

ORIGINAL

Mental health in times of covid-19: an analysis of Colombia before and during the pandemic

La salud mental en tiempos de covid-19: un análisis de Colombia antes y durante la pandemia

Luis Carlos Restrepo¹, Katheleen Johana Restrepo Londoño²✉, Luis Manuel Zúñiga Pérez³✉, Ana Yanira Amaya Gómez¹

¹Corporación Unificada Nacional de Educación Superior CUN. Colombia.

²Grupo de investigación AMDAC de la IE- José María Córdoba (Montería - Córdoba). Medellín, Colombia.

³Programa Administración de Empresas, Corporación Unificada Nacional de Educación Superior CUN. Colombia.

Citar como: Restrepo LC, Restrepo Londoño KJ, Zúñiga Pérez LM, Amaya Gómez AY. Mental health in times of covid-19: an analysis of Colombia before and during the pandemic. Salud Integral y Comunitaria 2023; 1:11. <https://doi.org/10.62486/sic202311>

Enviado: 09-05-2023

Revisado: 17-08-2023

Aceptado: 17-10-2023

Publicado: 18-10-2023

Editor: Misael Ron 

ABSTRACT

This work is framed within the study of mental health in Colombia, in which concepts related to its impact on human health are addressed, based on the perspectives of entities such as the World Health Organization (WHO), and taking into account national statistics and related regulations. The main objective of the study is to conduct a bibliographic review of research and official data related to mental health in Colombia based on two scenarios: before and during the Covid-19 pandemic. In order to fulfill the projected, the reflexive methodology was implemented, of descriptive type, making use of information sources such as: journalistic documents, research articles, Internet, essays among others. As conclusions, it could be argued that mental health is linked to various economic, social and labor problems in the country, and the Covid-19 pandemic was an important aggravating factor to increase the figures related to it.

Keywords: Mental Health; Pandemic; Covid-19; Colombia; WHO.

RESUMEN

Este trabajo se enmarca en el estudio de la salud mental en Colombia, en el cual se aborda conceptos relacionados con su impacto en la salud humana, basados en las perspectivas de entidades como la Organización Mundial de la Salud -OMS, y teniendo en cuenta las estadísticas nacionales y normativa relacionada. El objetivo principal del estudio es realizar una reflexión apoyada en datos bibliográfica de investigaciones y datos oficiales relacionados con la salud mental en Colombia a partir de dos escenarios: antes y durante la pandemia Covid-19. Para cumplir lo proyectado, se implementó la metodología reflexiva, de tipo descriptivo, haciendo uso de fuentes de información como: documentos periodísticos, artículos de investigación, Internet, ensayos entre otros. Como conclusiones, se podría argumentar que la salud mental está ligada a diversos problemas económicos, sociales y laborales en el país, y la pandemia del Covid-19, fue un agravante importante para aumentar las cifras relacionadas con esta.

Palabras clave: Salud Mental; Pandemia; Covid-19; Colombia; OMS.

INTRODUCCIÓN

La salud mental, es un tema que ha tomado gran auge en el siglo XXI, y la sociedad ha sido testigo de múltiples situaciones a nivel global que ha desatado infortunios alrededor de este ámbito de la salud. No existe un rango de edad que defina en qué lapso de tiempo se es vulnerable la salud mental de un ser humano, pues el caos de la modernidad ha logrado implosionar sensaciones desconocidas por la sociedad.

Según La Organización Mundial de la Salud [OMS], define la salud mental como “ un estado de bienestar en el que cada individuo desarrolla su potencial, es capaz de afrontar el estrés de la vida, es capaz de trabajar productiva y fructíferamente, y es capaz de contribuir a su comunidad”(OMS,2022,p.11) y así mismo establece que, “el apoyo en materia de salud mental y psicosocial como cualquier tipo de apoyo local o externo cuyo objetivo es proteger o promover el bienestar psicosocial y/o prevenir o tratar los trastornos de salud mental” (OMS,2022,párr.12.)

Es decir si una persona goza de salud mental optima, es capaz de convertirse en un elemento productivo para la sociedad en todos los ámbitos, es por ello que se hace necesario sacar a relucir este factor de la salud, que se vió disfrazado bajo múltiples nombres, y al cual no se le dio la importancia debida. Ahora bien a raíz de esto.

Durante las últimas dos décadas, la Organización Mundial de la Salud (OMS) ha priorizado esta área, buscando desarrollar políticas de promoción de la salud con estrategias de estilo de vida saludable, esfuerzos preventivos que apunten a manejar y minimizar los riesgos y efectos psicológicos y sociales sobre la salud mental, mejorar el acceso y la calidad del tratamiento para eventos primarios de salud mental y, en última instancia, promover la rehabilitación de las personas afectadas por estos eventos. (Palacio & Carlos, 2018)

Según la OMS, el Plan de Acción Integral de Salud Mental 2013-2030, de esta organización, representa el compromiso de todos los países para mejorar la salud mental y la atención de la misma, y proporciona un plan de acción. No se espera que ningún país cumpla con todas las oportunidades de implementación de la Agenda Global ya que muchos países no cuentan con los recursos para implementar todas las medidas descritas en este informe. Sin embargo, todos los países tienen amplias oportunidades para lograr avances significativos en la mejora de la salud mental de su población, y la elección de los primeros objetivos depende de la situación del país y de las necesidades locales de salud.

Así pues y en aras de cumplir con lo proyectado en dicho plan:

En 2013, la Asamblea Mundial de la Salud aprobó el Plan de Acción Integral para la Salud Mental 2013-2020. A nivel regional se decidió revisar el plan de acción en salud mental, el cual fue aprobado 2009, actualizándolo y alineándolo con el Plan Estratégico de la OPS y la Agenda Integral de Salud Mental de la OMS. (OPS, Salud mental, 2022, párr.8)

Seguidamente los autores Palacios & Carlo (2018) afirman que:

En nuestra región de América Latina, los sistemas de salud están en crisis. Financiar un sistema equitativo es difícil, el aporte del Estado a la salud no es suficiente; en los sistemas mixtos, el sistema pagado es menos que subsidiado e innecesario, y en los sistemas privados crean brechas que luego no pueden ser reparadas. Es imperativo que las políticas nacionales de salud mental den lugar a medidas formuladas con dos prioridades: la prevención primaria y la promoción de la población y estrategias de prevención que influyan y puedan mantener el bienestar y la calidad de vida; en segundo lugar, el desarrollo continuo del componente de atención primaria de salud (APS) que asegure el acceso, la oportunidad y la atención de calidad para los eventos de salud mental. (p.6).

