



IMPORTANCIA DEL AISLAMIENTO SOCIAL EN LA SALUD MENTAL: COMENTARIOS SOBRE ARTÍCULO ORIGINAL

IMPORTANCE OF SOCIAL ISOLATION IN MENTAL HEALTH: COMMENTS ON THE ORIGINAL ARTICLE

Erich Egg^{1,a}, Leslie M. Mendoza-Arias^{1,a}

Sr. Editor

En su brillante artículo previamente publicado y titulado "Anxiety level of first-year medical students from a private university in Peru in times of COVID-19" se nos muestra que, de 57 estudiantes de primer año de medicina, el 75,4% padecieron niveles importantes de ansiedad durante la actual pandemia; lo cual nos pareció un resultado inquietante, ya que es una afección que involucra a gran parte de la población y que, por lo mismo, ha incrementado su nivel de importancia dentro de la comunidad médica. Asimismo, en los resultados de la investigación se pudo observar una asociación estadísticamente significativa entre el sexo femenino y la presencia de ansiedad⁽¹⁾, lo que podría significar que las mujeres tienen mayor riesgo de padecer esta condición. Es fundamental reconocer oportunamente los signos de esta enfermedad para poder brindar la consejería y el manejo adecuado a quienes la padecen, con el objetivo de mejorar y preservar su salud mental, ya que sus consecuencias no afectan únicamente a nivel personal, sino que también pueden trastornar la vida de las personas a nivel familiar y profesional.

Sin embargo, existe una variable de suma importancia que determina en gran medida el nivel de afectación que puede tener la salud mental de una persona y que no ha sido explorada en este estudio, la cual es el aislamiento social que han tenido los estudiantes. El aislamiento social es una variable que ha sido analizada en otros estudios en los que se evaluaba la salud mental de la población durante la pandemia; encontrándose que jugó un papel importante en el desarrollo de los trastornos psicológico, motivo por el cual su presencia debería ser considerada relevante en estas investigaciones.

El aislamiento social fue una medida necesaria aplicada durante la pandemia, especialmente en la cuarentena, en el que las personas con o sin la COVID-19 se vieron obligadas a cumplir con ella para evitar la propagación del virus. Este aislamiento obligatorio en muchas ocasiones nos separó de nuestros seres queridos, visitas familiares y amicales, quienes eran un alivio social. Así pues, hubo un gran cambio en la naturaleza de la comunicación que afectó a la mayor parte de la población durante estas circunstancias; que a su vez, ha sacado a la luz la inconformidad de ciertos grupos sociales hacia la virtualidad y la necesidad de contacto humano y una comunicación directa.

¹ Facultad de Medicina Humana, Universidad Ricardo Palma, Lima, Perú.

^a Estudiante de Medicina Humana.

Citar como: Erich Egg, Leslie M. Mendoza-Arias. Importancia del aislamiento social en la salud mental: Comentarios sobre artículo original. Rev. Fac. Med. Hum. 2022;22(3):657-658. doi 10.25176/RFMH.v22i3.5006

Journal home page: <http://revistas.urp.edu.pe/index.php/RFMH>

Artículo publicado por la Revista de la Facultad de Medicina Humana de la Universidad Ricardo Palma. Es un artículo de acceso abierto, distribuido bajo los términos de la Licencia Creative Commons: Creative Commons Attribution 4.0 International, CC BY 4.0 (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>), que permite el uso no comercial, distribución y reproducción en cualquier medio, siempre que la obra original sea debidamente citada. Para uso comercial, por favor póngase en contacto con revista.medicina@urp.pe





Una forma de mantener dicha comunicación con el resto de las personas fue a través de los medios tecnológicos como: celulares, televisores, radios, tabletas, ordenadores portátiles, etc.; que para algunos disminuyó el sentimiento de soledad, mientras que para otros fue insuficiente e ineficaz el uso de estos instrumentos debido a la restricción económica que dificulta principalmente la adquisición de aparatos y dispositivos electrónicos, y la falta de capacitación sobre su correcto uso.

