

La covid grave se asocia con más riesgos de salud mental a largo plazo

Un nuevo estudio ha analizado durante 16 meses la prevalencia de los síntomas de depresión, ansiedad, angustia relacionada con el SARS-CoV-2 y mala calidad del sueño entre las personas con y sin diagnóstico de la infección. Los resultados indican que las personas que permanecieron en cama durante siete días o más tienen un mayor riesgo de experimentar trastornos de salud mental.

Alicia Moreno

15/3/2022 12:15 CEST



Los pacientes con covid que nunca tuvieron que estar en cama eran menos propensos a experimentar síntomas de depresión y ansiedad que las personas que no pasaron aún esta enfermedad. / Pixabay

Un nuevo estudio publicado en la revista [The Lancet Public Health](#) indica que la enfermedad grave por covid-19 está relacionada con un aumento del riesgo de sufrir efectos adversos para la **salud mental** a largo plazo. Los resultados sugieren que, en general, los pacientes que se contagiaron por **SARS-CoV-2** eran más propensos a experimentar síntomas depresivos hasta 16 meses después del diagnóstico en comparación con los que nunca

se infectaron.

El análisis también revela que los síntomas de depresión y ansiedad remitieron en su mayoría en el plazo de dos meses en los pacientes no hospitalizados por coronavirus. Sin embargo, aquellos que estuvieron en cama durante siete días o más siguieron teniendo un **mayor riesgo de sufrir depresión y ansiedad** durante el tiempo que duró el estudio.

Todavía se sabe muy poco sobre las repercusiones en la salud mental a largo plazo, especialmente en el caso de los pacientes no hospitalizados con distintos niveles de gravedad de la enfermedad

La pandemia alteró muchos aspectos de nuestra vida. El desgaste que el **distanciamiento social** y la **incertidumbre** general han causado en la salud mental de muchas personas se ha documentado en varios estudios. Sin embargo, la mayoría de las investigaciones realizadas hasta la fecha solo han examinado estas secuelas hasta seis meses después del diagnóstico. Por tanto, todavía se sabe muy poco sobre las repercusiones mentales a largo plazo, especialmente en el caso de los pacientes no hospitalizados con distintos niveles de gravedad de la enfermedad.

“Los síntomas mentales y físicos adversos a largo plazo siguen siendo una importante preocupación para la salud pública ahora que se cumplen dos años de la pandemia”, asegura a SINC la autora del estudio **Unnur Anna Valdimarsdóttir**, catedrática de epidemiología en la Facultad de Medicina de la [Universidad de Islandia](#).

“Este es uno de los primeros estudios internacionales que utiliza cohortes de base poblacional (no hospitalaria) para entender el papel de la gravedad de la enfermedad aguda (medida como días de cama) en los resultados de salud mental a largo plazo en esta población de pacientes”, afirma la experta.

Consecuencias a largo plazo

Para determinar las consecuencias a largo plazo en la salud mental, los investigadores analizaron la prevalencia de los síntomas de **depresión, ansiedad, malestar** relacionado con la enfermedad y **mala calidad del sueño** entre las personas con y sin diagnóstico de covid-19 durante 16 meses. El análisis se basó en datos de seis cohortes de Dinamarca, Estonia, Islandia, Noruega, Suecia y Reino Unido.

De las 247.249 personas incluidas, 9.979 (4 %) fueron diagnosticadas con la covid-19 entre los meses de febrero de 2020 y agosto de 2021. En general, aquellos que se habían infectado tuvieron una mayor prevalencia de depresión y una peor calidad del sueño que quienes nunca fueron diagnosticados: el 20,2% frente al 11,3 % tenían síntomas de depresión y el 29,4 % frente al 23,8 % experimentó una mala calidad del sueño. No obstante, no hubo diferencias globales entre los participantes con o sin covid-19 en las tasas de ansiedad o malestar relacionado con la enfermedad.

“ *Es posible que haya un cierto alivio asociado a la recuperación después de la covid-19 con síntomas leves. Estas personas pueden volver a llevar una vida medio normal con menos preocupación por los síntomas a largo plazo* ”

Unnur Anna Valdimarsdóttir, autora del estudio

“La razón no está clara y debe investigarse en futuros estudios. Sin embargo, es posible que la inflamación aguda, asociada a la covid-19 grave, tenga un papel específico en el desarrollo de los síntomas depresivos y los problemas de sueño asociados”, indica **Valdimarsdóttir**. Además, los pacientes covid que nunca estuvieron postrados en cama eran menos propensos a experimentar síntomas de depresión y ansiedad que los no diagnosticadas con esta enfermedad.