Ahora bien un factor importante es tratar de abordar los orígenes de la problemática, y así hacer una mirada reflexiva conociendo los orígenes del caos, tal como lo indican los autores Hernández H. & Sanmartín R. (2018)

En Colombia, la salud mental es particularmente compleja porque está íntimamente relacionada con dificultades sociohistóricas en términos de política, injusticia y desastres, tanto naturales como violentos. A ello se suma el hecho de que no se ha encontrado en la literatura existente un énfasis en las acciones del estado en sentido comunitario en el sentido sugerido al mundo; Más bien, se reconoce como un país con una fuerte tendencia a investigar los mecanismos neurofisiológicos, genéticos y conductuales de los trastornos mentales basados en la psiquiatría y la neurociencia, y con un sistema de salud que prioriza claramente la rentabilidad de los servicios privados sobre los servicios públicos de salud; pero no como un país donde la salud mental de la población está significativamente desarrollada. (p.3)

Sumado a lo anterior expuesto, continúan los autores indicando que “en Colombia no existe un enfoque definido para la gestión del sistema de salud mental, sino un conjunto de lineamientos explícitos, implícitos y contradictorios que existen de diferentes formas” (Hernández H. & Sanmartín R., 2018, p.1).

El problema de la salud mental en el mundo y en Colombia ha provocado varios episodios que han afectado este ámbito en las personas y, además, el 2020, marca el inicio de un período muy significativo en la historia de la población mundial, que ha marcado los recuerdos de forma significativa. A finales de Diciembre del año 2019, se informaron algunos casos atípicos de neumonía de origen desconocido en Wuhan, China. Días después, el factor etiológico fue identificado como un nuevo coronavirus. Este nuevo coronavirus se denominó SARS-CoV-2, y la enfermedad que provocó se denominó COVID-19.

Esta enfermedad se denominó como pandemia, a lo cual responden los autores Lozano R. Muñoz M. & Gonzales M. (2020) definiendo tal hecho afirmando que:

Las pandemias son crisis de salud que tienen un gran impacto en las familias y ponen en riesgo muchas vidas. El miedo a la infección empeora la situación, porque la seguridad de las familias y las actividades diarias están en riesgo (párr.68).

Según el Ministerio de Sanidad y Asuntos Sociales, se han priorizado las medidas a implementar ante la emergencia del Covid-19: medidas de emergencia higiénica y sanitaria, medidas de emergencia social, económica y ecológica, así como orden público y otras medidas habituales.

Sin embargo, estas medidas ya estrictas también significan que el gobierno está cerrando partes de la economía por razones de salud pública, dejando a muchas personas sin poder trabajar ni obtener ingresos. Esto crea ansiedad y miedo en la población, junto con una creciente preocupación por el bienestar y la salud de los niños, los familiares ancianos y los sistemas de riesgo e inmunocomprometidos. La sensación palpable de miedo y ansiedad que todos estamos experimentando en este momento destaca el vínculo entre los problemas de salud mental y el coronavirus (Gordon, 2020, p.2)

Es absolutamente cierto que, con solo pensar en las medidas tomadas por los gobiernos, la falta de atención médica, especialmente en Colombia, provoca algunos episodios que pueden ser desagradables y que en ocasiones pueden cambiar estados mentales y fracasos de las personas, es decir, tratar con ellos.

Según el memorando estadístico definido en Colombia y el DANE Salud mental en Colombia: análisis del impacto de la pandemia,

En Colombia la salud mental es definida como un “estado dinámico que se expresa en la vida cotidiana a través del comportamiento y la interacción de manera tal que permite a los sujetos individuales y colectivos desplegar sus recursos emocionales, cognitivos y mentales para transitar, para trabajar, para establecer relaciones significativas y para contribuir a la comunidad”, y se entiende como un estado de bienestar en el que las personas son capaces de realizar sus tareas de manera tranquila pese al estrés que experimentan y lograr así una mayor productividad (DANE, 2021, p. 7.)

Sin embargo, la pandemia fue un factor determinante que indicó que incidió en el aumento de casos de salud mental en el país, así lo confirmó la encuesta de pulso social realizada en febrero de 2021 por el Instituto Nacional de Estadística (DANE), la mitad de las personas que respondieron la encuesta (su jefe o su cónyuge) informaron sentirse particularmente ansiosos o nerviosos debido a la pandemia.

De acuerdo con lo anterior, en el siguiente artículo de revisión, discutimos investigaciones y estadísticas oficiales relacionadas con la salud mental en Colombia, que permiten la conexión y transición del problema, abarcando dos escenarios, uno de ellos anterior a la pandemia del Covid-19 y más durante ese tiempo.

METODOLOGÍA

Este es un trabajo reflexivo, el cual se estructura con un método descriptivo, la cual define Guevara A., et.al. (2020) como “La investigación descriptiva se efectúa cuando se desea describir, en todos sus componentes principales, una realidad” (165). Ahora bien, teniendo en cuenta y como complemento, la revisión de fuentes de información como investigaciones periodísticas, artículos de investigación, medios de comunicación digitales, ensayos, libros, entre otros trabajos e información que permitirá alcanzar el objetivo planteado.

La Salud Mental Ante La Pandemia En Colombia

La salud mental en Colombia desde su creación por la Ley 100 de 1993, “por la cual se crea el sistema de seguridad social integral y se dictan otras disposiciones”. Hasta la creación de la Ley de Salud Mental, Ley 1616 de 2013, la política nacional en salud mental enfrentó ciertas dificultades políticas, económicas, sociales y culturales que generaron problemas para atender la diversa situación de la población.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), los trastornos de salud mental están aumentando en todo el mundo. Entre 1990 y 2013, el número de personas que padecían depresión o ansiedad aumentó casi un 50 %, de 416 millones a 615 millones, afectando a casi el 10 % de la población mundial (Torres de Galvis, 2018, párr.3). Se sabe que se han realizado esfuerzos para generar conciencia sobre los problemas de salud mental en Colombia, pero aún queda un largo camino por recorrer.

Hay muchas barreras en Colombia, no solo para la salud mental, sino para todo tipo de enfermedades. El estudio sobre barreras encontró que existen todo tipo de barreras, administrativas, geográficas, regulatorias, de desabastecimiento, así como de contexto cultural, social, político y económico (Zamora R., Suárez A., & Bernal A., 2019, p. 178).

Da un panorama del estado de la salud mental en el país, el cual va acompañado de una serie de problemáticas políticas, sociales y administrativas, donde los gobiernos y las comunidades son responsables de tomar acciones que ayuden a mejorar el sistema de salud y llamar la atención sobre el mismo problema para reducir las estadísticas de enfermedades mentales.

En el caso de Colombia, según los resultados de la encuesta de salud mental de 2015 del Ministerio de Salud y Asuntos Sociales, aproximadamente el 52,2 por ciento de los jóvenes encuestados presentaba uno o dos síntomas de ansiedad y se constató que aproximadamente el 36,6 por ciento de los jóvenes de 12 a 17 años que respondieron a la encuesta consideraban que su salud era excelente; Aproximadamente el 47,6 % de las personas de 60 años o más considera que su salud es buena. 23,8 % de la población estudiada los miembros de este grupo calificaron su estado de salud como excelente (DANE, 2021, p.7).

