

REALIDAD Y REFLEXIÓN ES UNA PUBLICACIÓN PERIÓDICA DE CARÁCTER SEMESTRAL DE LA UNIVERSIDAD FRANCISCO GAVIDIA.  
AÑO 24, N° 59, ENERO-JUNIO 2024. SAN SALVADOR, EL SALVADOR, CENTROAMÉRICA.

REALITY AND REFLECTION IS A BIENNIAL PERIODICAL PUBLICATION OF THE FRANCISCO GAVIDIA UNIVERSITY.  
YEAR 24, N° 59, JANUARY-JUNE 2024. SAN SALVADOR, EL SALVADOR, CENTRAL AMERICA.

## Evaluación de los niveles de depresión, ansiedad y estrés en el contexto del COVID-19

### *Assessment of depression, anxiety, and stress levels in the context of COVID-19*

**Laura Noemí Chavarría de Cocar**

Licenciatura en Enfermería, Universidad Dr. Andrés Bello, El Salvador  
Maestría en Docencia Universitaria, Universidad Dr. Andrés Bello, El Salvador  
Docente investigadora en el área de Ciencias de la Salud, Universidad Gerardo Barrios, El Salvador  
[lchavarría@ugb.edu.sv](mailto:lchavarría@ugb.edu.sv)  
<https://orcid.org/0000-0001-5322-8832>

**Ana Yolanda Laínez de Luna**

Licenciatura en Enfermería, Universidad Dr. Andrés Bello, El Salvador  
Maestría en Docencia Universitaria, Universidad Dr. Andrés Bello, El Salvador  
Coinvestigadora en el área de Ciencias de la Salud, Universidad Gerardo Barrios, El Salvador  
[alainez@ugb.edu.sv](mailto:alainez@ugb.edu.sv)  
<https://orcid.org/0009-0007-8227-6623>

Fecha de recepción: 05 de enero de 2024  
Fecha de aprobación: 14 de febrero de 2024  
DOI:



## RESUMEN

**Introducción:** en un mundo transformado por la pandemia de COVID-19, es esencial comprender su impacto en la salud mental de la población. En El Salvador, como en muchos otros lugares, la pandemia ha tenido un profundo efecto en la salud emocional de los adultos. **Objetivo:** evaluar los niveles de depresión, ansiedad y estrés en la población adulta salvadoreña en el contexto de la pandemia, proporcionando una visión importante sobre este desafío. **Metodología:** se realizó un estudio cuantitativo con diseño transversal para evaluar los niveles de ansiedad, depresión y estrés en adultos salvadoreños de 20 a 59 años. El estudio se llevó a cabo con una muestra de 396 personas, utilizando muestreo no probabilístico. Se utilizó una encuesta en línea en la plataforma QuestionPro para recopilar los datos. Los resultados se presentaron mediante un diagrama de Pareto, que permitió asignar un orden de prioridades. **Resultados:** los hallazgos principales del estudio indican que el 51 % de las personas no presentan depresión, mientras que el 49 % sí la presenta. En cuanto al estrés, el 61 % de los participantes no lo experimenta, mientras que el 39 % sí. Por último, el 59 % de los encuestados presenta niveles de ansiedad, mientras que el 41 % no la presenta. **Discusión:** el estudio revela que la población adulta está experimentando alteraciones en los niveles de depresión, estrés y ansiedad, y se propone seguir investigando sobre los efectos, impacto y manejo de la salud mental en la población salvadoreña.

**Palabras claves:** salud mental, COVID-19, estrés psicológico, ansiedad, depresión.

## ABSTRACT

**Introduction:** The coronavirus pandemic has had a significant impact on the mental health of people worldwide, making it crucial to understand the effects it has had on the Salvadoran population. This understanding is essential for providing care and preventing mental health disorders. **Objective:** To assess the mental health status and the effects of the coronavirus pandemic on the Salvadoran population. **Methodology:** A cross-sectional quantitative study was conducted to describe anxiety, depression, and stress levels in Salvadoran adults aged 20 to 59. The study was carried out with a sample of 396 individuals, using non-probabilistic sampling. An online survey on the QuestionPro platform was used to collect the data. The results were presented using a Pareto chart, which allowed for prioritization of findings. **Results:** The main findings of the study indicate that 51 % of individuals do not experience depression, while 49 % do. Regarding stress, 61 % of participants do not experience it, while 39 % do. Finally, 59 % of respondents have anxiety levels, while 41 % do not. **Discussion:** Overall, the study reveals that the adult population is experiencing disturbances in levels of depression, stress, and anxiety. Further research is proposed to investigate the effects, impact, and management of mental health in the Salvadoran population.

