

ANSIEDAD EN NIÑOS Y ADOLESCENTES DURANTE EL CONFINAMIENTO EN PANDEMIA POR COVID-19.

ARTÍCULO DE REVISIÓN

RESUMEN

**William Gustavo Jaramillo
Montesdeoca, Dr.**

Médico Tratante Servicio de Emergencia del Hospital Baca Ortiz

ORCID: 0000-0002-6264-8828

**Bertha Magdalena Estrella
Cahueñas, Dr, Msc.**

Médico Investigadora Docente de la Universidad Central del Ecuador.

ORCID: 0000-0002-1444-9824

Lesly Andrea Viteri Tinoco, MD.

Médico Residente Servicio de Ginecología Hospital Carlos Andrade Marin

ORCID: 0000-0002-6367-4307

Año
2022

ISSN: 2737-6486

Introducción: Durante el confinamiento por la pandemia de la COVID-19 se reportó un aumento de trastornos psicopatológicos en adultos y niños; sin embargo, no existe una integración de las manifestaciones y las causas de ansiedad en niños y adolescentes.

Objetivo: Identificar las principales causas, signos y síntomas respecto al desarrollo de la ansiedad en niños y adolescentes durante el confinamiento, en la pandemia por la COVID-19.

Metodología: Se realizó una revisión narrativa con literatura científica sobre el desarrollo de ansiedad en niños y adolescentes durante el confinamiento por la COVID-19, obtenida en las bases de datos PubMed y Web of Science. Se emplearon los términos "Anxiety", "Child", "Adolescent", "COVID-19", "Ansiedad", "Conducta Infantil, Adolescente, Trastornos Mentales; con el apoyo de los operadores booleanos AND y OR.

Resultados: La búsqueda inicial arrojó un total de 141 referencias, 38 de las cuales se utilizaron para extraer información. La prevalencia de ansiedad relacionada con el confinamiento reportada en los estudios varió del 32% al 45%.

La irritabilidad, la percepción de falta de atención, la falta de sueño y de apetito, y la hiperactividad fueron los principales síntomas de ansiedad. El miedo a la enfermedad, el incremento en el tiempo del uso de equipos tecnológicos y redes sociales, el asilamiento por cierre de las escuelas y la falsa información estuvieron asociados a ansiedad.

Conclusiones: el confinamiento durante la pandemia produjo una alteración significativa en la salud mental con un incremento de la prevalencia de ansiedad en niños y adolescentes. Son diversas las causas que lo provo-

Palabras clave: Ansiedad, niños, adolescentes, trastornos mentales, COVID-19.

ANXIETY IN CHILDREN AND ADOLESCENTS DURING CONFINEMENT IN THE COVID-19 PANDEMIC

REVIEW ARTICLE

ABSTRACT

William Gustavo Jaramillo Montesdeoca, Dr.

Treating Physician Pediatric Department Emergency Baca Ortiz Hospital
ORCID: 0000-0002-6264-8828

Bertha Magdalena Estrella Cahueñas, Dr, Msc.

Researcher Physician, professor in central university of Ecuador
ORCID: 0000-0002-1444-9824

Lesly Andrea Viteri Tinoco, MD.

Resident Physician Gynecologist Department Carlos Andrade Marin Hospital
ORCID: 0000-0002-6367-4307

Year
2022

ISSN: 2737-6486

Introduction: During the confinement due to the COVID-19 pandemic, an increase in psychopathological disorders was reported in adults and children; however, there is no integration of the manifestations and causes of anxiety in children and adolescents.

Objective: To identify the main causes, signs, and symptoms related to the development of anxiety in children and adolescents during confinement in the COVID-19 pandemic.

Methodology: A narrative review was carried out based on scientific literature on the development of anxiety in children and adolescents in confinement by COVID-19; it was obtained from the PubMed and Web of Science databases. The terms "Anxiety", "Child", "Adolescent", "COVID-19", Anxiety, Child Behavior, Adolescent, Mental Disorders were used with the support of the Boolean operators AND and OR. Results: The initial search yielded a total of 141 references, 38 of which were used to extract information.

The prevalence of anxiety related to confinement reported in the studies ranged from 32% to 45%. Irritability, perceived inattention, lack of sleep and appetite, and hyperactivity were the main symptoms of anxiety. Fear of illness, increased use of technological equipment, and social networks, isolation due to school closures, and false information were mainly associated with anxiety.

Conclusions: confinement during the pandemic produced a significant alteration in mental health with an increase in the prevalence of anxiety in children and adolescents. There are various causes that cause it and several signs and symptoms with which it can occur.

Keywords: Anxiety, children, adolescents, mental disorders, COVID-19.

INTRODUCCIÓN

En diciembre de 2019, en Wuhan, China, se reportó el brote de una nueva enfermedad, a la cual se denominó como Covid-19, causada por un coronavirus emergente identificado como SARS-CoV-2⁽¹⁾.

