

EFFECTO DE LA CUARENTENA POR LA PANDEMIA DE COVID-19 EN LA SALUD MENTAL

Marcelo O'Higgins¹, Oscar García², Julio Torales³

Resumen

Desde el inicio del brote del SARS-CoV-2 en China hasta su llegada a prácticamente todas las regiones del mundo, se ha visto a la utilización de cuarentenas como una opción para evitar el avance de la infección. Las cuarentenas son medidas de emergencia, pero su aplicación puede prolongarse en el tiempo ante enfermedades desconocidas. Sin duda, medidas tan masivas como estas tienen consecuencias psicosociales en la población. Es por ello que esta breve revisión busca evaluar el posible impacto en la salud mental de las cuarentenas aplicadas en el marco de la pandemia de COVID-19.

Palabras clave: SARS-CoV-2, COVID-19, pandemia, cuarentena, salud mental.

¹ Médico Residente de 2° año de Psiquiatría, Facultad de Ciencias Médicas, Universidad Nacional de Asunción, San Lorenzo – Paraguay. marcelo.g.ohiggins@gmail.com

² Médico Residente de 3° año de Psiquiatría, Facultad de Ciencias Médicas, Universidad Nacional de Asunción, San Lorenzo – Paraguay. kikegarcia25@gmail.com

³ Profesor Adjunto de Psiquiatría, Facultad de Ciencias Médicas, Universidad Nacional de Asunción, San Lorenzo – Paraguay. Autor correspondiente: jtorales@med.una.py

EFFECT OF THE QUARANTINE DUE TO THE COVID-19 PANDEMIC ON MENTAL HEALTH

Marcelo O'Higgins, Oscar García, Julio Torales

Abstract

From the beginning of the SARS-CoV-2 outbreak in China until its arrival in practically all regions of the world, the use of quarantines has been seen as an option to prevent the advance of the infection. Quarantines are emergency measures, but their application can be prolonged in the face of unknown diseases. Without a doubt, measures as massive as these have psychosocial consequences in the population. That is why this brief review seeks to assess the possible impact on mental health of quarantines applied in the context of the COVID-19 pandemic.

Keywords: SARS-CoV-2, COVID-19, pandemic, quarantine, mental health.

Introducción

Desde finales del año 2019 nos hemos encontrado en una situación especial a nivel mundial debido a un evento epidemiológico de impacto global como lo es una pandemia (1). En el caso particular de esta pandemia, a través de un virus de la familia de los coronavirus, con quienes ya se tuvo experiencia limitada con las epidemias del SARS-CoV y del MERS-CoV en las últimas décadas (2).

La pandemia ha llevado a que los gobiernos y entidades sanitarias, locales y multilaterales, tengan que tomar acción rápida y efectiva con el fin de poder contener una infección de la cual poco se sabía en un inicio y que aún queda mucho por dilucidar. Considerando esto, en los primeros momentos de la pandemia, se hizo uso de una herramienta que por siglos se ha utilizado para contener brotes infecciosos: la cuarentena (3).

Desde Wuhan, en la provincia de Hubei (República Popular China) (4), pasando por países europeos (5, 6) y, en menor o mayor medida, en Estados Unidos de América (7), se han instalado procesos de cuarentena con el fin de identificar los casos, prevenir la transmisión y poder tener algún tipo de respuesta organizada a la pandemia de COVID-19 por parte de los sistemas sanitarios. En los países de pequeños y medianos ingresos se ha buscado aplicar el mismo tipo de medidas, debido a que se piensa que esto puede ayudar a contener el avance del virus (8). Sin embargo, es importante considerar el impacto sobre la salud mental que puede tener este tipo de medidas.

Impacto psicosocial y mental de la cuarentena

Las cuarentenas tienen como objetivo primordial limitar el contacto físico de los posibles infectados con sujetos sanos. Sin embargo, tanto en las personas que pudieran estar con COVID-19 como aquellas que están libres de infección, la cuarentena implica un alto nivel de estrés psicosocial (9, 10). La pérdida de ingresos económicos y la afectación importante de la estabilidad laboral, la situación particular de estar encerrados por largos periodos de tiempo alterando las rutinas habituales, la posibilidad de que al estar encerrados puedan darse conflictos entre miembros de una familia (dando lugar a maltrato físico o violencia

de género) son realidades a las cuales nos enfrentamos a la hora de analizar como cambiaron los contextos durante la pandemia (11).

