



Informes de seguiment de la pandèmia de covid-19 a països i regions del Sud Global Nº 23

31 d'octubre de 2020

La pandèmia silenciosa: l'augment en la incidència de trastorns de salut mental

El darrer 10 d'Octubre es va celebrar el Dia Mundial de la Salut Mental. Diferents governs locals i nacionals, van fer ressò de l'estat de salut mental de la seva població. Institucions internacionals com l'Organització Mundial de la Salut (OMS) van reclamar als governs una major inversió en serveis d'atenció a la salut mental ja que aquests es troben sota dèficit crònic de finançament des de fa molts anys.

Segons la base de dades *Our World in Data* de la *Universitat d'Oxford*, l'any 2017 hi havia 792 milions de persones al món amb trastorns de salut mental. Aquests són majoritàriament depressió i ansietat, però també bipolaritat, trastorns de la conducta alimentària, epilèpsia, demència, esquizofrènia i suïcidis (OurWorldinData, 2018). Tot i representar més del 10% de la població mundial, els pressupostos nacionals de salut destinen només, de mitjana, el 2% del seu producte en serveis de salut mental.

Àdhuc, el número de treballadors en salut mental és, en algunes regions, críticament baix. Tal i com es pot veure a la **Figura 1**, la regió africana compta de mitjana amb 0,9 treballadors per cada 100.000 habitants i la regió del sud-est asiàtic amb 2,5, comparat amb 50 treballadors per cada 100.000 habitants a la regió europea (OMS, 2017).

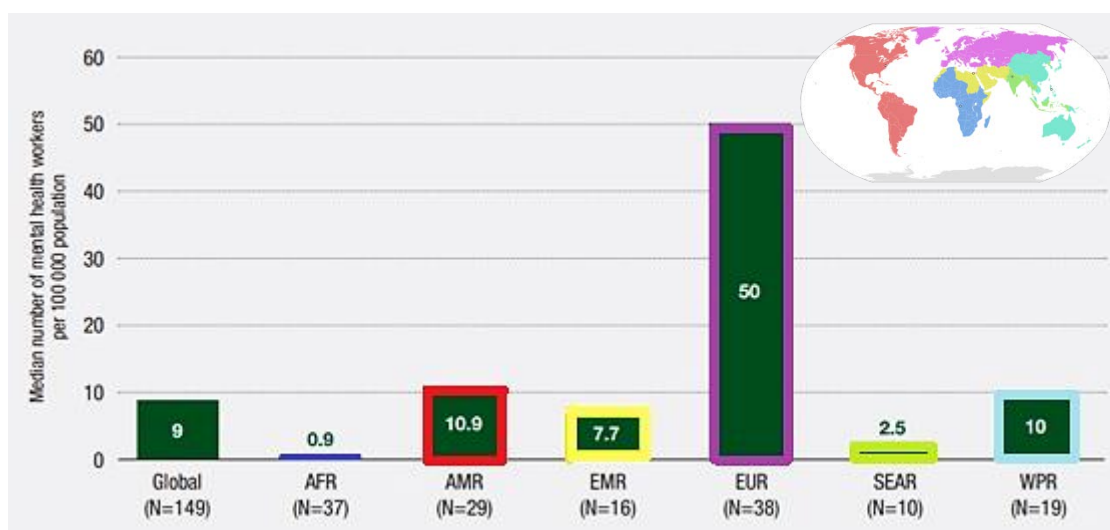


Figura 1. Mitjana de treballadors en salut mental per 100.000 habitants per regió sota la classificació de l'OMS. Amb modificacions pròpies respecte l'original. Els colors de les columnes identifiquen les regions del mapa. Font: OMS, 2017.

Per exemple, al Sudan del Sud, l'OMS estima que un 20% de la població té trastorns de salut mental però només hi ha un professional disponible per cada 4 milions d'habitants. A Uganda, segons el diari *Daily Monitor*, només el 15% de les persones amb trastorns de salut mental reben l'atenció mèdica necessària i la majoria d'aquestes es troben en zones urbanes.

L'arribada de la covid-19 ha tingut un gran impacte en la disponibilitat i l'accessibilitat dels serveis de salut mental. Un estudi realitzat per l'OMS a 130 països on s'avalua el mencionat impacte, ha conclòs que el 93% dels països han vist els seus serveis paralyzats o pertorbats (OMS, 2020). També s'han vist reduïdes les existències de medicaments necessaris pel tractament d'aquests trastorns. Per exemple, segons informa el diari sud africà *News24*, al mes d'agost gairebé la meitat dels medicaments per a trastorns de salut mental estaven esgotats i molts ja escassejaven des del mes de març.