**Keywords:** mental health, COVID-19, psychological stresses, anxiety, depression.

## Introducción

La pandemia del COVID-19 ejerció una influencia sustancial en la salud mental a nivel mundial, generando preocupación debido a las consecuencias psicológicas y emocionales asociadas con la enfermedad y las medidas de control implementadas. Este fenómeno afectó a individuos, comunidades y sociedades en diversas formas, planteando retos significativos para la salud mental global. La crisis sanitaria provocó un aumento en la prevalencia de trastornos de ansiedad y depresión a nivel mundial (Pfefferbaum y North, 2020). Las preocupaciones relacionadas con la salud, la pérdida de seres queridos, la incertidumbre económica y las restricciones sociales, contribuyeron a un aumento significativo de la carga psicológica global (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF], 2020; Holmes *et al.*, 2020).

Para la región de las Américas, se experimentaron desafíos particulares en términos de salud mental durante la pandemia. La Organización Panamericana de la Salud (OPS) señaló un incremento en la demanda de servicios de salud mental, así como un impacto negativo en la prestación de estos servicios debido a las interrupciones causadas por la pandemia (OPS, 2020). La situación en Latinoamérica estuvo marcada por desigualdades socioeconómicas y limitaciones en la accesibilidad a servicios de salud mental. Las dificultades económicas y sociales derivadas de la pandemia, exacerbaron la carga psicológica en comunidades vulnerables, ampliando las brechas existentes en la atención a la salud mental (OPS, 2021).

Estas respuestas emocionales se han relacionado con el temor a contraer la COVID-19 y los desafíos que la pandemia acarreó, como el distanciamiento social, la educación en línea y la disminución de la interacción social (Larrotta-Castillo *et al.*, 2020). Hasta marzo de 2022, se han confirmado más de 454 millones de casos y se han atribuido al menos 6 millones de muertes. Esta crisis ha afectado no solo la salud física, sino también ha generado una crisis económica y de salud mental que ha impactado significativamente a una gran parte de la población (Serrano y Medrano, 2022).

En el contexto específico de El Salvador, la pandemia tuvo un impacto significativo en la salud mental de la población. Las restricciones de movimiento, la incertidumbre laboral y la preocupación por la salud contribuyeron al aumento de los niveles de ansiedad y estrés. La falta de acceso a recursos y servicios de salud mental también fue un desafío importante (Ministerio de Salud, 2021). Es esencial comprender el impacto en la salud mental de la población. La declaración del 11 de marzo de 2020 por el director general de la Organización Mundial de la Salud (OMS), el Dr. Tedros Adhanom Ghebreyesus, que caracterizó oficialmente al SARS-CoV-2 como una pandemia, marcó un punto de inflexión en la historia de la salud pública contemporánea. Esta declaración no solo alertó al mundo, sino también desencadenó una serie de eventos sin precedentes que afectaron a las poblaciones en todo el planeta, incluyendo a los salvadoreños (Chacón-Andrade *et al.*, 2020).

El estudio llevado a cabo por Chacón-Andrade *et al.*, en 2020, abordó la evaluación de la depresión, ansiedad y el temor al COVID-19 en el territorio salvadoreño. Los resultados revelaron una marcada prevalencia de síntomas de ansiedad en la muestra analizada. Concretamente, un 71.0 % de los participantes expresaron experimentar nerviosismo, ansiedad o una alteración significativa, mientras que un 82.0 % manifestaron preocupaciones excesivas. Asimismo, un 69.2 % informaron dificultades para relajarse, y un notable 79.3 % admitieron experimentar irritabilidad o enojo con facilidad (Chacón-Andrade *et al.*, 2020). Estos hallazgos resaltan la impactante magnitud de los efectos psicológicos derivados de la pandemia en la población salvadoreña.

La presente investigación se centró en evaluar los niveles de depresión, ansiedad y estrés en la población adulta salvadoreña en el contexto de la pandemia, proporcionando una visión importante sobre este desafío con el propósito de contribuir al conocimiento científico actual sobre la salud mental en el contexto de la pandemia. Ello a través de proporcionar datos específicos que puedan ser utilizados para desarrollar intervenciones efectivas y programas de apoyo psicológico. La comprensión profunda de los niveles de depresión, ansiedad y estrés permitirá a los profesionales de la salud adaptar estrategias de intervención de manera más precisa, mejorando así la calidad de vida de las personas afectadas por el COVID-19.

## **Metodología**

En este estudio de investigación, se implementó un enfoque cuantitativo por la naturaleza de los datos. Por su alcance temporal fue transversal caracterizado por la recopilación de datos en un momento específico, con el propósito de examinar de manera detallada y comprensiva los niveles de depresión, ansiedad y estrés en la población adulta salvadoreña. Este enfoque transversal permite obtener una instantánea representativa de la situación en un punto temporal determinado.

El diseño del estudio fue no experimental, lo que implica que se analizó el fenómeno sin manipular intencionalmente las variables. Este enfoque se centra en la observación y recolección de datos para describir los niveles de ansiedad, depresión y estrés en la población salvadoreña, sin examinar las relaciones entre estos niveles de manera causal. A los participantes se les explicó que estos efectos se estaban evaluando en el contexto de la pandemia del coronavirus.