Ahora bien es importante además resaltar que “Los trastornos de salud mental en Colombia recaen principalmente en niños, adolescentes y adultos jóvenes, reduciendo significativamente las proyecciones de población, la productividad académica y económica y finalmente el capital global, que incluye factores personales, simbólicos, culturales y relationales” (Posada, 2013, párr.5).

De este grupo se puede identificar una población muy vulnerable, correspondiente a todos aquellos niños y niñas asociados a condiciones que afectan la salud mental.

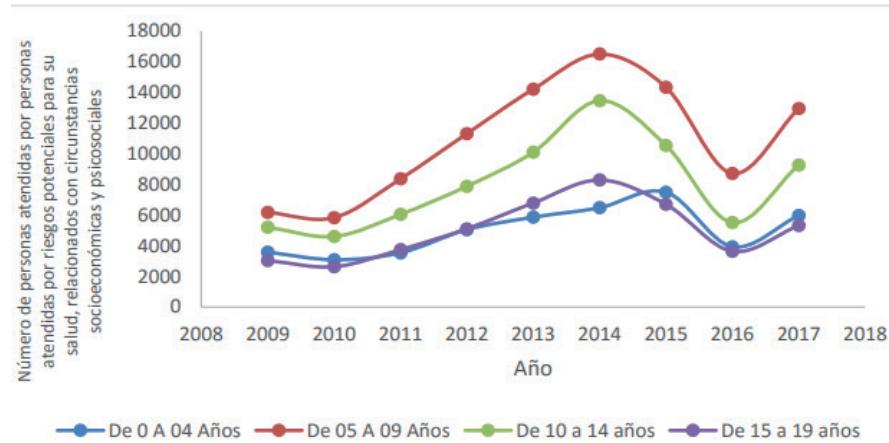


Figura 1. Número de niños, niñas y adolescentes atendidos por riesgos potenciales para su salud, relacionados con circunstancias socioeconómicas y psicosociales, de 2009 a 2017, en Colombia

Fuente: (Minisalud, Boletín de salud mental Salud mental en niños, niñas y adolescentes, 2018)

Si miramos el comportamiento de la salud mental en Colombia, podemos ver que se ha convertido en un problema de salud muy grave.

Por ejemplo, la figura 2, muestra radiografías de personas que han sido atendidas al menos una vez por problemas de salud mental, según SISPRO.

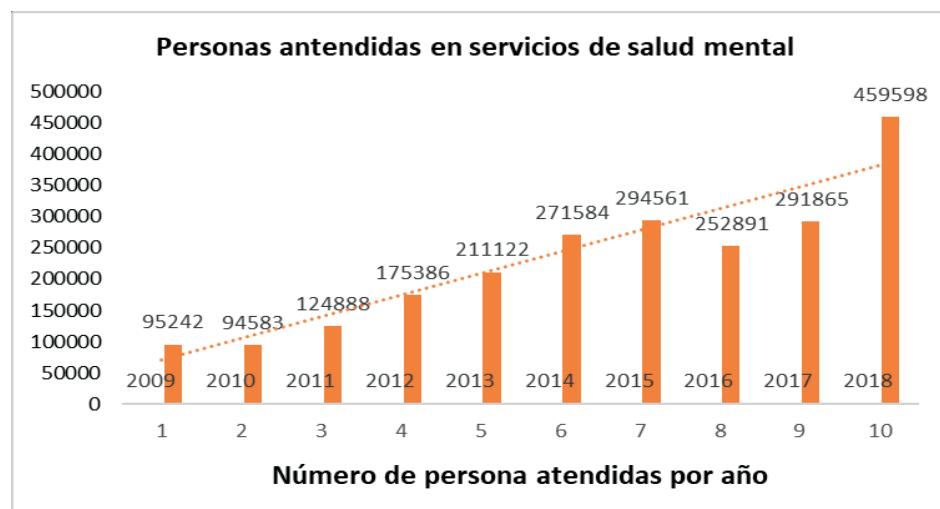


Figura 2. Número personas atendidas por año

En la figura 2 vemos cómo los casos atendidos en los servicios de salud mental en Colombia han aumentado con el tiempo, desde las cifras reportadas en el SISPRO desde 2009, que fue de 95 242 personas, hasta 2018, levemente. Antes de que comenzara la crisis sanitaria, daban un récord de 459 598 personas, cifra verdaderamente alarmante en materia de salud mental en Colombia.

Si hacemos una pequeña radiografía de las Américas, Colombia es uno de los países con mayor porcentaje de personas con discapacidad mental en la región, (Figura 3).

Según el Ministerio de Salud y Asuntos Sociales, el gobierno enfrentó varios problemas de salud mental en diferentes etapas de la vida, (Tabla 1).

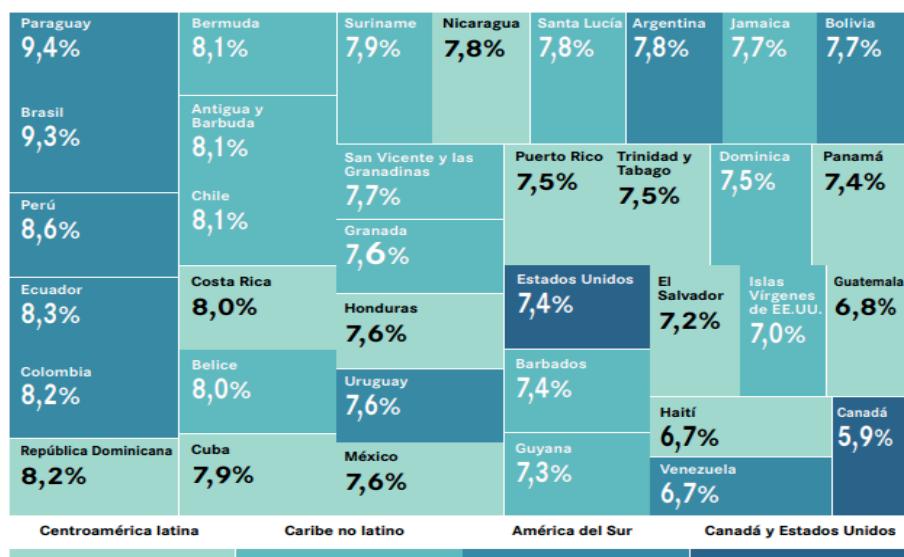


Figura 3. Mapa de árbol por depresión en América

Fuente: (OMS O., 2018)

Tabla 1. Principales problemáticas en salud mental que se vienen presentando en Colombia

Etapa	Problema asociado	Porcentaje
Infancia	Se asusta o se pone nervioso	12,4 %
	Presenta cefaleas frecuentes	9,7 %
	Trastorno por déficit de atención e hiperactividad	2,3 %
Adolescencia	Ansiedad, fobia social y depresión	6,6 %
	Ideación suicidio	7,4 % - Mujeres 5,7 % - Hombres
Adulto	Trastornos afectivos	6,7 %

De acuerdo con la tabla 1, los principales problemas de salud mental en Colombia durante las etapas infantiles son el miedo o nerviosismo, seguido de los problemas de ansiedad, fobias y suicidio en la adolescencia, y finalmente los trastornos del estado de ánimo en la edad adulta.