La pandèmia però no només ha afectat a la disponibilitat i l'accessibilitat dels serveis de salut mental, però també a l'estat de salut mental de la població. I és que degut a les diferents mesures per contenir i mitigar la covid-19, moltes persones s'han quedat sense feina. Aquesta pèrdua a part de generar conseqüències econòmiques també genera conseqüències psicològiques. La pèrdua del treball implica una dissipació en l'estructura del temps, en les experiències amb gent fora del nucli familiar i en la vinculació de l'individu a metes i propòsits.

També, tal i com informen diaris de Namíbia i Uganda, moltes persones infectades han patit estigmatització per part de la seva comunitat, qui en algun cas els ha culpats de ser els portadors del virus als seus indrets. Això, evidentment els hi ha causat més estrès i els hi ha dificultat superar la malaltia.

I és que, segons un estudi amb població nord americana de l'*Escola de Medicina de la Universitat d'Indiana*, l'ansietat ocupa el vuitè lloc en la llista de símptomes de pacients amb covid-19. També segons l'*Escola de Medicina de la Universitat de Maryland* entre un terç i la meitat dels pacients amb covid-19 experimenten al llarg de la malaltia ansietat, depressió, fatiga o patrons anormals del son.

Després d'estar mesos confinats a casa, moltes persones senten pànic de sortir per por a contagiar-se. Diaris de Mèxic, Colòmbia i Panamà han descrit casos de ciutadans que han desenvolupat aquesta fòbia i que han necessitat atenció psicològica per a superar-la.

També cal destacar, tot i que caldria un informe únicament dedicat a aquest tema, l'efecte que la pandèmia ha tingut sobre els professionals sanitaris. Aquests, han carregat la responsabilitat de treballar amb malalts infectats tot adaptant-se als canvis constants en les normatives mèdiques. Àdhuc, al finalitzar el seu torn laboral han estat tornant a casa amb la por d'infectar a les seves famílies. Conseqüentment, han augmentat els casos de desgast i esgotament així com d'ansietat i depressió entre els professionals de la salut. Diversos hospitals de Mèxic, Panamà, Colòmbia, República Dominicana i Marroc han posat a disposició dels treballadors una línia d'atenció psicològica i psiquiàtrica.

La pandèmia ha sigut causa de les diferents situacions descrites que al seu torn han derivat en un augment de l'ansietat i la depressió així com en els casos o intents de suïcidi.

A Mèxic, segons la *Universidad Iberoamericana de Mèxic*, el 32.4% de la població reporta haver patit símptomes severos d'ansietat durant el confinament respecte el 14% abans de la pandèmia. També el 27,6% reporta haver patit depressió respecte el 7% abans de la pandèmia. Segons investigacions de la *Universidad Autónoma Metropolitana* de Mèxic, degut al confinament els joves han augmentat considerablement el consum de marihuana i alcohol. Aquest augment ha derivat en majors índex de depressió i ansietat en un nínxol poblacional on entre el 10 i el 20% ja patia algun trastorn de salut mental, essent la depressió el més comú.

A Argentina segons informa l'*Institut de Neurologia Cognitiva* del país, durant la quarantena s'han quadruplicat els casos de persones que presenten símptomes de depressió, essent els joves el grup poblacional més afectat. A Colòmbia, en una enquesta realitzada a 1.178 joves d'entre 18 i 24, més de la meitat van expressar haver patit episodis depressius i ansietat durant el confinament.

Experts en salut mental de diferents països ja van advertir que el confinament, el distanciament social així com el canvi de rutines i hàbits poden augmentar el risc de patir ansietat i la depressió, però també i especialment entre persones que ja patien trastorns de salut mental, el risc de cometre suïcidi.