Además, este estudio utilizó un método deductivo, partiendo de datos generales para identificar los niveles específicos de ansiedad, depresión y estrés. La investigación se diseñó para proporcionar un 99 % de beneficio a la población participante y solo un 1 % de riesgo, garantizando así una alta seguridad y relevancia en los resultados obtenidos.

La totalidad de participantes en este estudio alcanzó un número de 396 adultos, seleccionados mediante un método de muestreo aleatorio simple. Para realizar el muestreo aleatorio simple en este

estudio, se utilizó un cuestionario en línea en la herramienta de *QuestionPro* dirigido a la población adulta salvadoreña. A continuación, se describe el procedimiento seguido:

- Se definió como población objetivo a los adultos salvadoreños mayores de 18 años.
- Se utilizó un cuestionario en línea para medir los niveles de ansiedad, depresión y estrés, previamente validado.
- Para obtener una muestra representativa, se recopiló una lista de correos electrónicos y números de teléfono de adultos salvadoreños, obtenida de registros públicos, bases de datos de encuestas anteriores y redes sociales.
- Utilizando un *software* de generación de números aleatorios, se seleccionaron al azar los participantes de esta lista, garantizando así una probabilidad equitativa de selección para cada persona.
- Se enviaron invitaciones a los participantes seleccionados mediante correos electrónicos y mensajes de texto, incluyendo el consentimiento informado y el enlace del cuestionario en línea, con información detallada sobre el propósito del estudio, la voluntariedad de la participación y las medidas de confidencialidad adoptadas.
- Los participantes accedieron al cuestionario en línea a través del enlace proporcionado y se les permitió completarlo en su tiempo libre, lo que contribuyó a una mayor tasa de respuesta.
- Se realizaron seguimientos y recordatorios periódicos a los participantes que no habían completado el cuestionario para minimizar posibles sesgos.
- Una vez finalizada la recolección de datos, se procedió al análisis de las respuestas para identificar los niveles de ansiedad, depresión y estrés en la muestra obtenida.

En este proceso, se utilizó como instrumento de evaluación la escala DASS-21, originalmente desarrollada por Lovibond y posteriormente adaptada en su versión abreviada por Bados, Solanas y Andrés (Román *et al.*, 2014). Esta escala consta de veintiún preguntas, cada una evaluada en una escala de cinco valores que abarcan desde «leve» hasta «extremadamente severo», y también incluye la clasificación de «sin síntomas» para identificar aquellos participantes que no presentan indicadores en los niveles de depresión, estrés y ansiedad.

La calidad métrica de la escala DASS-21, esencial para garantizar la fiabilidad y validez de los resultados en el contexto de la investigación, se evaluó utilizando indicadores significativos. Los autores destacaron dos aspectos cruciales: la confiabilidad de la escala y la validez, haciendo uso del coeficiente Alfa de Cronbach (Orellana y Orellana, 2022; Ramón *et al.*, 2019).

La aplicación de esta escala DASS-21, y la consideración detallada de sus propiedades métricas, contribuyeron a la solidez metodológica del estudio, asegurando que los datos recopilados fueran confiables y válidos para el análisis de los niveles de depresión, estrés y ansiedad en la población estudiada.

El cuestionario fue distribuido a través de correos electrónicos, contactos personales y plataformas de redes sociales como WhatsApp, además de segmentarse específicamente en Facebook, con el objetivo

de alcanzar a residentes de todos los departamentos del país. Se siguieron criterios de inclusión y exclusión para garantizar la representatividad y validez de la muestra.

Los criterios de inclusión contemplaron la participación de hombres y mujeres con edades comprendidas entre los 20 y 59 años, que expresaron su consentimiento para formar parte del estudio y que, a su vez, mantenían sus facultades cognitivas y sensoriales. Por otro lado, los criterios de exclusión se aplicaron de manera pertinente excluyendo cuestionarios con respuestas incompletas, individuos privados de libertad, aquellos con limitaciones mentales o físicas que impedían otorgar su consentimiento, así como residentes en países distintos a El Salvador.

Los resultados obtenidos del cuestionario fueron sometidos a un análisis detallado utilizando la herramienta de Excel. Los hallazgos se representaron de manera visual a través de gráficas lineales, facilitando la interpretación de los datos recopilados. Además, se empleó el diagrama de Pareto para ilustrar los niveles de depresión, estrés y ansiedad. En este diagrama, las barras de color azul representan los problemas, y la altura de cada barra indica la prioridad relativa de abordar ese aspecto para mejorar la situación. Esta representación de orden descendente refleja la frecuencia absoluta o la cantidad de veces que se identificaron los efectos, proporcionando una visión clara que permite enfocar los esfuerzos en los aspectos con un impacto más significativo en la población salvadoreña.

