

ORIGINAL

Anxiety, depression and coping strategies in convalescent Covid-19 patients

Ansiedad, depresión y estrategias de afrontamiento en pacientes convalescientes de Covid-19

Zaimara Veliz Moreno¹ ✉, Edelys Núñez Ravelo¹, Lisandra Arencibia Llanes¹, Idania Esther Suarez Castillo¹, Yolanda Contreras Tamargo¹

¹Universidad de Ciencias Médicas de Pinar del Río. Policlínico Comunitario Fermín Valdés Domínguez, Viñales. Pinar del Río, Cuba.

Citar como: Veliz Moreno Z, Núñez Ravelo E, Arencibia Llanes L, Suarez Castillo IE, Contreras Tamargo Y. Ansiedad, depresión y estrategias de afrontamiento en pacientes convalescientes de Covid-19. Rehabilitation and Sports Medicine. 2022;2:10. <https://doi.org/10.56294/ri202210>

Enviado: 03-09-2022

Revisado: 17-10-2022

Aceptado: 27-10-2022

Publicado: 28-10-2022

Editor: Prof. Dr. Carlos Oscar Lepez 

RESUMEN

Como efecto de la Pandemia de la Covid-19, es previsible que exista un agravamiento de la salud psicológica en la población general. Puede observarse aumento en los niveles de ansiedad y de depresión, dependiendo de los recursos de afrontamiento con que cada persona cuente o de la carencia de ellos. Se realizó un estudio con pacientes convalescientes de Covid-19 en el municipio de Viñales con el objetivo de determinar los niveles de ansiedad, de depresión, y las estrategias de afrontamiento utilizadas. El estudio tuvo un diseño no experimental, transversal con alcance exploratorio-descriptivo. La selección de la muestra fue no probabilística y quedó conformada por 77 pacientes. Se emplearon como técnicas la entrevista, el IDARE, el IDERE, y la Escala de Modos de Afrontamiento de Lazarus y Folkman. Como resultados se identificó un predominio del sexo masculino, el grupo de edades más afectado con 76 % es de 25 a 55 años de edad y el consejo popular más afectado es Viñales. Se evidenciaron niveles de ansiedad media como estado y alta como rasgo en el 75 % de la muestra, el 86 % presenta niveles de depresión media como estado y alta como rasgo. Las estrategias de afrontamiento utilizadas fueron centradas en el problema lo cual fue representativo del 90 % de los estudiados.

Palabras claves: Convalescientes de Covid-19; Ansiedad; Depresión; Estrategias de Afrontamiento.

ABSTRACT

As an effect of the Covid-19 pandemic, it is expected that there will be a worsening of psychological health in the general population. An increase in the levels of anxiety and depression may be observed, depending on the coping resources that each person has or the lack of them. A study was carried out with convalescent patients of Covid-19 in the municipality of Viñales with the objective of determining the levels of anxiety, depression, and the coping strategies used. The study had a non-experimental, cross-sectional design with exploratory-descriptive scope. The sample selection was non-probabilistic and consisted of 77 patients. The interview, the IDARE, the IDERE, and the Lazarus and Folkman's Coping Modes Scale were used as techniques. As results, a predominance of the male sex was identified, the most affected age group with 76 % is 25 to 55 years of age and the most affected popular council is Viñales. There was evidence of medium anxiety levels as a state and high as a trait in 75 % of the sample, 86 % presented medium levels of depression as a state and high as a trait. The coping strategies used were focused on the problem, which was representative of 90 % of those studied.

Keywords: Covid-19 Convalescents; Anxiety; Depression; Coping Strategies.

INTRODUCCIÓN

El COVID-19 es oficialmente una pandemia. Una enfermedad infecciosa nueva que puede presentar manifestaciones clínicas graves, incluyendo la muerte, presente ya en 189 países. Su causa es el virus SARS-CoV-2 y se originó en diciembre de 2019 en la ciudad china de Wuhan. La propagación de esta nueva forma de coronavirus ha sido vertiginosa a nivel mundial y sobre todo en América Latina. Los efectos psicológicos de la pandemia son sufridos por toda la población en general, aunque se hacen más evidentes en los pacientes que han padecido la enfermedad. La atención psicológica a los pacientes convalecientes de Covid 19 se hace necesaria debido a toda la situación a la cual son expuestos como aislamiento, cuarentena, tratamiento médico y seguimiento por posibles secuelas de la enfermedad generando en estos síntomas como ansiedad, depresión, y estilos de afrontamiento inadecuados para su salud mental.⁽¹⁾

En conferencia de prensa virtual, organizada por la compañía farmacéutica Lundbeck, el Dr. Aldo Suárez, especialista en psiquiatría y expresidente de la Asociación Psiquiátrica Mexicana, A.C., explicó que la pandemia de COVID-19 ha generado un clima de enfermedad y muerte que unido a grandes pérdidas económicas a nivel personal y nacional, crea un riesgo psicosocial elevado ante la amenaza de un evento traumático.