Céntrese un poco en el número de suicidios confirmados en (DANE, 2021) Según datos obtenidos a través del DANE Estadísticas Vitales - EEVV, antes del inicio de la pandemia, la mortalidad por suicidio por autolesiones aumentó de 5,1 en 2005 - 5,9 en 2019.

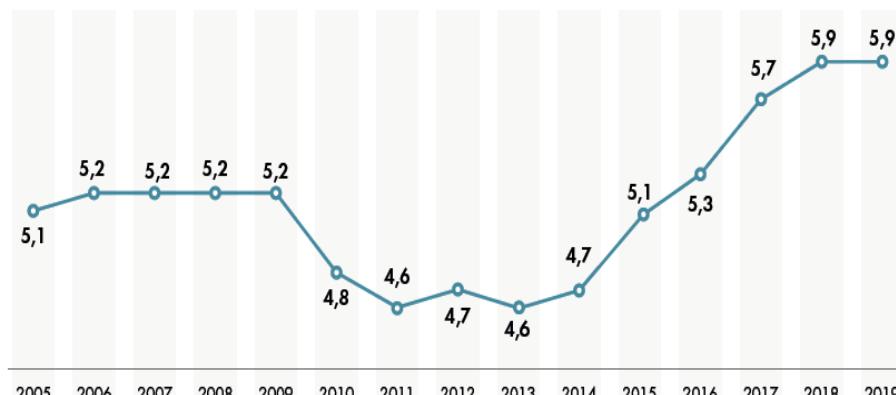


Figura 4. Tasa de mortalidad por lesiones auto fingidas en Colombia antes de la pandemia

Fuente: tomado de salud mental en Colombia: un análisis de los efectos de la pandemia, 2021.

Según la figura 4 y considerando los datos de 2005 con los de 2019, aún sin el impacto de la pandemia. Se puede decir que el problema de salud mental de Colombia supera los estándares habituales para los incidentes relacionados con ese problema, siendo la mortalidad relacionada con lesiones fingidas el punto más alto de muerte.

Este impacto en la salud mental en Colombia está relacionado con varios factores que contribuyen a los problemas de salud de la población.

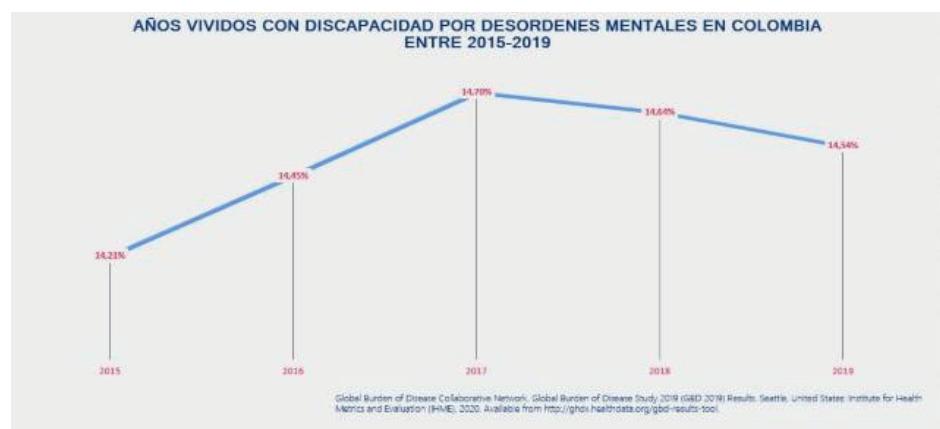


Figura 5. Años vividos con discapacidad por desórdenes mentales en Colombia entre 2015-2019

Fuente: indicadores de convivencia social y salud mental, SISPRO 2022.

Esto es notable, como se muestra en el figura 5. El número de trastornos mentales en Colombia ha aumentado y los porcentajes son significativos.

Tal como lo confirma la OMS en Colombia y el mundo, los determinantes de la salud mental son causados por “La exposición a circunstancias sociales, económicas, geopolíticas y ambientales desfavorables, como la pobreza, la violencia, la desigualdad y la degradación del medio ambiente, también aumenta el riesgo de sufrir afecciones de salud mental” (OMS, 2022, párr.6). Continúa la misma entidad afirmando que:

Los riesgos pueden ocurrir en todas las etapas de la vida, pero los que ocurren durante períodos sensibles del desarrollo, especialmente en la primera infancia, son particularmente dañinos. Por ejemplo, la crianza severa y el castigo corporal pueden dañar la salud de los niños, y la intimidación es un factor de riesgo importante para los problemas de salud mental (OMS, Salud mental: fortalecer nuestra respuesta, 2022, párr.7)

Por ello, a nivel nacional, es necesario implementar procesos de promoción y prevención para personas con y sin problemas de salud mental, que promuevan su percepción de las personas y colectivos con estas patologías e influyan positivamente en la adaptación a la vida diaria, incluyendo el medio ambiente, para el tratamiento y prevención de enfermedades concomitantes (Téllez Bedolla, 2021.pág.108).

De esta forma, se convoca a un encuentro articulado de perspectivas para un propósito social que refleje una visión holística de la salud mental, que sea socioculturalmente importante y permita avanzar hacia la promoción de relaciones humanas pacíficas, constructivas, solidarias y dignas (Hernández H., 2020,p.939).

Todos estos factores, además de los problemas sociales del país, tienen un impacto directo en los indicadores y estadísticas de salud mental de Colombia, porque están funcionando, pero todavía están tratando de mejorar, de esta manera el ICBF (2022), indica que “desde 2019, Colombia vive una dinámica social conocida como “estallido social” caracterizada por marchas, paros, entre otras manifestaciones de desarmonía. Muestra cómo las situaciones, los contextos sociales y políticos también afectan la salud mental” (p.9).