Particularmente, hay que dar relevancia al impacto que esta cuarentena tuvo (y tiene) en la población infanto-juvenil (12). El hecho de no haber permitido a los niños asistir a sus escuelas y colegios y realizar otras actividades donde puedan entrar en contacto entre sí (con el fin de evitar la propagación de la infección), les ha privado de oportunidades de socialización claves en su desarrollo interpersonal (13). El aislamiento de esta población provoca un aumento de síntomas de estrés agudo, trastornos adaptativos y de duelo, así como también un aumento de consultas por preocupación, ansiedad, insomnio y falta de apetito (14, 15).

En cuanto a la población de la tercera edad, se han tenido experiencias complicadas referentes a las personas que se encuentran en hogares de ancianos, en donde se limitaron muchos recursos que eran claves en la atención a estas personas (16). La limitación de visitas significó un estresor psicosocial extra, y si bien se han buscado herramientas con el fin de limitar los efectos negativos del distanciamiento físico, de igual manera dejarán consecuencias en este grupo de la población, especialmente aquellos con condiciones de salud mental que los incapacitaban de alguna u otra forma (17).

En cuanto a pacientes con condiciones de salud mental preexistentes, los servicios de salud debieron adaptarse a las demandas de atención primaria, enfocando recursos a la atención de personas con COVID-19 (18). Esto implicó para los servicios de salud mental tener que alterar la modalidad de atención, movilizándose hacia una atención virtual, limitando la cantidad de pacientes hospitalizados, disminuyendo la frecuencia de consultas para atender a una mayor demanda de nuevos pacientes y limitando el acceso a recursos psicoterapéuticos (19). La cuarentena para este tipo de pacientes implicó en muchos casos la posibilidad de descompensaciones y de un aumento aún mayor del estigma que de por sí acompañan a este tipo de trastornos (20).

En cuanto a cómo se debe reaccionar referente a las cuarentenas, los gobiernos y las organizaciones sanitarias que proponen estas medidas, deben considerar que los efectos negativos que ellas tienen no se reducen únicamente

al campo económico. Se debe analizar si a la hora de decidir una cuarentena parcial o total en una población determinada, esto influirá en alguna forma sobre la salud mental de la población y se debe tener un sistema de contingencia preparado para poder hacer frente a un posible aumento de síntomas psiquiátricos y problemas psicológicos en la población, en todos los rangos etarios (21). Esta pandemia puede dejar consigo un fortalecimiento de los sistemas sanitarios debido al enorme flujo de recursos que los gobiernos están destinando hacia el combate del virus, pero esto no debe dejar de lado el fortalecimiento de los sistemas de atención en salud mental.

Conclusión

Como conclusión se puede afirmar que la cuarentena como medida de distanciamiento físico sigue siendo utilizada por los gobiernos y agencias sanitarias, pero que las implicancias de su efecto van más allá de tan solo evitar el contagio entre personas. Las cuarentenas implican consecuencias económicas, psicológicas y sociales, particularmente sobre sectores específicos como pueden ser los jóvenes y ancianos y pueden llevar finalmente a consecuencias sobre la salud mental de la población. Todo esto debe ser cuidadosamente analizado por los gobiernos, con el fin de contener la pandemia, asegurando también un cuidado adecuado de la salud mental de todas las personas.

Referencias Bibliográficas

1. GJ, HJ. WHO declares novel coronavirus outbreak a pandemic [Internet]. CNN. [cited 2020 Oct 19]. Available from: <https://www.cnn.com/2020/03/11/health/coronavirus-pandemic-world-health-organization/index.html>.
2. Lin C-Y, Peng Y-C, Wu Y-H, Chang J, Chan C-H, Yang D-Y. The psychological effect of severe acute respiratory syndrome on emergency department staff. *Emerg Med J EMJ*. 2007;24(1):12-7. doi: 10.1136/emj.2006.035089. PMID: 17183035; PMCID: PMC2658141
3. Lee SM, Kang WS, Cho A-R, Kim T, Park JK. Psychological impact of the 2015 MERS outbreak on hospital workers and quarantined hemodialysis patients. *Compr Psychiatry*. 2018;87:123-127. Doi: [10.1016 / j.comppsy.2018.10.003](https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2018.10.003).