“Es posible que haya un cierto alivio asociado a la recuperación después de la covid-19 con síntomas leves. Estas personas pueden volver a llevar una vida medio normal con menos preocupación por los síntomas a largo plazo. Esto puede dar lugar a una menor prevalencia de síntomas adversos para la

salud mental en comparación con los individuos que no han contraído la enfermedad, y que todavía se preocupan por estar infectados, por lo que han disminuido sus interacciones sociales”, señala la experta.

El efecto en la salud mental no es igual en todos los pacientes

El análisis encuentra una clara reducción de algunos síntomas de salud mental, como la depresión y la angustia relacionada con la covid-19, con el paso del tiempo. No obstante, una mayor permanencia en cama se asoció sistemáticamente con una mayor prevalencia de efectos sobre la salud mental. A lo largo de los 16 meses de estudio, los pacientes que estuvieron tumbados durante siete días o más fueron entre un 50 y un 60 % más propensos a experimentar una mayor depresión y ansiedad en comparación con las personas que nunca se infectaron durante ese mismo periodo.

Los pacientes que estuvieron postrados en cama durante siete días o más eran entre un 50 % y un 60 % más propensos a experimentar una mayor depresión y ansiedad

“Nuestra investigación sugiere que los efectos sobre la salud mental no son iguales para todos los pacientes de covid-19 y que el tiempo que se pasa en la cama es un factor clave para determinar la gravedad de los impactos sobre la salud mental”, afirma **Valdimarsdóttir**.

La rápida recuperación de los síntomas físicos de la covid-19 puede explicar en parte por qué los síntomas de salud mental disminuyen a un ritmo similar para aquellos con una infección leve. Sin embargo, los pacientes con una enfermedad grave suelen experimentar una **inflamación** que se ha relacionado previamente con efectos crónicos sobre la salud mental, en particular la depresión.

“La mayor incidencia de la depresión y la ansiedad entre los pacientes con covid-19 que pasaron siete días o más postrados en la cama podría deberse a una combinación de preocupación por los efectos de la salud a largo plazo,

así como a la persistencia de los síntomas físicos de la covid mucho más allá de la enfermedad, que limitan el contacto social y pueden dar lugar a una sensación de impotencia”, explica la primera firmante del estudio **Ingibjörg Magnúsdóttir**, también de la Universidad de Islandia.

“Del mismo modo, las respuestas inflamatorias entre los pacientes con un diagnóstico grave pueden contribuir a que los síntomas de salud mental sean más persistentes. Por el contrario, el hecho de que los individuos con una infección leve por covid-19 puedan volver antes a su vida normal y solo experimenten una infección benigna probablemente contribuya al menor riesgo de efectos negativos sobre la salud mental que observamos”, añade.

“ *La mayor incidencia de la depresión y la ansiedad entre los pacientes con covid-19 que pasaron siete días o más postrados en la cama podría deberse a una combinación de preocupación por los efectos de la salud a largo plazo, así como a la persistencia de los síntomas físicos de la covid mucho más allá de la enfermedad* ”

Ingibjörg Magnúsdóttir, primera firmante del estudio

Limitaciones del estudio

Se observaron varias limitaciones en el estudio. En primer lugar, los individuos diagnosticados con covid-19 eran ligeramente más propensos a tener diagnósticos anteriores de **trastornos psiquiátricos** que los individuos que no padecieron la enfermedad, aunque las diferencias absolutas en los antecedentes de trastornos psiquiátricos nunca superaron el 4 % en ninguna de las cohortes y no afectaron a la interpretación de los resultados.

En segundo lugar, recoge datos de autodiagnóstico de covid-19 y los efectos en la salud mental, que están interrelacionados en cierta medida.

En tercer lugar, la mayoría del grupo de comparación respondió entre abril y junio de 2020, y las respuestas de los pacientes con la enfermedad se acumularon entre abril de 2020 y agosto de 2021. A lo largo de estos meses, hubo diferentes grados de incertidumbre pandémica, lo que puede haber

influido en la notificación de los síntomas.

Por último, las personas diagnosticadas con covid-19 eran en promedio más jóvenes, lo que indica que algunos pacientes de mayor edad podrían no haberse tenido en cuenta. Además, las diferentes estrategias de reclutamiento de las cohortes incluidas impidieron las comparaciones directas, ya que las cohortes nacionales se dirigieron específicamente a individuos sometidos a pruebas o diagnosticados con la enfermedad en su reclutamiento, mientras que otras no lo hicieron.

Referencia:

Magnúsdóttir et al. (2022) "Acute COVID-19 severity and mental health morbidity trajectories in patient populations of six nations: an observational study". [The Lancet Public Health](#).

Copyright: **Creative Commons**.

TAGS

COVID-19 GRAVE | COVID-19 | SALUD MENTAL | DEPRESIÓN | ANSIEDAD | SARS-COV-2 |

Creative Commons 4.0

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