Cabe destacar que la metodología utilizada en esta investigación fue sometida a una revisión y evaluación por parte del comité de ética en investigación de la Universidad Gerardo Barrios. La aprobación se formalizó mediante el acta correspondiente el 18 de junio de 2022, bajo el protocolo N.º 001, versión 2, acta número 002.

## Resultados

A continuación, se muestran los resultados de la aplicación de la escala DASS-21 a población adulta del territorio salvadoreño.

**Tabla 1**

*Distribución porcentual de los participantes involucrados en la investigación provenientes de los distintos departamentos de El Salvador, año 2022*

Nº	Departamento	Frecuencia	Porcentaje total
1	San Miguel	91	23 %
2	Usulután	71	18 %
3	San Salvador	59	15 %

N°	Departamento	Frecuencia	Porcentaje total
4	Sonsonate	47	12 %
5	La Libertad	32	8 %
6	Santa Ana	20	5 %
7	Ahuachapán	16	4 %
8	La Paz	12	3 %
9	Morazán	12	3 %
10	La Unión	8	2 %
11	San Vicente	8	2 %
12	Cabañas	8	2 %
13	Cuscatlán	8	2 %
14	Chalatenango	4	1 %
	Total	396	100 %

*Nota.* Información extraída del instrumento aplicado a los participantes del estudio (2022).

**Tabla 2**

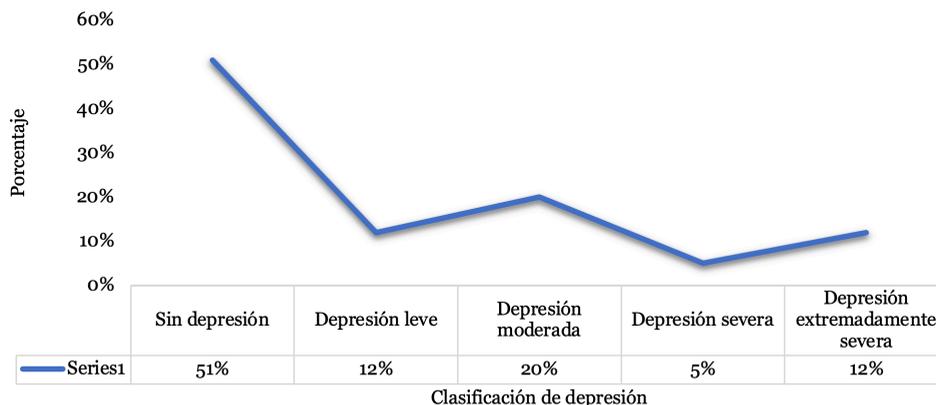
*Características demográficas de la población analizada*

Variable	Escala	Porcentaje
<b>Edad</b>	20 a 30 años	55 %
	31 a 40 años	19 %
	41 a 50 años	14 %
	51 a 59 años	12 %
<b>Estado civil</b>	Soltero/a	51 %
	Casado/a	37 %
	Divorciado/a	10 %
	Viudo/a	2 %
<b>Nivel de escolaridad</b>	Nivel superior	38 %
	Educación media	25 %
	Nivel superior de postgrado	22 %
	Educación básica	9 %
	No tiene educación formal	6 %

*Nota.* Información extraída del instrumento aplicado a los participantes del estudio (2022).

**Figura 1**

*Clasificación de los niveles de depresión en la población adulta que participó en el estudio*

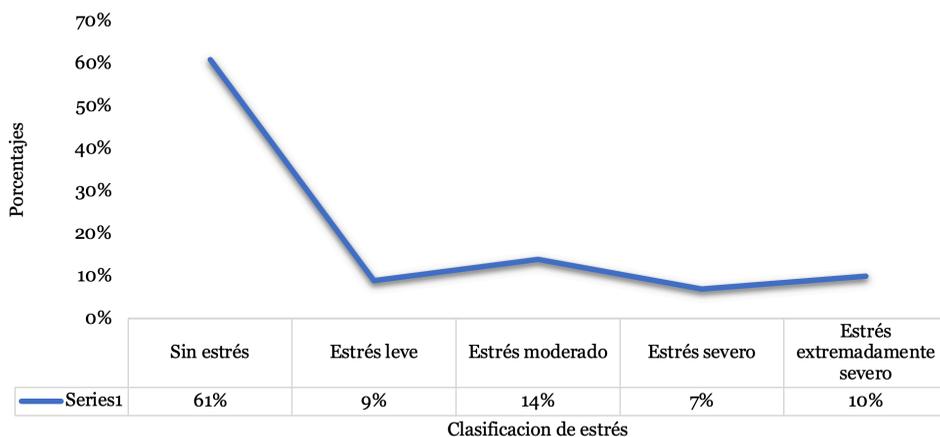


*Nota.* La figura muestra los porcentajes de los niveles de depresión en los adultos salvadoreños que participaron en el estudio en el año 2022. Fuente: Escala DASS-21 (2022).

