

Casi una cuarta parte de los españoles ha sentido miedo a morir debido a la covid-19

La primera encuesta nacional de Salud Mental elaborada por el CIS revela cómo la pandemia ha mermado el estado emocional de la ciudadanía.

SINC

4/3/2021 14:45 CEST



El 35,1 % reconoce que ha llorado debido a la situación que atravesamos./ Pixabay

Miedo, ansiedad, depresión, cambios en la actitud o en el comportamiento son algunos de los síntomas que la pandemia ha generado sobre la ciudadanía. Por ello, el **Centro de Investigaciones Sociológicas** (CIS) [ha publicado](#) los resultados de su primer estudio científico sobre Salud Mental, basado en una muestra representativa de la población española con más de 3000 entrevistas.

La Dirección Científica de esta encuesta ha estado a cargo del Catedrático de la UNED, **Bonifacio Sandín**, especializado en Personalidad, evaluación y tratamientos psicológicos, y el psiquiatra, psicoterapeuta y profesor de Psicopatología de la UNED **José Luis Pedreira**.

Con la pandemia se han incrementado los problemas de sueño, la tendencia a llorar y las preocupaciones a enfermar

Para Sandín, se trata del “primer estudio que puede aportar datos longitudinales” debido a “la importancia de la muestra”, que es **representativa de la población de todo el país**. Y ha hecho notar que con la pandemia se han incrementado “los problemas de sueño, la tendencia a llorar y las preocupaciones a enfermar”.

Este sondeo revela que el 23,4 % de la población ha sentido mucho o bastante **“miedo a morir** debido al coronavirus”, un 18,4 % entre los hombres y un 28,3 % entre las mujeres. Por edad, los que más miedo han sentido son las personas de 55 a 64 años, un 26,2 %.

El 68,6 % ha sentido bastante o mucho miedo también por las vidas de sus **familiares o seres queridos**. Mientras que un 72,3 % reconoce que ha sentido mucha o bastante preocupación de que “se contagie algún familiar o ser querido”, el 7,9 % confirma que uno de estos allegados ha permanecido ingresado. Solo el 14,5 % no cree probable que ellos mismos o un allegado puedan contagiarse del coronavirus.

Desinterés, nerviosismo o ansiedad

Muchos o bastantes días el 28,7 % se ha sentido “mal por tener poco interés o placer en hacer cosas”; el 21,5 % declara haberse sentido “decaído/a, deprimido/a o sin esperanza”, y el 21,8 % confiesa haberse sentido “nervioso/a, ansioso/a o muy alterado/a”.

En este sentido, Sandín ha subrayado que **“la clase media-baja** y los que se consideran clase trabajadora y clase obrera padecen más trastornos mentales que los que se identifican como clase alta, situándose la clase media-media en una posición intermedia”.

En general, el 61,2 % de la población se preocupa más por su salud desde que comenzó la pandemia, con un 48,6 % que ha temido sufrir una

enfermedad grave.

El 35,1 % admite que ha llorado debido a esta situación. Por edad, los jóvenes de 18 a 24 años son los que más reconocen que han llorado por la situación de pandemia (42,8 %)

El 35,1 % admite que “ha llorado debido a esta situación”, un 16,9 % de hombres y un 52,8 % de mujeres. Por edad, los más jóvenes, los de 18 a 24 años, son los que más reconocen que han llorado por la situación de pandemia (42,8 %). El 40,6 % declara que algún familiar directo (pareja, hijo/a, padre, madre, hermano/a, abuelo/a) ha llorado debido a la situación.

Del mismo modo, el 15,8 % de la población afirma haber tenido uno o más **ataques de ansiedad o pánico**. De ellos, el 66,1 % se muestra preocupado por si vuelve a tener nuevos ataques.

También se ha preguntado si desde que empezó la epidemia se han sentido mal por algún motivo. Un 41,9% “ha tenido **problemas de sueño**”, un 51,9% ha reconocido “sentirse cansado o con pocas energías” y un 38,7% ha tenido “dolores de cabeza”, entre otros problemas como taquicardias, mareos o desmayos.

Cambios en los niños y niñas

Entre quienes tienen hijos o hijas menores de edad, el 52,2 % ha notado algún **cambio o modificación en su manera de ser o de comportarse** durante el período de la pandemia. Lo mismo notan el 20,6 % de los abuelos respecto a sus nietos.

De aquellos que han notado algún cambio en el comportamiento de sus hijos o nietos convivientes, un 72,7 % asegura que sus hijos o nietos han sufrido “cambios de humor”, un 78,6% “cambios en los hábitos de vida” y un 30,4 % “cambios en el sueño”. El 62 % de los progenitores y abuelos consideran que sus hijos y nietos han sido **menos sociables** durante la pandemia.

Tratamiento médico

Pedreira ha subrayado el incremento de la prescripción de psicofármacos (más del doble de los prescritos con anterioridad al inicio de la pandemia) sobre todo de ansiolíticos, antidepresivos e inductores del sueño, y con duración de tratamientos superiores a 3 meses.

Tras el inicio de la pandemia y hasta hoy, el 6,4 % ha sido tratado por algún psicólogo o psiquiatra debido a algún problema psicológico. Al 5,8 % de encuestados le han prescrito algún psicofármaco por presentar algún síntoma mental, en su mayoría ansiolíticos (58,7 %) o antidepresivos (41,3 %).

Derechos: **Creative Commons**.

TAGS

CIS | ENCUESTA | SALUD MENTAL |

Creative Commons 4.0

Puedes copiar, difundir y transformar los contenidos de SINC. [Lee las condiciones de nuestra licencia](#)