Es así que el 11 de marzo de 2020, producto de la rápida expansión de esta enfermedad, la Organización Mundial de la Salud (OMS) declaró la pandemia, lo cual cambió de manera abrupta a la dinámica social del momento. Lo cierto es que el agente etiológico se propagaba fácilmente

en el ambiente y contemplaba una elevada morbimortalidad, orillando a la población a tomar diversas medidas de restricción⁽²⁾.

La suspensión de todo tipo de actividades presenciales, como el cierre de locales, la asistencia a entidades educativas y aquellas relacionadas con preparación física, a la par de la implementación del teletrabajo. Fueron medidas dirigidas a mitigar la transmisión del Covid-19 y reducir, en consecuencia, el alto índice de contagios y mortalidad

para la fecha mencionada en meses subsecuentes. La suspensión de actividades escolares afectó, aproximadamente, a 140 mil millones de niños y jóvenes en todo el mundo⁽³⁾. A la par, tanto el confinamiento domiciliario como la restricción de libre movilidad, produjeron paralización económica y social, consideradas causas fundamentales del cambio radical en la cotidianidad de la gente, lo que desencadenó alteraciones conductuales y psicosociales en la población⁽⁴⁾.

Estas alteraciones sumadas al miedo a infectarse, el aburrimiento, la frustración, el cambio de rutinas, problemas previos de salud mental, se convirtieron en variables implicadas en el impacto psicológico en torno a la pandemia⁽⁵⁾. Se puso en evidencia que la ansiedad, preocupación y el miedo que se desarrolla en situaciones de estrés psicológico elevado o amenazas externas impredecibles que no pueden ser controladas provocaron daños severos en la salud mental de las personas⁽⁶⁾.

Con estos antecedentes llama la atención que en la actualidad no existan datos precisos sobre el impacto psicológico de la infección por COVID-19 en población general; sin embargo, ciertas publicaciones hacen referencia al estado psicológico en la población pediátrica y adolescente durante el confinamiento por COVID-19, síntomas psiquiátricos como ansiedad (28.8%), depresión (16.5%) y estrés (8.1%), alarman la condición psicológica en este grupo etario^(4,7). Se evidencia un considerable aumento de casos relacionados con trastornos de ansiedad en el periodo de la infancia y adolescencia, teniendo la edad como un factor determinante al momento de valorar la presentación clínica⁽⁸⁾.

La paralización de actividades económicas, el cierre de centros educativos, pérdidas de hábitos y rutinas, así como algún tipo de comorbilidad preexistente junto con la instauración de hábitos poco saludables como patrones de sueño irregulares, sedentarismo y mayor uso de pantallas se consideran factores que agravan la sintomatología asociada con estrés y ansiedad en adolescentes^(9,10).

Estos hallazgos afectan a varios países a nivel mundial y Ecuador no es la excepción, de acuerdo con una investigación⁽¹¹⁾ cualitativa realizada en 102 participantes durante el periodo de pandemia por COVID-19, se analizaron tres categorías sobre la autopercepción del impacto emocional causado por la pandemia: frustración, incertidumbre y tristeza; demostrándose que esta sintomatología se encuentra asociada a la difusión alarmante de la información, la crisis económica, las restricciones sociales, la amenaza de ser contagiados y los repentinos cambios en el estilo de vida de las personas.

Un estudio cuantitativo⁽¹²⁾, descriptivo, transversal publicado por la Universidad del Azuay en Ecuador, con una muestra de 240 participantes en edades comprendidas entre 8 y 15 años que se encontraban confinados en sus hogares durante la pandemia por COVID-19, determinó que el 61.7% de la población de estudio presentó puntuaciones elevadas de ansiedad, 45% fobia social y 42.5% problemas obsesivos compulsivos, mencionando además que el 27.8% de los menores requirieron intervenciones médicas inmediatas.

A pesar de que estudios nacionales presentan datos importantes sobre este tema, no existe una integración de las manifestaciones clínicas, signos, y síntomas de ansiedad en niños y adolescentes durante el confinamiento por la pandemia de COVID-19, por lo que es necesario, integrar la información disponible para dar una aproximación de diagnóstico oportuno y la prevención de la ansiedad en niños y adolescentes en periodos de confinamiento.

De esta manera surge la necesidad de realizar una revisión bibliográfica actualizada para identificar las principales causas relacionadas con el desarrollo de la ansiedad en niños y adolescentes durante el confinamiento en la pandemia por la COVID-19, y determinar los signos y síntomas tempranos de este trastorno psiquiátrico, ayudándonos como punto de partida para futuras estrategias en la , la prevención, detección precoz y tratamiento oportuno.