En Cuba, un estudio reportó que el aislamiento social y la cuarentena por la COVID-19 han traído consigo un impacto negativo en la salud mental de las personas, identificando que las manifestaciones psicológicas negativas de mayor frecuencia fueron los trastornos emocionales, depresión, estrés, apatía, irritabilidad, insomnio, trastorno de estrés postraumático (TEPT), ira y agotamiento emocional⁽³⁾. Por otro lado, en Suiza, un estudio indicó que algunos estudiantes pueden correr un mayor riesgo de aislamiento social y de desarrollar problemas de salud mental durante la crisis de la COVID-19; en particular, cuando viven solos tienen menos contacto directo con familiares y amigos

cercanos, reciben menos apoyo social y tienen una integración más débil en las redes sociales de los estudiantes. Asimismo, las alumnas que participaron en el estudio eran el grupo minoritario en la población estudiantil y parecían tener un mayor riesgo de enfrentar consecuencias negativas para la salud mental en el contexto de la COVID-19⁽⁴⁾. Estas observaciones, así como las de estudios similares, son cruciales para desarrollar intervenciones específicas para apoyar a los estudiantes que están potencialmente en riesgo.

Por lo tanto, es indispensable evaluar el impacto del aislamiento social tanto a nivel físico como virtual, en la aparición de trastornos mentales como: depresión, estrés y ansiedad, durante el tiempo de pandemia por la COVID-19. El conocimiento de dicha información permitirá realizar un mejor seguimiento y análisis de los estudiantes de la carrera de medicina, quienes dependen de las redes sociales para sobrellevar la carga y el estrés que demanda la carrera, al mismo tiempo, la evidencia es necesaria para la creación de potenciales soluciones para este problema que amenaza la salud de los estudiantes.

Contribuciones de autoría: XBD, ACA, KNH, MCN, RVV y FLT han participado de forma equitativa en la elaboración y aprobación final de la carta al editor.

Financiamiento: Autofinanciado.

Conflicto de intereses: Los autores declaran no tener conflicto de interés.

Recibido: 01 de junio, 2022

Aprobado: 11 de julio, 2022

Correspondencia: Erich Anton Egg Rosas.

Dirección: Av. Benavides 5440, Santiago de Surco, Lima 33, Perú.

Teléfono: 968 074 679

Email: erich0075@hotmail.com

REFERENCIAS

1. Saravia-Bartra MM, Cazorla-Saravia P, Cedillo-Ramírez L. Anxiety level of first-year medical students from a private university in Peru in times of Covid-19. *Rev Fac Med Humana*. el 11 de septiembre de 2020; 20(4): 568–73. Disponible en: <https://inicib.urp.edu.pe/rfmh/vol20/iss4/7/>
2. Caillaux Caillaux C. ¿Cuánto ha transformado la tecnología nuestras vidas durante la pandemia? | Conexión ESAN [Internet]. ESAN-Graduate school of business. 2020 [citado el 29 de julio de 2022]. Disponible en: <https://www.esan.edu.pe/conexion-esan/cuanto-ha-transformado-la-tecnologia-nuestras-vidas-durante-la-pandemia>
3. Pérez YB, Castillo EF, Luzardo DAR. Consecuencias psicológicas de la cuarentena y el aislamiento social durante la pandemia de COVID-19. *Rev Cuba Salud Pública* [Internet]. el 10 de octubre de 2020 [citado el 26 de julio de 2022]; 46(0). Disponible en: <http://www.revsaludpublica.sld.cu/index.php/spu/article/view/2488>
4. Elmer T, Mepham K, Stadtfeld C. Students under lockdown: Comparisons of students' social networks and mental health before and during the COVID-19 crisis in Switzerland. *PLOS ONE* [Internet]. el 23 de julio de 2020 [citado el 26 de julio de 2022]; 15(7). Disponible en: <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0236337>