A través de la clasificación de la depresión, se ha destacado que 203 personas de la muestra no exhiben indicios de depresión. Sin embargo, 193 presentan características, siendo la categoría más prevalente la depresión moderada, que afecta al 20 % de los encuestados. Es esencial enfatizar que, a pesar de que los porcentajes de depresión severa y extremadamente severa son menores, es imperativo prestar una atención especial a las personas que se ubican en estos niveles.

**Figura 2**

*Clasificación de los niveles de estrés en la población adulta que participó en el estudio*



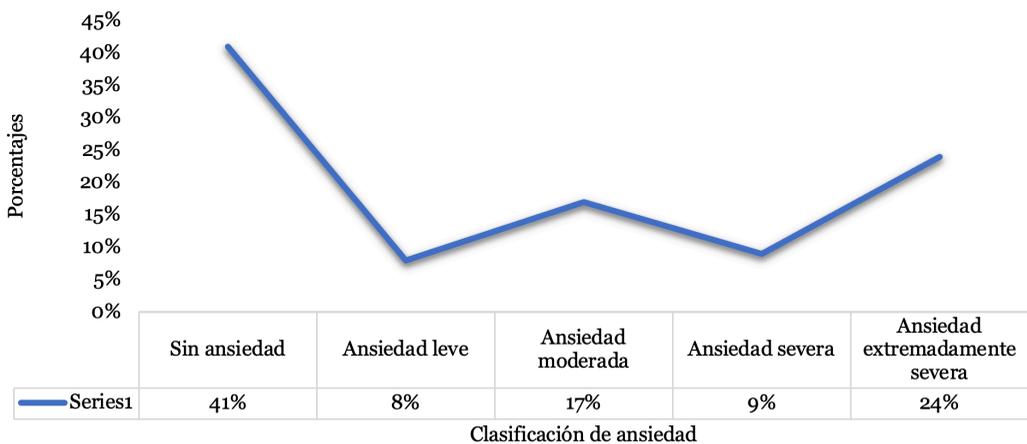
*Nota.* La figura muestra los porcentajes de los niveles de estrés en los adultos salvadoreños que participaron en el estudio en el año 2022. Fuente: Escala DASS-21 (2022).

En lo que respecta al estrés, es destacable observar que 240 de los participantes no muestran signos significativos de estrés. Sin embargo, 156 presentan características fundamentales: al analizar las cifras indican que el 14 % está experimentando un nivel de estrés moderado, el 10 % se encuentra en un estado de estrés extremadamente severo, el 9 % presenta estrés leve y el 7 % muestra un estrés severo. Es interesante notar que el estrés moderado prevalece entre estos grupos.

Estos hallazgos subrayan la importancia de brindar atención oportuna a quienes experimentan niveles de estrés moderado, ya que esta categoría se encuentra en un rango que puede ser manejado adecuadamente. Asimismo, es necesario prestar especial atención a aquellos con estrés extremadamente severo, ya que pueden estar en riesgo de complicaciones significativas relacionadas con su salud mental.

**Figura 3**

*Clasificación de los niveles de ansiedad en la población adulta que participó en el estudio*

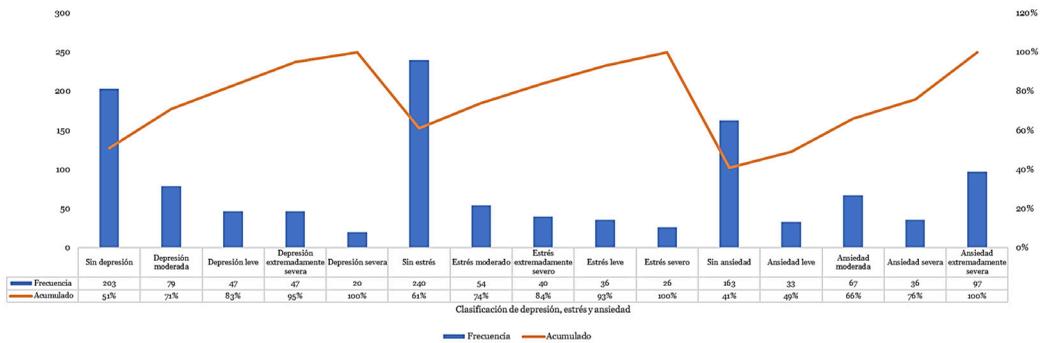


*Nota.* La figura muestra los porcentajes de los niveles de ansiedad en los adultos salvadoreños que participaron en el estudio en el año 2022. Fuente: Escala DASS-21 (2022).

En lo que respecta a la ansiedad, es importante resaltar que 233 de los participantes del estudio presentan características de ansiedad, sin embargo 163 no presentan signos ni síntomas de ansiedad. Es significativo observar que el 24 % se encuentra en un nivel de ansiedad extremadamente severa, el 17 % experimenta ansiedad moderada, el 9 % enfrenta ansiedad severa, y el 8 % reporta ansiedad leve.