“Ante esta coyuntura, el riesgo de padecer trastornos en el estado de ánimo incluye a los pacientes contagiados, a las familias de personas fallecidas por COVID-19, a los profesionales de la salud que atienden a los enfermos y a la población en general, que puede estar padeciendo serios problemas, entre ellos la pérdida del empleo que genera angustia en el presente e incertidumbre en el futuro”, indicó el especialista.⁽²⁾

Los trastornos psíquicos inmediatos más frecuentes en los sobrevivientes son los episodios depresivos y las reacciones de estrés agudo de tipo transitorio. Entre los efectos tardíos se reportan duelos patológicos, así como depresión, trastornos de adaptación, manifestaciones de estrés postraumático, abuso del alcohol u otras sustancias adictivas y trastornos psicosomáticos.⁽¹⁾

También los patrones de sufrimiento prolongado se manifiestan como tristeza, miedo generalizado y ansiedad expresados corporalmente, síntomas que con frecuencia adquieren un carácter grave y de larga duración”, subrayó el especialista en psiquiatría. Un dato significativo de este análisis es que sólo un 2 % de los estudios sobre los efectos psicológicos de la COVID-19 se ha centrado en las personas enfermas. Según el investigador de la Fundación Lucha contra el Sida y las Enfermedades Infecciosas encargado de coordinar esta revisión, el doctor Jose A. Muñoz-Moreno, “esta circunstancia puede estar relacionada con el hecho de que la prioridad médica con estos enfermos ha sido atacar los efectos físicos que ponían en peligro inminente la vida de los pacientes, mientras que las consecuencias psicológicas han quedado en segundo plano”. “Será a partir de ahora cuando los sistemas de salud de todo el mundo nos podremos centrar en los aspectos psicológicos de la enfermedad que seguro nos afectarán en el largo plazo”, ha dicho.⁽¹⁾

La depresión por coronavirus se presenta con angustia, ansiedad e irritabilidad. En esta línea la angustia del Covid-19 se presenta en cuatro fases: miedo, aislamiento, incertidumbre y futuro.

La primera angustia es miedo a la enfermedad y a morir solo en un hospital. Y es que, no sólo se trata de un contagio, sino que también del alto riesgo de no poder despedirse de sus seres queridos.

Asimismo, la segunda fase de angustia de la depresión Covid-19 hace alusión al aislamiento, producto del confinamiento que parece nunca acabar, lo que nos lleva a la tercera angustia: incertidumbre, especialmente por la economía. Muchas personas han perdido sus trabajos y varias empresas han optado por disminuir sus gastos, por lo que nunca se sabe cuándo te puede tocar.^(3,4)

Estrategias de afrontamiento

Las estrategias de afrontamiento (a veces llamadas con el término *ingliscopring*) hacen referencia a los esfuerzos, mediante conducta manifiesta o interna, para hacer frente a las demandas internas y ambientales, y los conflictos entre ellas, que exceden los recursos de la persona. Estos procesos entran en funcionamiento en todos aquellos casos en que se desequilibra la transacción individuo-ambiente. Se trata de un término propio de la psicología y especialmente vinculado al estrés.

Tipos de estrategias de afrontamiento

Estrategias de afrontamiento centradas en el problema: la persona se centra en hacer frente a la situación, buscando soluciones al problema que ha provocado la disonancia cognitiva. Hay una búsqueda deliberada de solución, de recomposición del equilibrio, roto por la presencia de la situación estresante. Este tipo de estrategias son la confrontación, la búsqueda de apoyo social y la búsqueda de soluciones.