L'any 2016 (darreres dades disponibles) van tenir lloc a nivell mundial 800.000 suïcidis. Segons l'*OMS*, un 79% va tenir lloc a països amb un Índex de Desenvolupament Humà (IDH) baix o mitjà. A més a més, aquell any el suïcidi va ser la segona causa de mort a nivell mundial per a persones entre 15 i 29 anys. Cal mencionar que els grups de població més vulnerables són les persones que experimenten discriminació, com les persones migrades, persones refugiades, persones indígenes, persones LGTBI i presoners. En qüestió de gènere a nivell global hi ha més homes que es treuen la vida que dones (*OMS*, 2019). Les dades oficials disponibles són escasses en molts països, de fet, només 80 països tenen dades que l'*OMS* considera de bona qualitat per estimar incidències de suïcidi o intents de suïcidi.

A Kenya, en els darrers anys 6.5 de cada 100.000 persones cometien suïcidi de mitjana anualment. Tanmateix durant els darrers mesos aquests números han augmentat. Això es pot veure en les morts per suïcidi registrades per la policia nacional al 2019 (421) i les registrades entre el març i l'agost del 2020 (418). Tant la policia com els metges del país relacionen aquest augment amb la pèrdua de treball i l'augment en el consum d'alcohol i drogues. També a Nigèria la *Iniciativa de Prevenció i Investigació sobre el Suïcidi* diu que els darrers anys ja s'havia vist un augment en el número de suïcidis de 6.5 al 9.5 per cada 100.000 persones. Esperen però que aquesta tendència augmenti encara més degut a la pandèmia.

Diferents diaris internacionals com *The Guardian*, *Africa.com* i *Voice of America* han fet ressò de l'augment de suïcidis que Malawi ha experimentat arrel de la crisi socioeconòmica derivada de la pandèmia. El servei de policia va informar a mitjans d'octubre que la incidència de suïcidis ja havia augmentat un 57% respecte l'any anterior, passant de 116 a 182 i essent el 92% en homes i el 8% en dones. Malawi té un número molt baix de professionals en salut mental i compta només amb un hospital especialitzat i poques infermeres psiquiàtriques i funcionaris clínics repartits en la resta dels hospitals del país.

Per tal de fer front a l'increment de casos de trastorns de salut mental, els governs han dut a terme diferents accions com campanyes de sensibilització sobre la importància de les cures, seguiment de pacients covid-19 i habilitació de línies telefòniques d'emergència.

Tot i que la l'atenció mèdica a través de mitjans digitals és una gran oportunitat per arribar a més població i a llocs remots, la falta d'accés als recursos adequats presenta limitacions. La falta d'espai i privacitat per poder trucar així com l'accés a la Internet, dificulta aquest tipus d'atenció. Segons el *Banc Mundial*, només el 35% de la població dels països amb un IDH baix o mitjà-baix tenen accés a Internet (Banc Mundial, 2020). Àdhuc, segons l'*OMS*, des del començament de la pandèmia menys del 50% dels països amb un IDH baix han pogut gaudir de línies d'ajuda telefònica o telemedicina. La **Figura 2** mostra la situació mundial.

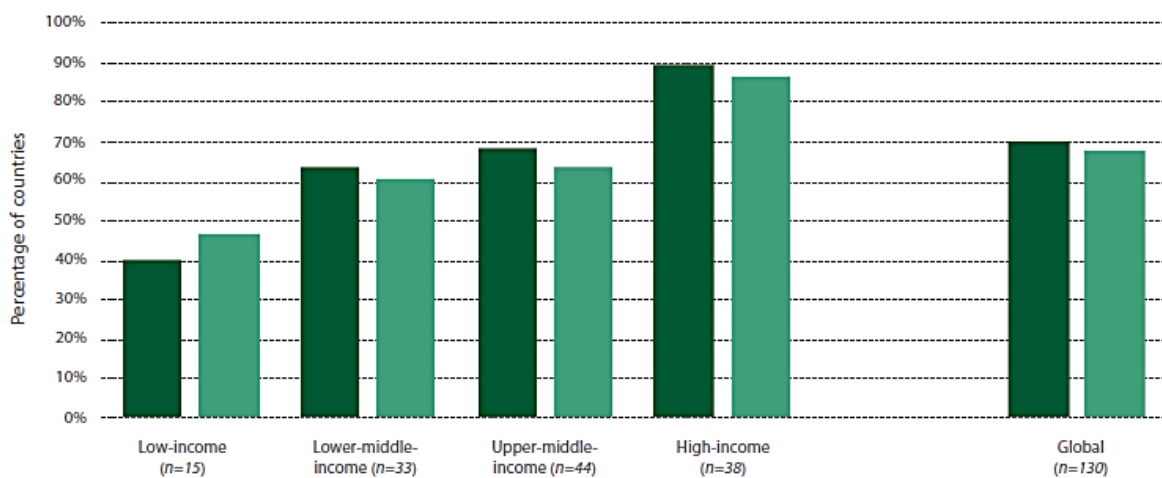


Figura 2. Ús mundial de la telemedicina i teleteràpia (verd fosc) i les línies telefòniques d'ajuda i suport a la salut mental (verd clar) durant el confinament. Països dividits pel seu IDH. Font: OMS, 2020.