En este sentido, autores como Pelayo Y. et.al., (2019), indican que inicialmente: se parte de un pequeño diagnóstico de cómo se relaciona el grupo objetivo con el tema de salud mental; Para ello, se recopilan datos de referencia y evaluación motora y cognitiva para crear un concepto macroeconómico que ayude a los profesionales a comprender mejor el programa(p.32)

Salud mental durante pandemia en Colombia

Además de desafíos como la pobreza, la desigualdad, la violencia y la contaminación ambiental, en el año 2019 se desató un evento global que desencadenó una crisis de salud global que obligó a los gobiernos a actuar para enfrentar la pandemia del COVID-19, la cual según la entidad GestarSalud (2021) afirma que no obstante:

Habiéndose colado en los pulmones de la mayor cantidad de personas posible en Colombia, el Covid-19 también desencadenó una crisis que estuvo a punto de estallar: una crisis de salud mental. Y no solo por el impacto de factores de riesgo inmediatos como el encarcelamiento, el miedo y la pérdida, sino también porque a muchos colombianos les resultó difícil encontrar ayuda para sus enfermedades (párr.3).

Estas consecuencias psicológicas son consecuencia de los estresores relacionados con la cuarentena y pueden

extrapolarse al contexto de la actual pandemia de COVID-19. Los factores estresantes son la larga duración de la cuarentena, la frustración, el aburrimiento, la soledad y el miedo a enfermarse o contagiar a alguien, la falta de información, las pérdidas económicas, el estigma de la discriminación, el desequilibrio económico (Larios N., et.al., 2020,p.227).

Sin duda las secuelas que dejó la pandemia del COVID-19, han afectado muchos ámbitos en la vida de las personas, tanto así que esta pandemia: no solo ha afectado la salud mental de las personas, sino también su salud física, con un aumento de 2,2 puntos porcentuales entre julio de 2020 y junio de 2021, según resultados de la EPS. la proporción de jefes de hogar que reportan buena salud del 60,5 % en julio de 2020 al 62,7 % en junio de 2021, siendo este último el porcentaje más alto (DANE, 2021,p.29).

Es notorio cómo el Covid-19 ha podido afectar el bienestar de los colombianos.

Con la pandemia de COVID-19, la salud mental se ha vuelto un tema aún más importante, ya que el miedo a contraer el virus, la pérdida de familiares y amigos a causa de la enfermedad y las medidas tomadas por los gobiernos para contener la infección han afectado la vida diaria y, junto con ella, la salud mental. Medidas como el distanciamiento físico, las cuarentenas obligatorias, el cierre de escuelas y los cambios en las tareas del hogar son factores que, según la Organización Mundial de la Salud (OMS), también pueden afectar la salud mental al aumentar la ansiedad, la depresión y el pánico, para nombrar unos pocos (DANE, 2021,p.11).

Sumado a esto la OMS (2022) indica en sus estadísticas que “El CME de 2020 estimó un aumento de 27,6 veces en el trastorno depresivo mayor (MDD) y un aumento de 25,6 veces en los trastornos de ansiedad (AD) en todo el mundo debido a la pandemia de COVID-19 en el mundo en 2020” (p.1).

Los gobiernos tomaron muchas medidas, pero como argumentaron Ramírez R. & Thortens D., (2021): las medidas no incluían la salud mental, sobre todo para mantener la economía del país, mucha gente tuvo que irse, lo hacen con ansiedad, porque la mayoría lo hace por miedo al contagio, pero también para las personas que trabajaban en casa (trabajo virtual), no recibieron orientación psicológica en prisión, lo que afectó su condición, en el sentido de que muchas veces tuvo que enfrentar las complicaciones y la muerte de seres queridos además del estrés del trabajo virtual (p.43).

Con base en lo anterior, se puede concluir que la pandemia pudo haber tenido un impacto en la salud mental de los colombianos, donde problemas generales como malas condiciones económicas, violencia, degradación ambiental han incrementado hasta el momento el aislamiento preventivo, el miedo a enfermarse y ser rodeado constantemente de información de los medios de comunicación, entre otros.

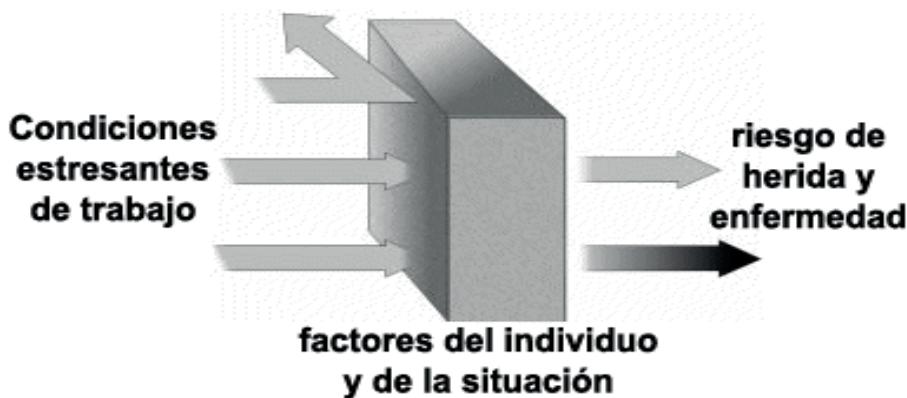


Figura 6. Esquema de NIOSH del estrés

Fuente: DHHS (NIOSH) publicación N° 99-101 enero de 1999.

Como se puede observar en la figura 6, el estrés está relacionado con muchos factores internos, como el trabajo o factores externos, e incluso con el riesgo de ciertas enfermedades como el Covid-19.

Los estudios de epidemias pasadas han revelado un amplio y profundo espectro de consecuencias psicosociales individuales y comunitarias durante las epidemias. Se asocia con una serie de trastornos psicológicos, que van desde síntomas únicos hasta trastornos complejos con un deterioro funcional significativo, como el insomnio, la ansiedad, la depresión y el trastorno de estrés postraumático (Ramírez Ortiz, Castro Quintero, Lerma Córdoba, Yela Ceballos, & Escobar Córdoba, 2020).

Según los datos del Sistema Integrado de Información sobre Protección Social - SISPRO, en el período 2019-2021, los participantes se mantuvieron al menos una vez en un nivel alto en comparación con los registrados antes de la pandemia, (ver figura 7).