Estrategias de afrontamiento centradas en la emoción: la persona busca la regulación de las consecuencias emocionales activadas por la presencia de la situación estresante. Si no funcionan o son insuficientes el primer tipo de estrategias, se pretende aminorar el impacto sobre el individuo. Las estrategias son el autocontrol, el distanciamiento, la reevaluación positiva, la autoinculpación y el escape/evitación.⁽⁵⁾

Un estudio sobre el impacto psicosocial de la COVID-19 en base a la revisión sistemática de 58 trabajos científicos ha revelado que, entre las alteraciones más habituales entre la población general figura la depresión

(presente en el 46 % de los estudios revisados), la ansiedad (60 %), los síntomas de estrés (17 %), el insomnio (17 %), la percepción de soledad (3 %) y el trastorno de estrés post-traumático (3 %).⁽³⁾

El estudio, que se ha presentado en la primera conferencia internacional de COVID-19 -que en la edición de este año será virtual- ha determinado que los colectivos con más riesgo de sufrir los efectos psicológicos de la COVID-19 son las mujeres, los jóvenes y los sanitarios o las personas dedicadas al cuidado de personas enfermas.⁽⁴⁾

Por estas razones se decide realizar la investigación, con el objetivo de determinar los niveles de ansiedad y de depresión, describiendo las estrategias de afrontamiento que se utilizan en los pacientes convalecientes de Covid-19 en el municipio de Viñales, este estudio es de gran relevancia para el área de salud y para el grupo de psicólogos que trabajan en el campo de la Psicología Clínica dado que indaga la ansiedad y la depresión como estados emocionales y los estilos de afrontamiento que utilizan los pacientes convalecientes de Covid-19 en el municipio de Viñales. La principal novedad es que se estudia una población sobre la cual no hay muchos antecedentes de investigación, y los resultados que se obtengan serán pertinentes para el abordaje integral de estas personas cuyas afectaciones tienen un alcance biopsicosocial.

MÉTODOS

Se desarrolló un estudio transversal con alcance exploratorio-descriptivo. La selección de la muestra fue de carácter intencional no probabilístico. Se definió como unidad de análisis para la investigación a los pacientes convalecientes de covid-19 pertenecientes a la localidad.

Se asumieron como criterios de inclusión al estudio: pacientes recuperados de la enfermedad, aptos física y mentalmente para responder las técnicas e instrumentos utilizados en la investigación, estar en edades entre los 19 y 60 años de edad, manifestar voluntariedad para participar. Constituyeron criterios de exclusión el no ofrecimiento del consentimiento informado.

De acuerdo con los datos de la Dirección Municipal de Salud Pública en el Registro de pacientes convalecientes de la covid-19 del municipio de Viñales durante el periodo de marzo 2020 a junio de 2021, se declararon 98 personas recuperadas de la enfermedad. La muestra quedó conformada finalmente por 77 pacientes del municipio de Viñales. Se trabajó en la aplicación de los instrumentos en la medida que los pacientes asistieron a la consulta multidisciplinaria que funciona en la localidad, comenzando por la entrevista y luego se procedió a la aplicación de los inventarios de ansiedad y depresión, los que son explicados a continuación.

Instrumentos empleados

Se empleó una entrevista semiestructurada individual para explorar en los convalecientes variables sociodemográficas (anexo). Además permitió establecer el consentimiento informado como principal aspecto ético de la investigación.

Inventario de ansiedad rasgo-estado (IDARE): se aplicó para evaluar los niveles de la ansiedad rasgo-estado en la muestra de estudio. El instrumento constó con un total de 40 expresiones que los sujetos usan para describirse. 20 preguntas medían la ansiedad como estado (¿Cómo se siente ahora mismo, en estos momentos?) y 20, la ansiedad como rasgo (¿Cómo se siente habitualmente?), donde los sujetos debían marcar en cuatro categorías la intensidad con que experimentaban el contenido de cada ítem. Para responder a las escalas el sujeto debía vincular el número apropiado que se encontraba a la derecha de cada una de las expresiones del protocolo.

Inventario de depresión rasgo-estado (IDERE): se empleó con el propósito de evaluar los niveles de depresión rasgo-estado en los sujetos de estudio. La prueba se componía de 42 expresiones que los sujetos usaban para describirse. 20 preguntas medían la depresión como estado (¿Cómo se siente ahora mismo, en estos momentos?) y 22 la depresión como rasgo (¿Cómo se siente habitualmente?), donde se indicaba la intensidad experimentada a partir de cuatro categorías.

Escala De Modos De Afrontamientos de Lazarus y Folmank: el instrumento consta de 67 índices; cada uno de los cuales se responde de acuerdo con los criterios siguientes; en función de la medida en que el sujeto respondió o actuó como describe cada uno de ellos.

