

¿Tengo un ataque de ansiedad? La pandemia provoca un récord de búsquedas en Google

Un nuevo estudio revela cómo el elevado número de búsquedas online sobre problemas de salud mental que los ciudadanos de EE UU han realizado durante los meses de máxima incidencia del coronavirus pone de manifiesto la necesidad de incrementar los servicios sanitarios del país.

SINC

25/8/2020 13:41 CEST



Se estima que se han producido 3,4 millones de búsquedas sobre ansiedad o estrés durante la pandemia en EE UU. / Pixabay

Estudiar cómo afecta la pandemia de la COVID-19 a la **salud mental** de las personas, casi en tiempo real, es complicado. Más si cabe cuando ni el tiempo ni los recursos sobran. Sin embargo, las nuevas tecnologías ofrecen otras opciones. Un estudio publicado en la revista [JAMA Internal Medicine](#) ha monitoreado las búsquedas que los ciudadanos estadounidenses realizaron en Google en los últimos 16 años, desde enero de 2004 hasta mayo de 2020.

Tras recopilar los datos, el equipo de la Universidad de California en San Diego ([UCSD](#)), en colaboración con la [Universidad Johns Hopkins](#), el [Barnard College](#) y el Instituto de Modelado de Enfermedades ([IDM](#)), ha descubierto un récord durante los meses de mayor incidencia del SARS-COV-2.

Durante los primeros 58 días de la pandemia de COVID-19 hubo un total estimado de 3,4 millones de búsquedas relacionadas con ansiedad aguda severa en Estados Unidos

“Búsquedas como ‘¿Estoy teniendo un ataque de pánico?’, ‘signos de ansiedad, ataque’ o ‘síntomas de ataque de ansiedad’ fueron las más altas en todo el periodo de estudio”, afirma **Benjamin Althouse**, epidemiólogo en el IDM. Según Althouse, “durante los primeros 58 días de la pandemia de COVID-19 hubo un total estimado de 3,4 millones de búsquedas relacionadas con **ansiedad aguda severa** en EE UU”.

“Los ataques de ansiedad son un problema de salud mental común que puede conducir a otros trastornos como la **depresión**. Son desencadenados por factores estresantes externos y son socialmente contagiosos, especialmente relevantes durante una pandemia”, apunta el trabajo.

Esta investigación debería servir para “incrementar los servicios de salud mental”, opina **John W. Ayers**, experto del *Center for Data Driven Health* de la UCSD y coautor del estudio. “Un ataque de pánico no debe tomarse a la ligera, ya que puede llevar a alguien a la sala de emergencias con dificultad para respirar, palpitaciones, dolor en el pecho y una intensa sensación de miedo”.

La emergencia nacional, detonante

El análisis de las búsquedas certificó que se alcanzaron los niveles más altos a partir del pasado 13 de marzo, momento de la declaración de emergencia nacional por parte del presidente de Estados Unidos, **Donald Trump**.

Así, los mayores aumentos se detectaron entre el 16 de marzo y el 14 de abril, con una tendencia al alza del **17 %**. Estos incrementos coincidieron temporalmente tanto con el despliegue de las directrices nacionales de distanciamiento social (16 de marzo) como con su prórroga (29 de marzo).

Los niveles más altos de búsquedas se alcanzaron a partir del 13 de marzo, momento de la declaración de emergencia nacional por parte de Donald Trump

De la misma forma, EE.UU. sobrepasó a China en número de casos reportados el 26 de marzo, los Centros de Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) recomendaron usar mascarillas el 3 de abril, y el país superó a Italia en cuanto al número de muertes el 11 de abril. No obstante, el trabajo indica que las búsquedas regresaron a sus niveles típicos a partir del 15 de abril.

“Puede llevar años comprender completamente las consecuencias sociales del COVID-19”, vaticina **Adam Poliak**, profesor en el *Barnard College* y coautor del estudio. “Es posible que descubramos que se necesitarán muchos más servicios integrales y nuestro enfoque rápido basado en datos podría usarse para enfocar y priorizar **respuestas a esos impactos**”, considera.

“Mientras los líderes políticos debaten **dónde gastar los recursos** para abordar las cargas de salud mental del coronavirus, la evidencia empírica puede garantizar que se asignen a las necesidades más urgentes”, añade **Alicia L. Nobles**, investigadora en el *Center for Data Driven Health*, perteneciente a la UCSD.

Referencia:

Ayers JW, Leas EC, Johnson DC, et al. "Internet Searches for Acute Anxiety During the Early Stages of the COVID-19 Pandemic". *JAMA Intern Med* (agosto, 2020)

Copyright: **Creative Commons**.

TAGS

SALUD MENTAL

| PANDEMIA

| COVID-19

| ANSIEDAD

| ESTADOS UNIDOS

Creative Commons 4.0

You can copy, distribute and transform the contents of SINC. [Read the conditions of our license](#)