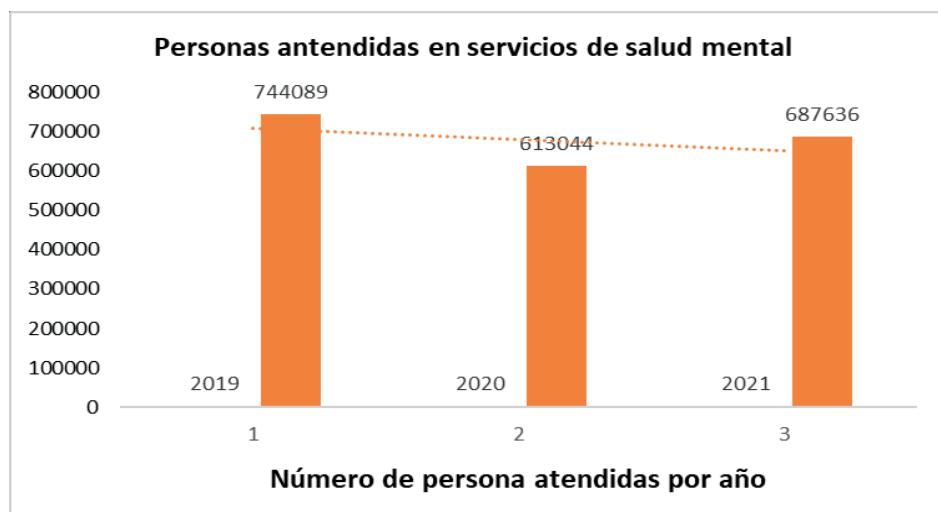


Figura 7. Personas atendidas en Colombia en servicios de salud mental 2019-2021

Considerando, si se observan las cifras de la temporada de pandemia en la figura 7, se puede argumentar que ha habido un aumento significativo en el número de personas que visitan o buscan ayuda por un problema de salud mental, de lo que se puede concluir que gran parte de esta estadística está relacionada con la respuesta del gobierno a la crisis.

Según el Ministerio de Salud, el principal motivo de consulta de salud mental en 2021 fueron los trastornos neuróticos, relacionados con el estrés y somatomorfos, con 591 696 consultas. Esto significa que el año pasado, cada tercera consulta estuvo a favor de este tema, lo que representa un aumento del 20 por ciento en comparación con 2020 (Gestarsalud, 2022, párr.1).

El miedo a contraer un virus durante una pandemia como el COVID-19, se ve acentuado por cambios importantes en nuestra vida diaria que han resultado en esfuerzos para contener y frenar la propagación del virus. Con la distancia física, el trabajo desde casa, el desempleo temporal, la educación en el hogar de los niños y la falta de contacto físico, es importante que cuidemos nuestra salud física y mental (OPS,2022,párr.1).

Por ejemplo, el impacto en los hogares colombianos fue muy importante durante la pandemia, ver figura 6.

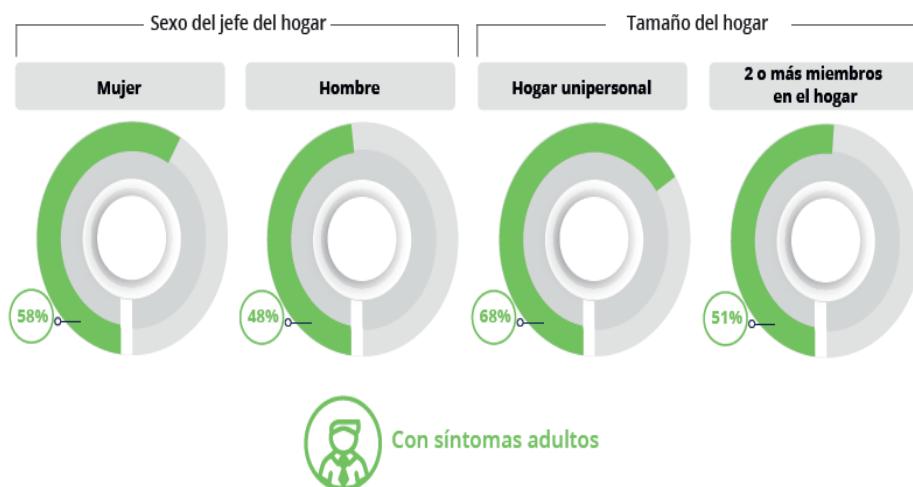


Figura 8. Incidencia del deterioro de salud mental por composición de hogar

Fuente: cómo se relaciona la pandemia del COVID-19 con la salud mental de los colombianos, 2021.

Se puede observar como la pérdida del trabajo o la disminución de los ingresos del hogar, así como la disminución de las comidas, afectaron drásticamente a los colombianos, siendo más significativo el efecto que se muestra en la figura 8, en mujeres cabezas de hogar. Ante estas situaciones, el Ministro de Salud del país indicó:

La salud mental es un fenómeno creciente. Después de los problemas cardiovasculares, la depresión es la segunda causa de afectación de salud de los colombianos. 44,7 % de los niños tienen indicio de algún problema de salud mental. En la adolescencia la variación suicida se presenta casi en 6,6 % (Acosta J., 2022, párr.5)

Por lo tanto, en Colombia se interrelacionan otros problemas de salud de gran interés, pero según las

expresiones de los gobiernos, este es cada vez más importante, ambos están en el tope de las prioridades médicas.

Entonces, como afirman Mayorga M. & Peña D., (2021), los evidentes problemas que generó la propagación de la pandemia del Covid-19 en Colombia evidenciaron los grandes problemas que teníamos en cuanto a desigualdades económicas, sociales y de salud. Uno de los más evidentes y preocupantes es el aumento y riesgo de problemas de salud y trastornos mentales por la necesidad de contagiarse y el pánico colectivo inherente a la pandemia. (p.1)

En este sentido, los hogares colombianos se preocupan no solo por el bienestar individual sino también por el colectivo.

Se debe enfatizar el impacto de una infección pandémica en los seres queridos de los trabajadores de la salud, donde no solo pueden surgir las preocupaciones esperadas por estar cerca de parejas, hijos o hermanos convalecientes, sino también síntomas depresivos. -estrés traumático, como volver a experimentar, cambios negativos (Caballero D. & Campo A., 2020, p.1).

No obstante es innegable afirmar que “actualmente, la pandemia de COVID-19 es una crisis de salud pública de interés internacional y desafía la salud mental de las personas, las familias y las comunidades” (MinSalud, 2021, párr.3).

Por tanto, se puede argumentar que lo expresado por autores como Cristancho, T., Molina E., (2021) “Algunos de estos hallazgos muestran que el aislamiento provocado por la cuarentena del SARS-Covid está afectando el buen vivir de las personas”(p.1).

CONCLUSIONES

Si bien Colombia ha adoptado diversas normativas enfocadas a la salud mental hasta la implementación de la Política Nacional de Salud Mental, aún enfrenta algunos desafíos y dificultades políticas, económicas, sociales y culturales que deben superarse para fortalecer y mantener un trabajo efectivo, en la solución de problemas relacionados con los períodos que afectan el bienestar y la salud de los colombianos.

En relación a la salud mental, esto fue muy importante en Colombia, donde aumentó el número de casos y el número de personas que acuden al menos una vez a un centro de salud con alguna enfermedad relacionada. Esto considerando que la mayoría de los casos están relacionados, entre otras cosas, con estrés laboral, violencia, falta de fondos económicos, falta de acceso al trabajo, apuntando al hecho que la pandemia ha incrementado las estadísticas relacionadas con el problema en estudio.