RESULTADOS

En el estudio realizado se encontraron como principales resultados que predomina en los casos positivos de Covid 19 en el municipio el sexo masculino (61), sexo femenino (16) de la muestra en estudio (77) lo que representa un 79 %. En cuanto a las edades las más representativas se evidenció que el grupo más afectado es entre 25 y 55 años con un total del 76 %, 5 pacientes de 18 a 24, (3 del sexo masculino y 2 del sexo femenino), 58 pacientes de 25 a 55(46 del sexo masculino y 12 del sexo femenino, y de 56 a 60,14 pacientes (12 del sexo masculino y 2 del sexo femenino). Dentro de los consejos populares que más inciden son el consejo popular Viñales con un total de 59 lo que representa un 76 % del total de los casos positivos, seguido de República de Chile con un total de 12 casos.

En cuanto a los resultados que se arrojaron en la entrevista se evidenció que los pacientes mantuvieron alrededor de 5 a 10 días hospitalizados con un tratamiento con Interferón en su mayoría de 4 dosis. Refieren que durante el tiempo en las instalaciones de salud la atención por parte del personal médico ha sido favorable a pesar de los síntomas de la enfermedad se han sentido tensos, preocupados por la espera del PCR después del tratamiento lo cual coincide con un estudio realizado por el Dr. Jose A. Muñoz-Moreno donde los pacientes positivos han tenido comportamientos de depresión y tristeza en el tiempo de hospitalización.

En cuanto a los resultados obtenidos en la aplicación de las técnicas utilizadas para medir estados emocionales en estos pacientes se aplicó en un primer momento el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado. En este aspecto se evidenciaron niveles de ansiedad media como estado y alta como rasgo en el 75 % de la muestra estudiada, lo que nos demuestra que los pacientes que padecieron la COVID 19 en realidad están sometidos a situaciones conflictivas o estresantes de manera situacional, aunque no necesariamente tienen que padecer de ansiedad como una patología psiquiátrica. Se muestran tensos, preocupados, alterados e incluso culpables en alguna medida del contagio. Estos resultados se corresponden con el estudio titulado Salud Mental durante la pandemia de COVID 19 el cual refiere que las causas más comunes de ansiedad después del contagio , el miedo ante la muerte, miedo a ser excluidos socialmente, miedo a ser puesto en cuarentena, sentir impotencia al no poderse proteger uno mismo y a los seres queridos, miedo a ser separados de los seres queridos, rechazo a cuidar a las personas vulnerables debido al miedo a infectarse y los sentimientos de impotencia.⁽¹⁾

Estos datos se pueden observar en la figura 1.



Figura 1. Niveles de ansiedad

Por otra parte, se aplicó el IDERE (Inventario de Depresión Estado-Rasgo) el cual fue utilizado para medir los niveles de depresión de los pacientes positivos a la COVID 19 una vez que han sido confirmados como negativos.

Aquí obtuvimos como resultados que, de 77 pacientes estudiados, 66 presentaron niveles de depresión media como estado o sea el 86 % del total y solo 11 de ellos presentó una depresión alta como rasgo el 14 % de los estudiados. Esto nos indica la presencia de síntomas depresivos en los pacientes que han sido positivos a la Covid presentando como principales síntomas insomnio, dificultad para dormir, tristeza en ocasiones. Esto se corrobora en un estudio realizado el cual indicó que muchas personas “se ven abrumadas por el miedo a desarrollar una enfermedad grave”, mientras que otras están comprensiblemente preocupadas por sus vidas” y que “las investigaciones iniciales muestran que hasta un tercio de los pacientes que se recuperan pueden sufrir cambios duraderos en su estado de ánimo y padecer depresión.

Estos datos se pueden observar en la figura 2.

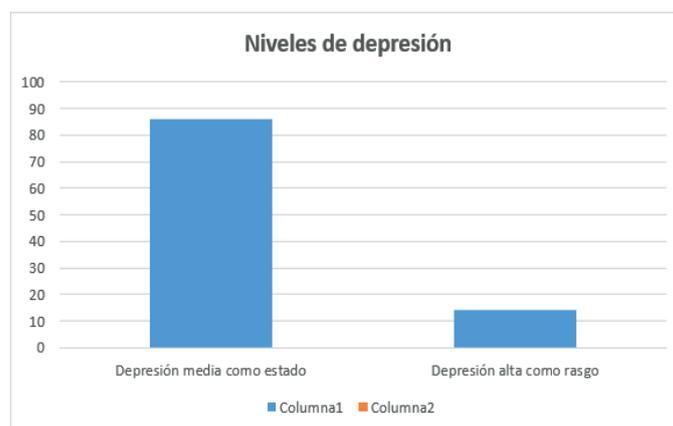


Figura 2. Niveles de depresión

Resultados obtenidos en las estrategias de afrontamiento que utilizan los pacientes convalescientes de Covid-19 en el municipio