**Figura 4**

*Diagrama de Pareto con niveles de estrés, ansiedad y depresión*



*Nota.* La figura muestra los porcentajes y frecuencias de los niveles de depresión, estrés y ansiedad en los adultos salvadoreños que participaron en el estudio en el año 2022. Fuente: Escala DASS-21 (2022).

El diagrama de Pareto proporciona una representación visual de los niveles de depresión, estrés y ansiedad, ordenados de mayor a menor importancia en el contexto de la población salvadoreña. Este análisis revela aspectos significativos en relación con el bienestar emocional de los participantes en el estudio. En primer lugar, destaca que el estrés moderado, el estrés extremadamente severo y el estrés leve se sitúan como los problemas más prominentes en términos de importancia. Estos niveles de estrés afectan a una parte considerable de la población salvadoreña y merecen una atención prioritaria. Es importante señalar que, de acuerdo con la regla de Pareto, estos niveles de estrés representan aproximadamente el 20 % de todos los niveles, pero contribuyen significativamente al 80 % del problema total, lo que subraya su relevancia en la salud mental de la población.

Además, es esencial reconocer que, aunque no alcancen el 20 % en términos de importancia, otros niveles de ansiedad y depresión también contribuyen al impacto global. La ansiedad moderada, la depresión leve, la depresión extremadamente severa, la ansiedad severa, la ansiedad leve y la depresión severa, si bien tienen un peso menor individualmente, aún influyen en el problema en su conjunto.

Por lo tanto, la interpretación del diagrama de Pareto revela que, si bien el estrés en sus distintos niveles es un desafío de gran importancia, no se debe pasar por alto la contribución significativa de la ansiedad y la depresión. La atención y las soluciones deben abordar estos problemas de manera integral para garantizar el bienestar emocional de la población salvadoreña. Además, es fundamental reconocer que la aplicación de la regla de Pareto en este contexto subraya la necesidad de centrarse en el 20% más significativo para abordar eficazmente el 80% del problema total en la salud mental.

**Discusión**

Los resultados de este estudio revelan una preocupante prevalencia de alteraciones en la salud mental en la población salvadoreña. Aproximadamente, un cuarto de los participantes exhibe manifestaciones de dificultades en la esfera de la salud mental. La aplicación de la escala DASS-21 reveló niveles significativos de estrés, con alrededor de un tercio de los participantes experimentando niveles que van desde leves hasta extremadamente severos. Este estudio muestra los efectos ocasionados al bienestar emocional de la población.

La evaluación de los niveles de ansiedad revela una situación aún más preocupante, con más de la mitad de la población mostrando niveles que van desde leves hasta extremadamente severos. Este hallazgo subraya la magnitud de la carga emocional que enfrentan las personas que participaron. En relación con la depresión, aproximadamente la mitad de la población presenta niveles que varían desde leves hasta extremadamente severos.

La coexistencia de estos niveles elevados de estrés, ansiedad y depresión sugiere un impacto significativo en la salud mental general de la población estudiada. Es relevante destacar que la mayoría de la población salvadoreña evidencia niveles extremadamente severos de ansiedad, con frecuencias menores para la depresión y el estrés según los resultados proporcionados por la escala DASS-21. Estos patrones resaltan la urgencia de intervenciones efectivas y personalizadas para abordar la ansiedad en particular, dada su predominancia.

De especial preocupación es la identificación de niveles extremadamente severos de depresión, asociados con la posibilidad de aparición de ideaciones suicidas. Asimismo, los niveles similares de ansiedad en esta categoría plantean la posibilidad de complicaciones significativas para la salud mental. Además, el estrés en niveles extremadamente severos podría desencadenar problemas psicofisiológicos si no se aborda de inmediato.

En la investigación actual, la participación fue mayoritariamente de mujeres en la etapa de adulto joven. No se exploraron aspectos como los ingresos económicos ni el sector laboral, a pesar de que la mayoría son estudiantes con un grado académico de pregrado. Sin embargo, se observaron niveles significativos de afectación por ansiedad, llegando a manifestarse en niveles extremadamente severos.

En consecuencia, la atención a los niveles extremos de depresión, ansiedad y estrés debe ser prioritaria en las estrategias de salud pública, con intervenciones diseñadas para mitigar las consecuencias adversas en la salud mental y promover el bienestar general de la población salvadoreña que enfrenta los retos post-pandémicos.

El estrés y la ansiedad asociados a la pandemia pueden desencadenar diversos trastornos, como lo señala la investigadora principal de este artículo, quien previamente llevó a cabo una investigación al respecto en 2020. Además de los trastornos alimenticios preexistentes, se observa la manifestación de

problemas en la conducta alimentaria, como el aumento excesivo de la ingesta y la pérdida del apetito. Estos efectos, a su vez, contribuyen al deterioro de los patrones de sueño, afectando la calidad del descanso y teniendo un impacto perjudicial en la salud mental de la persona (Chavarría *et al.*, 2021).