Si bien es cierto que la salud mental en Colombia está ligada a una serie de factores económicos, sociales y profesionales, la llegada de la pandemia fue un factor aún más agudo en el aumento de la salud mental simplemente por el aislamiento, e incluida la falta de recursos, la pérdida del trabajo, la enfermedad y la muerte de un familiar.

La mayoría de las encuestas cubiertas en este estudio y relacionadas con la pandemia; y los indicadores de salud mental han mostrado un aumento de este problema que pone a las personas ansiosas y nerviosas, todo ello además de otros factores que desencadenan esta condición.

Un motor del tratamiento ineficaz de los problemas de salud mental en Colombia, tanto antes como durante la pandemia, fue la falta de articulación nacional de los diversos factores económicos y políticos, que incluya a todos los actores y sectores gubernamentales.

REFERENCIAS

1. Acosta, J. M. (2022). Salud Mental en Colombia: retos, cifras y más datos de interés con MinSalud. Obtenido de Caracol Radio: <https://caracol.com.co/2022/11/17/m-archas-y-plantones-los-dias-17-18-y-19-de-noviembre-en-bogota-medellin-y-cali/>
2. Caballero Domínguez, C. C., & Campo Arias, A. (2020). Problemas de salud mental en la sociedad: Un cercamiento desde el impacto del COVID 19 y de la cuarentena. Recuperado de: <https://revistas.unimagdalena.edu.co/index.php/duazary/article/view/3467/2641>
3. CDC. (2022). Instituto Nacional para la https://www.cdc.gov/spanish/niosh/documents/99-101_sp/default.html
4. Cifuentes Avellaneda, A., Rivera Montero, D., Vera Gil, C., Murad Rivera, R., Sánchez, S., Castaño, L., Rivillas García, J. (2020). Ansiedad, depresión y miedo: impulsores de la mala salud mental durante el distanciamiento físico en Colombia.
5. DANE. (2021). Salud mental en Colombia: un análisis de los efectos de la pandemia. Recuperado de: <https://www.dane.gov.co/files/investigaciones/notas-estadisticas/ago-2021-nota-estadistica-salud-mental-en-colombia-analisis-efectos-pandemia.pdf>

6. Gestarsalud. (10 de 9 de 2021). Informe especial: salud mental en Colombia, al borde del abismo. Obtenido de <https://gestarsalud.com/2021/09/10/informe-especial-salud-mental-en-colombia-al-borde-del-abismo/>

7. Gestarsalud. (2022). Como nunca antes, el sistema de salud atendió a colombianos por salud mental. Recuperado de: <https://gestarsalud.com/2022/10/10/atenciones-en-salud-mental-en-colombia-despues-de-la-pandemia-covid-19/#:~:text=salud%20mental%20E2%80%93%20Gestarsalud-,Como%20nunca%20antes%2C%20el%20sistema%20de%20salud,a%20colombianos%20por%20salud%20mental&text=Fueron%201%2C7%20millones%20las,el%20contexto%20de%20la%20pandemia.&text=Es%20sabido%20que%20la%20pandemia,mental%20en%20el%20mundo%20entero.>

8. Gómez Vargas, M., Jaramillo Arango, I. C., Giraldo Osorio, J. F., & Suárez

9. Gordon, S. (2020). El COVID-19 y la salud mental: ¿cuáles son las Perspectivas conceptuales en salud mental y sus implicaciones en el contexto de construcción de paz en Colombia. Ciencia & Saúde Coletiva. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/journal/1339/133963198003/133963198003.pdf>

10. Guevara Alba, Verdesoto Arguello, Castro Molina, (2020). Metodologías de investigación educativa (descriptivas, experimentales, participativas, y de investigación-acción). Recuperado de: [file:///C:/Users/Usuario/Downloads/Dialnet-MetodologiasDeInvestigacionEducativaDescriptivasEx-7591592%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Usuario/Downloads/Dialnet-MetodologiasDeInvestigacionEducativaDescriptivasEx-7591592%20(1).pdf)

11. Hernández Holguín, D. M (2020). Perspectivas conceptuales en salud mental y sus implicaciones en el contexto de construcción de paz en Colombia. Recuperado de: <https://www.scielo.br/j/csc/a/QdzWHwb63LP57wVCvvqSH7G/?format=pdf&lang=es>

12. Hernández Holguín, D., & Sanmartín Rueda, C. (2018). La paradoja de la salud mental en Colombia: entre los derechos humanos, la primacía de lo administrativo y el estigma. Revista Gerencia y Políticas de Salud, Universidad Javeriana. Recuperado de: file:///C:/Users/Usuario/Downloads/mgalindo,+54557477004_visor_jats.pdf

13. ICBF. (2022). SALUD MENTAL “HABLAR LO CURA” Herramientas de cuidado socioemocional para el buen vivir. Recuperado de: https://www.icbf.gov.co/sites/default/files/documentos-construccion/09._anexo_tecnico_de_salud_mental_hablar_lo_cura.pdf

14. Juárez García, A. (2020). Síndrome de burnout en personal de salud durante la pandemia COVID-19: un semáforo naranja en la salud mental. Univ. Ind. Santander. Salud.

15. Larios Navarro, A., Bohórquez Rivero, J., Naranjo Bohórquez, J., & Sáenz López, J. (2020). Impactopsicológico del aislamiento social en el paciente comórbido: en el tema de la pandemia de COVID-19. colomb.psiquiatr. Recuperado de: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-74502020000400227

16. Lozano Rodriguez, F., Muños Muños, C., & González Martínez, M. (2020). La tutela del derecho a la salud mental en época de pandemia. Opinión Jurídica, 19(40) • Edición Especial 2020. Recuperado de: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1692-25302020000300369

17. Martínez, C. (2021). Conceptualizaciones de salud mental y covid-19: reflexiones situadas para Colombia. Psicoespacios.

18. Mayorga martinez , P. A., & Peña Duanca, A. P. (2021). Los problemas en salud mental: una pandemia anterior al coronavirus. OJO AL CONTEXTO. Recuperado de: <https://revistas.unbosque.edu.co/index.php/HEB/article/view/pandemia-salud-mental/3094>

19. Minisalud. (2018). Boletín de salud mental Salud mental en niños, niñas y adolescentes.

20. Minisalud. (2018). Encuesta de violencia contra niños, niñas y adolescentes.

21. Minisalud. (2021). Las cifras de la salud mental en pandemia. Recuperado de: <https://www.minsalud.gov.co/Paginas/Las-cifras-de-la-salud-mental-en-pandemia.aspx>

22. Mojica Crespo, R., & Morales Crespo, M. (2020). Pandemia COVID-19, la nueva emergencia sanitaria de

preocupación internacional: una revisión. *Medicina de Familia SEMERGEN*.