4. Huang C, Wang Y, Li X, Ren L, Zhao J, Hu Y, et al. Clinical features of patients infected with 2019 novel coronavirus in Wuhan, China. *Lancet*. 2020;395(10223):497-506. doi: 10.1016/S0140-6736(20)30183-5.
5. Reznik A, Gritsenko V, Konstantinov V, Khamenka N, Isralowitz R. COVID-19 Fear in Eastern Europe: Validation of the Fear of COVID-19 Scale. *Int J Ment Health Addict*. 2020:1-6. doi: 10.1007/s11469-020-00283-3. Epub ahead of print.
6. Remuzzi A, Remuzzi G. COVID-19 and Italy: what next? *Lancet Lond Engl*. 2020 11;395(10231):1225-1228. DOI: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30627-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30627-9)
7. The Lancet. COVID-19 in the USA: a question of time. *Lancet*. 2020;395(10232):1229. doi: 10.1016/S0140-6736(20)30863-1.
8. Mamun MA, Griffiths MD. First COVID-19 suicide case in Bangladesh due to fear of COVID-19 and xenophobia: Possible suicide prevention strategies. *Asian J Psychiatr*. 2020;51:102073. doi: 10.1016/j.ajp.2020.102073.
9. Satici B, Gocet-Tekin E, Deniz ME, Satici SA. Adaptation of the Fear of COVID-19 Scale: Its Association with Psychological Distress and Life Satisfaction in Turkey. *Int J Ment Health Addict*. 2020;1-9. doi: doi.org/10.1007/s11469-020-00294-0
10. Chatterjee K, Chauhan VS. Epidemics, quarantine and mental health. *Med J Armed Forces India*. 2020 Apr;76(2):125-127. doi: 10.1016/j.mjafi.2020.03.017.
11. Dubey S, Biswas P, Ghosh R, Chatterjee S, Dubey MJ, Chatterjee S, et al. Psychosocial impact of COVID-19. *Diabetes Metab Syndr*. 2020;14(5):779-788. doi: 10.1016/j.dsx.2020.05.035.
12. Torales J, O'Higgins M, Castaldelli-Maia JM, Ventriglio A. The outbreak of COVID-19 coronavirus and its impact on global mental health. *Int J Soc Psychiatry*. 2020;66(4):317-320. doi: 10.1177/0020764020915212.
13. Liu JJ, Bao Y, Huang X, Shi J, Lu L. Mental health considerations for children quarantined because of COVID-19. *Lancet Child Adolesc Health*. 2020;4(5):347-349. doi: 10.1016/S2352-4642(20)30096-1.
14. Sprang G, Silman M. Posttraumatic stress disorder in parents and youth after health-related disasters. *Disaster Med Public Health Prep*. 2013;7(1):105-10. doi: 10.1017/dmp.2013.22.
15. Saurabh K, Ranjan S. Compliance and Psychological Impact of Quarantine in Children and Adolescents due to Covid-19 Pandemic. *Indian J Pediatr*. 2020;87(7):532-536. doi: 10.1007/s12098-020-03347-3.

16. Gao J, Zheng P, Jia Y, Chen H, Mao Y, Chen S, et al. Mental health problems and social media exposure during COVID-19 outbreak. *PLoS One*. 2020;15(4):e0231924. doi: 10.1371/journal.pone.0231924.
17. Shahid Z, Kalayanamitra R, McClafferty B, Kepko D, Ramgobin D, Patel R, et al. COVID-19 and Older Adults: What We Know. *J Am Geriatr Soc*. 2020;68(5):926-929. doi: 10.1111/jgs.16472.
18. Kaufman KR, Petkova E, Bhui KS, Schulze TG. A global needs assessment in times of a global crisis: world psychiatry response to the COVID-19 pandemic. *BJPsych Open*. 2020;6(3):e48. doi: 10.1192/bjo.2020.25.
19. Xiang YT, Zhao YJ, Liu ZH, Li XH, Zhao N, Cheung T, et al. The COVID-19 outbreak and psychiatric hospitals in China: managing challenges through mental health service reform. *Int J Biol Sci*. 2020;16(10):1741-1744. doi: 10.7150/ijbs.45072.
20. Lima CKT, Carvalho PMM, Lima IAAS, Nunes JVAO, Saraiva JS, de Souza RI, et al. The emotional impact of Coronavirus 2019-nCoV (new Coronavirus disease). *Psychiatry Res*. 2020;287:112915. doi: 10.1016/j.psychres.2020.112915.
21. Xiang YT, Yang Y, Li W, Zhang L, Zhang Q, Cheung T, et al. Timely mental health care for the 2019 novel coronavirus outbreak is urgently needed. *Lancet Psychiatry*. 2020;7(3):228-229. doi: 10.1016/S2215-0366(20)30046-8.