El *Grup Sud Africà de Depressió i Ansietat* diu que des del començament de la pandèmia s'han duplicat les trucades a la seva línia d'atenció al suïcidi, passant de 700 a 1400 diàries. La *Delegació General Penitenciària del Marroc* ha posat a disposició dels presos un servei telefònic d'atenció psicològica. El *Sindicat Nacional de Psicòlegs d'Algèria* ha posat en marxa una línia d'atenció telefònica per a la població en general i realitza un seguiment psicològic d'aquelles persones que han estat infectades de la covid-19.

Segons la directora de l'*Organització Panamericana de la Salut*, a l'Amèrica llatina destaca l'augment en la disponibilitat de serveis telefònics d'atenció psicològica a Argentina, Colòmbia i Mèxic. També a la República Dominicana han posat en funcionament una eina tecnològica que a través d'un breu qüestionari especialitzat, identifica si la persona necessita assistència psicològica.

El *Ministeri de Salut* de la República Dominicana informava a mitjans de setembre que des de l'inici de la pandèmia havien rebut 9561 trucades relacionades amb trastorns de salut mental, essent 6765 per part de la població general i 2454 de personal mèdic. El *Ministeri de Salut* de Panamà diu que des de principis d'abril, la línia d'atenció telefònica per a trastorns mentals rep

una mitjana de 120 trucades diàries. També segons dades del *Ministeri de Salut* de Colòmbia, i els joves entre 20 i 39 anys són els que més ús fan d'aquest servei essent l'ansietat i l'estrès les causes principals de la trucada.

La pandèmia de la covid-19 ha generat, el que molts experts anomenen com, una pandèmia silenciosa. I és que situacions com la pèrdua de treball, el confinament domiciliari, estar infectat i l'estigmatització que comporta així com la pressió que han patit certs sectors professionals, han derivat en un augment preocupant dels trastorns de salut mental. És necessari doncs, que s'inverteixin esforços i més pressupostos en la qualitat, la disponibilitat i l'accessibilitat dels serveis de salut mental.

Referències:

Our World in Data. Mental Health. 2018. Disponible: <https://ourworldindata.org/mental-health>

Organització Mundial de la Salut (OMS). Mental Health Atlas 2017. 2017. Disponible: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/272735/9789241514019-eng.pdf?ua=1>

Organització Mundial de la Salut (OMS). The impact of COVID-19 on mental, neurological and substance use services. 2020. Disponible: <https://www.who.int/publications/i/item/978924012455>

Banc Mundial. Connecting for Inclusion: Broadband Access for All. 2020. Disponible: [https://www.worldbank.org/en/topic/digitaldevelopment/brief/connecting-for-inclusion-broadband-access-for-all#:~:text=Broadband%20\(or%20high%2Dspeed\),both%20developed%20and%20developing%20countries.&text=Only%20about%2035%20percent%20of,80%20percent%20in%20advanced%20economies\).](https://www.worldbank.org/en/topic/digitaldevelopment/brief/connecting-for-inclusion-broadband-access-for-all#:~:text=Broadband%20(or%20high%2Dspeed),both%20developed%20and%20developing%20countries.&text=Only%20about%2035%20percent%20of,80%20percent%20in%20advanced%20economies).)

Organització Mundial de la Salut (OMS). Suicide. 2019. Disponible: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/suicide>

Des del grup de recerca BIOCÒM-SC de la Universitat Politècnica de Catalunya per una banda estem en contacte amb diferents grups de recerca i oficines governamentals per tal de treballar conjuntament en la predicció de l'evolució de la pandèmia COVID-19. Per altra banda portem a terme un seguiment dels mitjans de comunicació de 35 països africans i 9 països llatinoamericans complementats amb entrevistes a especialistes en les zones estudiades.

<https://biocomsc.upc.edu/en/covid-19>