23. Moya, A., Vargas, J. F., & Cabras Garcia, M. (2021). Cómo se relaciona la pandemia del COVID-19 con la salud mental de los colombianos.
24. OMS. (2022). informe Mundial Sobre Salud mental. Ginebra-Suiza.
25. OMS, Salud mental y COVID-19: datos iniciales sobre las repercusiones de la pandemia, 2022. (3 de Junio de 2022). Organización Mundial de la Salud. Obtenido de <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/354393/WHO-2019-nCoV-Sci-Brief-Mental-health-2022.1-spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
26. OMS. (2022). Salud mental y COVID-19: datos iniciales sobre las repercusiones de la pandemia.
27. OMS. (2022). Salud mental: fortalecer nuestra respuesta. Obtenido de: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
28. OMS, O. (2018). La carga de los trastornos mentales en la Región de las Américas, 2018. Washington, DC.
29. OPS. (2022). Salud mental. Obtenido de <https://www.paho.org/es/temas/salud-mental>
30. OPS. (2022). Salud mental y COVID -19.Obtenido de <https://www.paho.org/es/salud-mental-covid-19>
31. Palacio, A., & Carlos, A. (2018). Situación de Salud Mental en Colombia. *International Journal of Psychological Research*, 6-9. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/journal/2990/299058815001/299058815001.pdf>
32. Parales Quenza , C. J., Urrego Mendoza, Z.C., & Herazo Acevedo, E. (2018). La insopportable levedad de la política nacional de salud mental para Colombia: reflexiones a propósito de la propuesta de ajuste en 2014. *Revista Gerencia y Políticas de Salud*.
33. Posada, J. A. (2013). La salud mental en Colombia.
34. Ramírez Ortiz, J., Castro Quintero, D., Lerma Córdoba, C., Yela Ceballos, F., & Escobar Córdoba, F. (2020). Consecuencias de la pandemia de la COVID-19 en la salud mental asociadas al aislamiento social.
35. Ramírez Ramírez, H. A., & Thortens Domínguez, F. J. (2021). Lecciones aprendidas para la atención en salud mental en la gestión de riesgo de desastres y emergencia por COVID 19 en Colombia. Barranquilla. Recuperado de: <https://repositorio.cuc.edu.co/bitstream/handle/11323/8959/Lecciones%20aprendidas%20para%20la%20atenci%3b3n%20en%20salud%20mental%20en%20la%20gesti%3b3n%20de%20riesgo%20de%20desastres%20y%20emergencia%20por%20COVID%2019%20en%20Colombia..pdf?sequence=1&isAllowed=y>
36. Restrepo Restrepo, S., & Vasco Ospina, A.M. (2020). Capítulo Covid-19, pandemia y salud mental. En C. U. Americana. Medellín.
37. Rodríguez Hernández, L. C. (2021). Impacto de la pandemia por covid-19 en los trabajadores de la salud en Colombia.
38. Rojas Bernal, L. A., Castaño Perez, G. A., & Restrepo Bernal, D. P. (2018). Salud mental en Colombia. Un análisis Crítico. CES MEDICINA.
39. Sanchez Correa, M., Cabral Angel, Z. L., & Silva Asesor, J. B. (2018). ANÁLISIS DE LA SALUD MENTAL EN COLOMBIA Y LA IMPLEMENTACIÓN E LA POLÍTICA PÚBLICA NACIONAL DE SALUD MENTAL 2018.
40. Social, M. d. (2021). Minsalud, comprometido con la salud mental de los colombianos.
41. SOCIAL, M. D. (2022). Ministerio de Salud y Protección social. Obtenido de <https://www.minsalud.gov.co/salud/publica/PET/Paginas/Documentos-Administrativos-covid-19.aspx>
42. Social, M. d. (2022). Sistema Integrado de Información de la Protección Social . Obtenido de <http://rssvr2.sispro.gov.co/ObsSaludMental/>

43. Téllez Bedolla, C. (2021). La salud mental: su historia en Colombia. Revista de Investigación e Innovación en Salud. Recuperado de: <https://revistas.sena.edu.co/index.php/rediis/article/view/3162/4338>

44. Cristancho, T., & Molina E., (2021). Soluciones a la Salud Mental Durante la Pandemia Covid 19 en la ciudad de Bogotá Colombia. Recuperado de: http://repositorio.uan.edu.co/bitstream/123456789/6607/2/2021_JessicaTatianaCristancho_H%c3%a9ctorMolinaEspinosa.pdf

45. Torres de Galvis, Y. (2018). Costos asociados con la salud mental. Cienc. Salud vol.16 no.2 Bogotá Apr./Aug. 2018. Recuperado de: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1692-72732018000200182

46. Torres Guerra, I. (2022). Salud Mental y Trabajo. Capacidades Organizaciones. Cartagena.

47. Yaneth Pelayo, A., Fernanda Charry, L., Molina Mora, D. Y., Calderon Cardozo, J., & Mejía Acosta, O. (2019). Propuesta Para Intervenir Un Problema De Salud. Problemas De Salud Mental En Bogotá. Recuperado de: <https://repository.unad.edu.co/jspui/bitstream/10596/31461/1/lfcharrym.pdf>

48. Zamora Rondón , D. C., Suárez Acevedo , D.,& Bernal Acevedo , O. (2019). Análisis de las necesidades y uso de servicios de atención en salud mental en Colombia. Recuperado de: <http://www.scielo.org.co/pdf/rsap/v21n2/0124-0064-rsap-21-02-175.pdf>

49. Zarta Rojas, F., & Julio Vargas, C. G. (2021). Pandemia y salud mental en la nueva realidad. Hojas del bosque. <https://revistas.unbosque.edu.co/index.php/HEB/article/view/pandemia-nueva-realidad>

FINANCIACIÓN

No existe financiación para el presente trabajo.

CONFLICTO DE INTERES

Los autores declaran que no existe conflicto de interés.

CONTRIBUCIÓN DE AUTORÍA

Conceptualización: Luis Carlos Restrepo, Katheleen Johana Restrepo Londoño, Luis Manuel Zúñiga Pérez, Ana Yanira Amaya Gómez.

Investigación: Luis Carlos Restrepo, Katheleen Johana Restrepo Londoño, Luis Manuel Zúñiga Pérez, Ana Yanira Amaya Gómez.

Metodología: Luis Carlos Restrepo, Katheleen Johana Restrepo Londoño, Luis Manuel Zúñiga Pérez, Ana Yanira Amaya Gómez.

Administración del proyecto: Luis Carlos Restrepo, Katheleen Johana Restrepo Londoño, Luis Manuel Zúñiga Pérez, Ana Yanira Amaya Gómez.

Redacción-borrador original: Luis Carlos Restrepo, Katheleen Johana Restrepo Londoño, Luis Manuel Zúñiga Pérez, Ana Yanira Amaya Gómez.

Redacción-revisión y edición: Luis Carlos Restrepo, Katheleen Johana Restrepo Londoño, Luis Manuel Zúñiga Pérez, Ana Yanira Amaya Gómez.