Este estudio muestra los efectos en la salud mental y revela los síntomas de ansiedad, estrés y depresión experimentados en respuesta a las situaciones vividas durante la pandemia del coronavirus. Entre los síntomas identificados se encuentran la dificultad para relajarse, la sensación de boca seca, la dificultad para respirar, los temblores en las manos, el nerviosismo extremo, la preocupación constante, los sentimientos de tristeza y depresión, la sensación de estar al borde del pánico, la irritabilidad extrema, el miedo sin razón aparente y la sensación de que la vida no tiene sentido.

Investigaciones previas, como las de López-Martínez y Serrano-Ibáñez (2021) y Castillo *et al.* (2023) han corroborado un aumento significativo en la ansiedad, el estrés y la depresión en contextos similares al que vive la población salvadoreña. Los resultados actuales refuerzan y amplían estas observaciones, proporcionando una visión más específica sobre la magnitud de los niveles de estrés, ansiedad y depresión en la población estudiada.

La concordancia de los resultados obtenidos en este estudio, con experiencias similares a nivel internacional, refuerza la magnitud de los desafíos en la salud mental derivados de la pandemia del COVID-19. No solo la población salvadoreña enfrenta consecuencias significativas, sino que estos problemas también afectan a comunidades en diversas partes del mundo. Datos preocupantes de países como Brasil, indican que más del 40 % de la población ha experimentado problemas de ansiedad, mientras que aproximadamente el 60 % ha enfrentado episodios de depresión. En Perú, los síntomas de depresión se han multiplicado por cinco, subrayando el impacto considerable en la salud mental de la población. En Canadá, la proporción de personas que experimentan niveles elevados de ansiedad se ha cuadruplicado debido a la pandemia (Huarcaya, 2020; Organización de las Naciones Unidas [ONU], 2021).

Estos datos internacionales, que corroboran la tendencia observada en la población salvadoreña, subrayan la imperante necesidad de estrategias de salud pública globales para abordar los impactos emocionales generalizados derivados de la pandemia. Además, otros estudios han demostrado que entre los grupos vulnerables se incluyen mujeres, jóvenes, personas de bajos ingresos, aquellos con problemas de salud mental preexistentes y los valientes trabajadores de la salud (Aguilar de Mendoza, 2021; Ramírez-Ortiz *et al.*, 2020; Ruiz-Frutos, 2021). La consistencia en los resultados entre distintos países evidencia la urgencia de implementar intervenciones efectivas y personalizadas para mitigar los efectos adversos en la salud mental y promover el bienestar general en un contexto global afectado por la crisis sanitaria.

Es así como este estudio proporcionó conocimiento sobre los niveles de depresión, estrés y ansiedad, predominando la depresión moderada, el estrés moderado y la ansiedad extremadamente severa en la

población que participó en el estudio, abarcando un amplio espectro de problemas que afectan la salud mental. Es notable que la mayoría de estos niveles prevalecen en un nivel moderado, lo que indica que una parte significativa de la población está experimentando una carga emocional y psicológica considerable.

## Referencias

- Aguilar de Mendoza, A. S. (2021). *La salud mental salvadoreña durante el período de distanciamiento social por la pandemia de la COVID-19*. Colección de Investigaciones. Universidad Tecnológica de El Salvador. <http://hdl.handle.net/11298/1173>
- Castillo Buitrón, M. C., Morales Fonseca, C. F., Romero Vega, J. V. y Villacís Jácome, J. E. (2023). Ansiedad y depresión en estudiantes de 12 a 18 años en un colegio de la ciudad de Quito – Ecuador: Anxiety and Depression in Students from 12 to 18 Years Old in a School in the City Of Quito - Ecuador. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), pp. 726–735. <https://latam.redilat.org/index.php/lt/article/view/291>
- Chacón Andrade, E., Lobos Rivera, M., Cervigni, M., Gallegos, M., Martino, P., Caycho-Rodríguez, T., Barés, I., Calandra, M., y Flores-Monterrosa, A. (2020). Prevalencia de ansiedad, depresión y miedo a la COVID-19 en la población general salvadoreña. *Entorno*, (70), pp. 76-86. <https://biblioteca.utec.edu.sv/entorno/index.php/entorno/article/view/623/1020>
- Chavarría de Cocar, L., Laínez, A. Y., Ferrufino, M., Rojas, J. F., Ordoñez, F. y Araujo, R. (2021). Impacto en la salud mental ocasionado por la pandemia del covid-19. *Realidad y Reflexión*, 52(52), pp. 13–28. <https://doi.org/10.5377/ryr.v52i52.10759>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF]. (2020). “*El COVID-19 no sólo cambió nuestra forma de vivir, sino también la forma de morir*” Unicef. <https://www.unicef.org/elsalvador/historias/el-covid-19-no-s%C3%B3lo-cambi%C3%B3-nuestra-forma-de-vivir-sino-tambi%C3%A9n-la-forma-de-morir>
- Holmes, E. A., O'Connor, R. C., Perry, V. H., Tracey, I., Wessely, S., Arseneault, L., ... & Bullmore, E. (2020). Multidisciplinary research priorities for the COVID-19 pandemic: a call for action for mental health science. *The Lancet Psychiatry*, 7(6), pp. 547-560. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30168-1](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30168-1)
- Huarcaya-Victoria, J. (2020). Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de COVID-19. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 37(2), pp. 327-334. [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1726-46342020000200327&lng=es](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-46342020000200327&lng=es) <http://dx.doi.org/10.17843/rpmesp.2020.372.5419>
- Larrotta-Castillo, R., Méndez-Ferreira, A-F, Mora-Jaimes, C., Córdoba-Castañeda, M-C y Duque-Moreno, J. (2020). Pérdida, duelo y salud mental en tiempos de pandemia. *Revista de la Universidad Industrial de Santander*. <http://www.scielo.org.co/pdf/suis/v52n2/2145-8464-suis-52-02-179.pdf>
- López-Martínez, A. E. y Serrano-Ibáñez, E. R. (2021). Impacto de la pandemia de COVID-19 en la salud mental. *Escritos de Psicología - Psychological Writings*, 14(2), pp. 48–50. <https://doi.org/10.24310/epsiespsi.v14i2.13935>

