

Coronavirus: ocho millones de llamadas a las líneas de ayuda revelan cómo afectó la salud mental

La revista Nature publicó un informe recopilatorio sobre datos de 19 países donde se hicieron consultas para contención emocional. Los detalles de la investigación



Sentirse con pánico, estrés, ansiedad, sensación de encierro y otros **problemas de conducta** fue un **denominador común** en todo el mundo en los últimos dos años debido a la **pandemia por COVID-19**.

Definitivamente, **la salud mental de millones de personas se vio perjudicada en este tiempo por no poder salir de su casa debido al miedo del contagio del coronavirus**, la pérdida de libertades, de viajes, de trabajos y de contactos sociales y familiares, entre otras muchas vicisitudes.

La **Organización Mundial de la Salud (OMS)** define a la salud mental como ‘un estado de bienestar en el que la persona realiza sus capacidades y es capaz de hacer frente al estrés normal de la vida, de trabajar de forma productiva y de contribuir a su comunidad’. En algún punto, **la pandemia alteró todos y cada uno de los aspectos que conforman esta definición**; por eso, no sorprende que los especialistas estén identificando incrementos en los casos de trastornos de salud mental, con distintos niveles de gravedad.



www.psicoadolescencia.com.ar

El equipo recurrió a las líneas telefónicas de ayuda en caso de crisis, recopilando datos de 19 países y regiones, incluidos Estados Unidos, China, Líbano y 14 países europeos. (EFE/Brais Lorenzo)

Un amplio estudio efectuado mediante la realización de **8 millones de llamadas a líneas de ayuda en 19 países encontró que los volúmenes de llamadas aumentaron durante la primera ola de infecciones por coronavirus**. La soledad y las preocupaciones sobre la pandemia impulsaron a la mayoría de las personas a llamar por ayuda.

El análisis, [publicado](#) el 17 de noviembre por *Nature*, es uno de los más grandes para abordar los desafíos de salud mental durante la pandemia. Los autores informan que **las llamadas a las líneas de ayuda aumentaron durante las primeras seis semanas de la ola inicial de infecciones por coronavirus**. En el pico de las seis semanas, el número total de llamadas fue un 35% más alto que antes de la pandemia.

“El aumento de llamadas se debió principalmente a que más personas llamaron porque querían a alguien con quien hablar sobre esta pandemia”, indicó Marius Brühlhart, economista de la Universidad de Lausana en Suiza y coautor del artículo. **“En cambio, no hubo casi llamadas por violencia doméstica o suicidio”**, agregó. Además, el equipo descubrió que **en Francia y Alemania, las llamadas a las líneas telefónicas de ayuda relacionadas con el suicidio aumentaron cuando los bloqueos se volvieron más estrictos**, pero disminuyeron con la llegada de apoyo financiero del gobierno, como pagos para trabajadores sin licencia y negocios en dificultades.

El proyecto se forjó en los primeros días de la pandemia en 2020, cuando Brühlhart y un colega buscaban una forma de monitorear el impacto de la pandemia y los bloqueos resultantes en la salud mental. **La mayoría de los análisis de salud mental a gran escala se basan en registros de salud electrónicos y datos sobre resultados de salud mental como los suicidios**. Pero estos informes tienden a ser lentos. “Por lo general, el tiempo no es un gran problema. Pero en una pandemia, a uno le gustaría saber qué está pasando hoy”, remarcó Brühlhart.

De modo que **el equipo recurrió a las líneas telefónicas de ayuda en caso de crisis, recopilando datos de 19 países y regiones, incluidos Estados Unidos, China, Líbano y 14 países europeos**. Los datos incluían los motivos de las llamadas, pero no los datos demográficos de las personas que llamaban. Además, los datos iniciales sobre el volumen de llamadas podrían haberse visto afectados por problemas de personal, agregó Brühlhart, porque muchas líneas de ayuda informaron estar abrumadas tanto por el volumen de llamadas como por la escasez de personal.

Una lección para futuras pandemias

A pesar de los temores de que la pandemia provocara un aumento de las crisis de salud mental, incluidos los suicidios y la adicción, y el abuso de la pareja íntima, Brühlhart y sus colaboradores

www.psicoadolescencia.com.ar

no encontraron signos de esto en sus datos. Eso no invalida el sufrimiento de algunas personas o los estudios anecdóticos o regionales que podrían haber encontrado resultados diferentes, dice Brühlhart; solo significa que **la tendencia no surgió de los datos de la línea de ayuda a gran escala que recopiló su equipo.**

“Los resultados del estudio son correlativos más que causales, lo que significa que los investigadores no pueden decir si la asistencia financiera fue la causa de la caída en las llamadas relacionadas con el suicidio en Francia y Alemania. Pero es una señal que vale la pena seguir”, deslizó Munmun De Choudhury, un científico informático del Instituto de Tecnología de Georgia en Atlanta que trabaja en salud mental digital. La salud mental “es una experiencia ecológica. Hay cosas que suceden en nuestro medio ambiente y comunidades que nos impactan, y los aspectos financieros son una parte muy importante de ello”, precisó.



La salud mental de millones de personas se vio perjudicada en este tiempo por no poder salir de su casa debido al miedo del contagio del coronavirus

“En general, el enfoque proporciona una forma emocionante de rastrear los cambios en la salud mental a medida que ocurren”, señaló Cindy Liu, psicóloga clínica del Brigham and Women’s Hospital en Boston, Massachusetts, y autora de un [comentario](#) publicado con el artículo.

“Realmente no tenemos una buena forma de monitorear la salud mental. Y creo que a veces la salud mental se ve afectada como resultado. La gente no sabe si las políticas realmente están marcando una diferencia”, concluyó la experta.

25 de Noviembre de 2021

<https://www.infobae.com/america/tendencias-america/2021/11/26/coronavirus-ocho-millones-de-llamadas-a-las-lineas-de-ayuda-revelan-como-afecto-la-salud-mental/>

www.psicoadolescencia.com.ar