De los 77 pacientes estudiados el 79 % (61 pacientes) asumieron estilos de afrontamiento centrados en el problema donde los principales ítems relacionados con esa categoría obtuvieron puntuaciones superiores como Autocontrol (13), Reevaluación positiva (12), Aceptación de la responsabilidad (9), Búsqueda de apoyo social (6) Confrontación Estos datos nos demuestran que el afrontamiento desempeña un papel importante mediador entre las experiencias estresantes a las que son sometidas las personas. Los pacientes convalescientes a la COVID en nuestro municipio se han centrado en hacer frente a la enfermedad con responsabilidad y cumpliendo todas las indicaciones médicas además de buscar soluciones solidas al problema.

Una búsqueda deliberada de solución, de recomposición del equilibrio, roto por la presencia de la situación estresante. Aunque no hay muchos estudios referentes a los estilos de afrontamiento en los pacientes convalescientes de COVID 19 las búsquedas bibliográficas realizadas coinciden con los resultados obtenidos en nuestra investigación donde en pacientes sobrevivientes a la COVID 9 los estilos de afrontamiento que predominan son los estilos dirigidos a resolver la situación problemática.

En otras investigaciones sobre afrontamiento relacionadas con diferentes patologías o enfermedades se mostraron resultados similares a los encontrados en nuestra investigación donde los pacientes se inclinan por estilos de afrontamiento centrado en el problema Autocontrol (11), Reevaluación positiva (15), Aceptación de la responsabilidad (10).

CONCLUSIONES

En el trabajo realizado sobre ansiedad, depresión y estilos de afrontamiento en pacientes convalescientes de COVID 19 en el municipio de Viñales se obtuvo la presencia de estados emocionales como la ansiedad y la depresión en niveles de alto porcentaje debido a la situación estresante que constituye el padecer de coronavirus en los momentos actuales a los cuales nos enfrentamos. Los pacientes se han mostrado tensos, preocupadas, con dificultades para dormir, dificultad para incorporarse a la vida normal después de un periodo extenso de aislamiento. Por otra parte, se constataron estilos de afrontamiento centrados en el problema los cuales propician que la persona se central en hacer frente a la situación, buscando soluciones al problema que ha provocado la disonancia cognitiva. Esto nos hace llegar a la conclusión de que los pacientes convalescientes de COVID 19 se han sentido tristes debido a la situación estresante con presencia de sintomatología ansiosa y depresiva sin alteraciones patológicas mostrando estilos de afrontamiento centrados en resolver la situación generada por la enfermedad.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. COVID-19: Un tercio de los pacientes recuperados pueden sufrir ansiedad o depresión. <https://news.un.org/es/story/2020/08/1479122>
2. Pérez Valdés MA, Alvares Morales NE. Repercusión psicológica y social de la pandemia COVID-19. *Revista Electrónica Medimay*. 2020;27(2):1663.
3. Ribot Reyes Vd, Chang Paredes N, González Castillo AL. Efectos de la COVID-19 en la salud mental de la población. *Rev hab cienc méd*. 2020;19(supl.):3307.
4. Arias Molina Y, Herrero Solano Y, Cabrera Hernández Y, ChibásGuyat D, García Mederos Y. Manifestaciones psicológicas frente a la situación epidemiológica causada por la COVID-19. *Rev hab cienc méd*. 2020;19(0):3350.
5. Gonzalez Llanes FM. Instrumentos de Evaluacion psicológica. Parte V instrumentos de medición para el estudio del estrés y el afrontamiento. Capítulo 11. *ECIMED*;2017. P.235-243.

CONFLICTO DE INTERESES

No hubo conflicto de interés.

FINANCIACIÓN

Sin financiamiento.

CONTRIBUCIÓN DE AUTORÍA

Conceptualización: Zaimara Veliz Moreno, Edelys Núñez Ravelo, Lisandra Arencibia Llanes, Idania Esther Suarez Castillo, Yolanda Contreras Tamargo.

Redacción- revisión y edición: Zaimara Veliz Moreno, Edelys Núñez Ravelo, Lisandra Arencibia Llanes, Idania Esther Suarez Castillo, Yolanda Contreras Tamargo.