IMPACTO DEL CONFINAMIENTO POR COVID-19 EN LA SALUD MENTAL: RETOS Y ESTRATEGIAS PARA PACIENTES PSIQUIÁTRICOS

Sánchez Benítez, M. Desirée; Teijeiro Rebolo, Marta; Gómez García, Javier; Diego Gonzalez, Daniel de; Moro Calderón, Diana.
HOSPITAL GENERAL DE SEGOVIA
19º ENCUENTRO DEL FORO DE ENFERMERAS DE SALUD MENTAL AEESME / COMUNIDAD DE MADRID

INTRODUCCIÓN

La crisis sanitaria provocada por la pandemia de Covid-19 generó una serie de síntomas en la población mundial, como angustia, estrés y pánico. Los pacientes con problemas de salud mental se encontraron en un alto riesgo de recaída debido al estrés asociado con esta situación. Además, la pandemia actuó como un desencadenante para brotes, reactivación de síntomas y un agravamiento de las condiciones en pacientes psiquiátricos.

OBJETIVOS

- Describir los síntomas y preocupaciones que surgieron en cada tipo de trastorno mental.
- Analizar las intervenciones más inmediatas para mitigar la sintomatología generada.

METODOLOGÍA

Se llevó a cabo una revisión bibliográfica sobre los efectos de la pandemia de Covid-19 en la salud mental de pacientes con trastornos psiquiátricos.

DESARROLLO

El confinamiento durante la pandemia afectó la salud mental de las personas, tanto con antecedentes psiquiátricos como sin ellos. Las personas que experimentaron angustia y miedo durante el confinamiento fueron más propensas a desarrollar trastornos de estrés postraumático y ansiedad. Factores como el colapso de los servicios de salud, el difícil acceso a medicación y la falta de atención primaria agravaron estos síntomas.

Los pacientes con trastornos del estado de ánimo, como la depresión y el trastorno bipolar, expresaron preocupaciones sobre su salud, el bienestar de sus familias y el acceso a alimentos y medicación. En particular, los pacientes con trastorno bipolar también manifestaron inquietudes sobre su situación económica, lo que aumentó el riesgo de autolesión y suicidio. Aquellos con trastornos alimentarios añadieron ansiedad a su cuadro clínico.

En general, todos los pacientes psiquiátricos reportaron cambios en su comportamiento, como una mayor preocupación por la higiene, una disminución en el contacto social y un aumento del miedo a contraer enfermedades. Este grupo mostró un mayor riesgo de experimentar desesperanza, ideación suicida, estrés psicológico y trastornos alimentarios.

La pandemia y sus circunstancias aumentaron el riesgo de suicidio en estos pacientes. Se recomendó a las personas con Covid-19 y enfermedades psiquiátricas mantener el contacto social a través de teléfono o videollamada, y encuentros presenciales si era posible, respetando la distancia de seguridad.

Para aquellos con síntomas de estrés, ansiedad, depresión e insomnio, se sugirió un enfoque gradual en el tratamiento, incluyendo materiales de autoayuda y atención profesional si los síntomas persistían o se agravaban. También se recomendó reducir la exposición a noticias sobre la pandemia y mantener un estilo de vida saludable.

CONCLUSIONES

El confinamiento se identifica como un factor estresante agudo que agravó la sintomatología en pacientes psiquiátricos, actuando como detonante para brotes. El impacto de la pandemis provocó la aparición o reactivación de patologías mentales.

Además, se evidenciaron las debilidades existentes en los sistemas de salud a nivel mundial.

BIBLIOGRAFÍA