Vita, Celso Arango. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32682460/>

## ABSTRACT

La imprevisibilidad e incertidumbre de la pandemia de COVID-19, los confinamientos asociados, el distanciamiento físico y otras estrategias de contención y el colapso económico resultante podrían aumentar el riesgo de problemas de salud mental y exacerbar las desigualdades en salud. Los hallazgos preliminares sugieren efectos adversos para la salud mental en personas previamente sanas y especialmente en personas con trastornos de salud mental preexistentes. A pesar de la heterogeneidad de los sistemas de salud en todo el mundo, se han realizado esfuerzos para adaptar la prestación de atención de salud mental a las demandas de COVID-19. Los problemas de salud mental se han abordado a través de la respuesta pública de salud mental adaptando los servicios de salud mental, centrándose en el control de infecciones, modificando el acceso al diagnóstico y tratamiento, asegurando la continuidad de la atención para los usuarios de los servicios de salud mental y prestando atención a los nuevos casos de enfermedad mental, mala salud y poblaciones con alto riesgo de problemas de salud mental.

La adaptación sostenible de los sistemas de prestación de atención de salud mental debe ser desarrollada por expertos, médicos y usuarios de servicios, y debe diseñarse específicamente para mitigar las disparidades en la prestación de atención de salud. La evaluación exhaustiva y continua de los resultados de salud y uso de servicios en la práctica clínica de salud mental será crucial para definir qué prácticas deben desarrollarse más y cuáles suspenderse. Para este documento de posición, un grupo internacional de médicos, expertos en salud mental y usuarios de servicios de salud mental se ha reunido para reflexionar sobre los desafíos que plantea la COVID-19 para la salud mental. La interconexión del mundo hizo que la sociedad fuera vulnerable a esta infección, pero también brinda la infraestructura para abordar los fallos del sistema anterior, mediante la difusión de buenas prácticas que pueden resultar en una prestación sostenida, eficiente y equitativa de atención de la salud mental. Por lo tanto, la pandemia de COVID-19 podría ser una oportunidad para mejorar los servicios de salud mental.

The unpredictability and uncertainty of the COVID-19 pandemic, the associated lockdowns, physical distancing and other containment strategies and the resulting economic breakdown could increase the risk of mental health

## Especialidades

Medicina General  
Psiquiatría

## PALABRAS CLAVE:

Salud mental  
Covid-19  
Confinamiento  
Distancia Social

## KEYWORDS:

Mental Health  
Covid-19  
Lockdown  
Physical Distancing

problems and exacerbate health inequalities. Preliminary findings suggest adverse mental health effects in previously healthy people and especially in people with pre-existing mental health disorders.

Despite the heterogeneity of worldwide health systems, efforts have been made to adapt the delivery of mental health care to the demands of COVID-19. Mental health concerns have been addressed via the public mental health response and by adapting mental health services, mostly focusing on infection control, modifying access to diagnosis and treatment, ensuring continuity of care for mental health service users, and paying attention to new cases of mental ill health and populations at high risk of mental health problems.

Sustainable adaptations of delivery systems for mental health care should be developed by experts, clinicians, and service users, and should be specifically designed to mitigate disparities in health-care provision. Thorough and continuous assessment of health and service-use outcomes in mental health clinical practice will be crucial for defining which practices should be further developed and which discontinued. For this Position Paper, an international group of clinicians, mental health experts, and users of mental health services has come together to reflect on the challenges for mental health that COVID-19 poses. The interconnectedness of the world made society vulnerable to this infection, but it also provides the infrastructure to address previous system failings by disseminating good practices that can result in sustained, efficient, and equitable delivery of mental health-care delivery. Thus, the COVID-19 pandemic could be an opportunity to improve mental health services.

## ARTÍCULO

Ante la magnitud de la pandemia del Covid-19, la mayoría de los países adoptaron el confinamiento como medida de contención. Junto con la incertidumbre, y el mayor acceso a la comida, el alcohol o el juego y la disminución del apoyo familiar y social ha resultado en un aumento de problemas de salud mental.

Un grupo internacional de médicos, expertos y usuarios de servicios de salud mental se han unido para reflexionar sobre los desafíos que plantea el COVID-19 en este ámbito, elaborando este documento de posición.