- Ministerio de Salud de El Salvador. (2021). *Boletín Especial COVID-19 No. 346*.  
<https://covid19.gob.sv/wp-content/uploads/2021/06/Boletin-Especial-COVID-19-No346.pdf>
- Orellana, C. I. y Orellana, L. M. (2022). Propiedades psicométricas de la Escala abreviada de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21) en adultos salvadoreños. *Teoría y Praxis*, (38), pp. 45-54.  
<https://www.revistas.udb.edu.sv/ojs/index.php/typ/article/view/34>
- Organización de las Naciones Unidas. (2021). *El efecto devastador del COVID-19 en la salud mental*.  
<https://news.un.org/es/story/2021/11/1500512>
- Organización Panamericana de la Salud [OPS]. (2020). *La pandemia por COVID-19 agrava la carga de enfermedades mentales en las Américas*. <https://www.paho.org/es/noticias/2-10-2020-pandemia-covid-19-agrava-carga-enfermedades-mentales-americas>
- Organización Panamericana de la Salud [OPS]. (2021). *Crisis de salud mental en América Latina y el Caribe se profundiza durante la pandemia de COVID-19*. <https://www.paho.org/es/noticias/5-5-2021-crisis-salud-mental-america-latina-caribe-profundiza-durante-pandemia-covid-19>
- Pfefferbaum, B. y North, C. S. (2020). Mental health and the Covid-19 pandemic. *New England Journal of Medicine*, 383(6), pp. 510-512. <https://www.nejm.org/doi/full/10.1056/NEJMp2008017>
- Ramírez-Ortiz, J., Castro-Quintero, D., Lerma-Córdoba, C., Yela-Ceballos, F. y Escobar-Córdoba, F. (2020). Consecuencias de la pandemia de la COVID-19 en la salud mental asociadas al aislamiento social. *Colombian Journal of Anesthesiology*, 48(4), e301. Epub November 25.  
<https://doi.org/10.5554/22562087.e930>
- Ramón Arbués, E., Martínez Abadía, B., Granada López, J. M., Echániz Serrano, E., Pellicer García, B., Juárez Vela, R., Guerrero Portillo, S. y Sáez Guinoa, (2019). Conducta alimentaria y su relación con el estrés, la ansiedad, la depresión y el insomnio en estudiantes universitarios. *Nutrición Hospitalaria*, 36(6), pp. 1339-1345. <https://dx.doi.org/10.20960/nh.02641>
- Román Mella, F., Vinet, E. V. y Alarcón Muñoz, A. M. (2014). Escalas de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21): Adaptación y propiedades psicométricas en estudiantes secundarios de temuco. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, XXIII(2), pp. 179-190.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=281943265009>
- Ruiz-Frutos, C. y Gómez-Salgado, J. (2021). Efectos de la pandemia por COVID-19 en la salud mental de la población trabajadora. *Archivos de Prevención de Riesgos Laborales*, 24(1), pp. 6-11.  
<https://dx.doi.org/10.12961/apr.2021.24.01.01>
- Serrano, F. M. y Medrano, C. M. (2022). *Salud mental de los salvadoreños y factores asociados* [recurso electrónico]. <https://funpres.org.sv/wp-content/uploads/2022/04/Salud-Mental-y-factores-asociados-FUNPRES.pdf>