En él se destaca la incidencia de dichos problemas en los profesionales de la salud, debido al estrés y el miedo a infectarse o infectar a sus seres queridos. Un estudio transversal en China que analizó 1257 sanitarios concluyó que el 50% presentó síntomas de depresión, 45% ansiedad, 34% insomnio y el 72% angustia. Estos efectos adversos se observaron tanto en personas previamente sanas como en personas con trastornos de salud mental preexistentes.

A pesar de la heterogeneidad de los diferentes sistemas de salud del mundo, en todos ellos se han realizado esfuerzos para adaptar la prestación de salud mental a las demandas del Covid-19. Estos esfuerzos se han centrado tanto en medidas para contener la infección como en los cambios en las modalidades de asistencia (limitar y/o evitar las visitas, reducir el número de pacientes ambulatorios, reducir el tamaño de los grupos de terapia, reforzar la atención domiciliaria...).

Muchos países han creado dispositivos nuevos para asegurar la atención a los usuarios de los servicios de salud mental y atender a los nuevos casos o poblaciones de riesgo, como el personal sanitario o infectados.

Destacan el desafío que puede suponer la atención psiquiátrica de forma telemática, por un lado, por problemas económicos que impiden la accesibilidad y, por el otro, por la dificultad de

muchos usuarios por desconocimiento de dispositivos digitales o en situación de vulnerabilidad.

Proponen monitorizar todos estos cambios a lo largo del tiempo para potenciar los que hayan podido ser realmente útiles y descartar los que no lo hayan sido.

## COMENTARIO

Es un artículo de revisión bibliográfica de 2020 realizado por un grupo de expertos de varios países de unidades psiquiátricas, unidades de atención familiar que representan a dos organizaciones Global Alliance of Mental Illness Advocacy Networks-Europe and EUFAMI.

Es un estudio publicado en base a una búsqueda de Medline analizando 28 artículos sobre la influencia del COVID en la salud mental y 24 sobre la adaptación de los servicios de atención mental a la pandemia. Esta publicado en Lancet psiquiatry con Factor de Impacto 4.79 los tres últimos años, y 27.98 los dos últimos.

En las conclusiones, los autores se reafirman en la aseveración de que la Covid-19 ha afectado a la salud mental y algunos de esos efectos perdurarán en el tiempo. Se han publicado varios estudios destacando la afectación en personal sanitario de primera línea sin patología mental previa (1). Esto nos obliga a trazar estrategias que permitan un manejo sostenible de la salud mental mediante la transformación de la atención a los pacientes, llegando a considerar la pandemia una oportunidad de mejorar la atención a la salud mental. En esta misma línea se han publicado otros trabajos, incidiendo en la necesidad de revitalizar el sistema sanitario aumentando el porcentaje del PIB que se le asigna (2).

## BIBLIOGRAFÍA

- Rodríguez-Quiroga, A., Buiza, C., de Mon, M. Á., & Quintero, J. (2020). COVID-19 y salud mental. *Medicine-Programa de Formación Médica Continuada Acreditado*, 13(23), 1285-1296.
- Francisco Buitrago Ramírez, Ramon Ciurana Misolb, María del Carmen Fernández Alonsoc, Jorge Luis Tizón Garcíad, Grupo de Salud Mental del PAPPs. Salud mental en epidemias: una perspectiva desde la Atención Primaria de Salud española. Vol 52. páginas 93-113 (noviembre 2020).

## AUTOEVALUACIÓN

1. Señale la respuesta falsa
  - a) La Covid-19 ha afectado a la salud mental de la población
  - b) Sólo ha afectado a la población usuaria de los servicios de salud mental antes de la pandemia
  - c) Un colectivo especialmente afectado son los trabajadores de primera línea

d) La atención telemática puede suponer un desafío por motivos socio económicos

2. Señale la respuesta falsa

- a) La mayoría de los países adoptaron el confinamiento como medida de contención ante la aparición de la Covid-19
- b) Se han realizado esfuerzos para adaptar la prestación de atención de salud mental a las demandas de COVID-19
- c) El documento de posición ha sido realizado exclusivamente por un comité de expertos psiquiatras
- d) Se considera la pandemia una oportunidad para mejorar la salud mental.