METODOLOGÍA

El protocolo de la presente revisión está disponible en:

https://repositorio.uce.edu.ec/archivos/mrpallasco/Protocolos-estudiantes_BE/PRISMA_ANSIEDAD_EN_NI%C3%91OS_L_CONFINAMIENTO__POR_COVID19-GUSTAVO_JARAMILLO.pdf

La revisión incluyó la búsqueda de información disponible en las bases de datos PubMed y Web of Science, publicada entre el 2020 al 2022 , años correspondientes a la pandemia por COVID-19.

Para efectos de delimitación, se utilizaron términos MeSH y DeCS. En el primer caso: "Anxiety", "Child", "Adolescent", "COVID-19"; mientras que para el segundo: Ansiedad, Conducta Infantil, Adolescente, Trastornos Mentales. En ambos casos, se incluyó operadores booleanos como "AND" y "OR" a fin de que la recopilación de información sea la mejor posible y disponible para los fines propuestos. Por lo tanto, se consideraron documentos científicos que incluyeron investigaciones sistemáticas y narrativas, metaanálisis, ensayos descriptivos y analíticos con datos relevantes acerca de causas y síntomas de la ansiedad

en niños y adolescentes, al igual que publicaciones de texto completo, con acceso libre y gratuito, sin restricción alguna respecto a variables sociodemográficas de sexo, etnia y edad.

La única condición para los últimos descritos era la temporalidad establecida. Se excluyeron aquellos documentos científicos que presentaron conflictos de interés, al igual

que artículos sin metodología clara o con resultados inconsistentes que no eran reproducibles en la práctica clínica. Ante lo expuesto, la data recopilada y que cumplió con los criterios de inclusión mencionados, se almacenó en una base de citación bibliográfica (Mendeley V.19.14) para su posterior revisión, sistematización y extracción de información relevante, lo cual permitió la elaboración del presente artículo científico.

RESULTADOS

De un total de 149 (100%) artículos seleccionados, 63 (42.2%) fueron excluidos por no cumplir con los criterios de elegibilidad. Luego, del 57.8% restante, correspondiente a 86 artículos, se descartó a 48 (32.2%), por no

ajustarse a la pauta de inclusión, quedando 38 (25.6%) disponibles para revisión narrativa como se evidencia en la Figura 1.

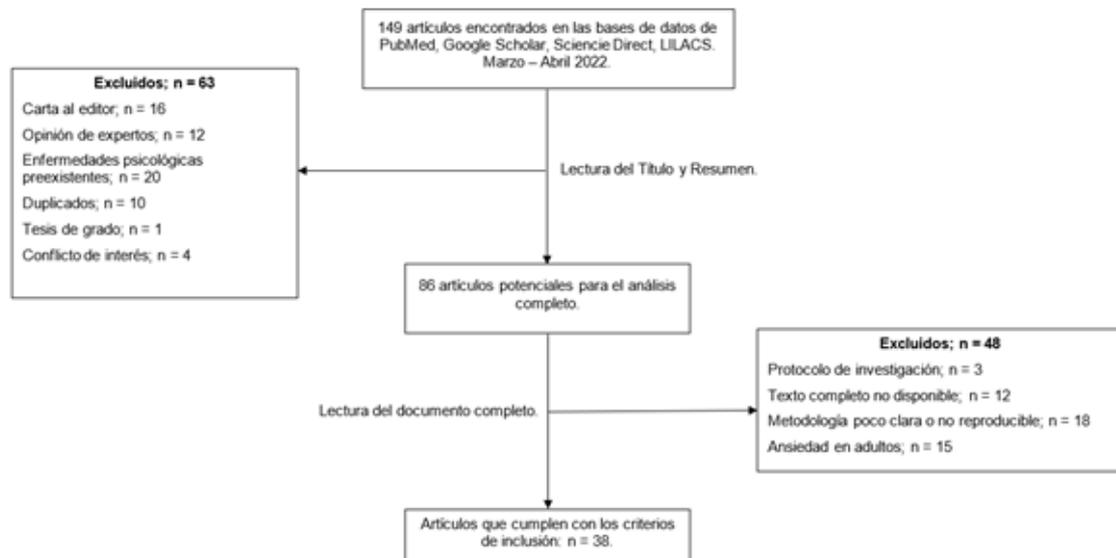


Figura 1. Flujograma del proceso de selección bibliográfica incluida en la revisión teórica.

De los 38 (100%) artículos seleccionados, el 78% (n=30) corresponden a revisiones sistemáticas (5,8,15,20,22,23,24,31,35,38), ensayos analíticos prospectivos (1,23,9,10,11,12,14,16,21,26,28,32,33,36,37), metaanálisis (17,18,30,34), mientras que el 20% correspondió a estudios retrospectivos (n=8) (4,6,7,13,19,25,27,29).

El confinamiento en relación con ansiedad en niños y adolescentes durante la pandemia por COVID-19.

Al comparar a la población confinada, con la que no estuvo en aquellas condiciones, se evidencia que el primer grupo no solamente muestra alteración en el estado de salud mental, sino también desarrollo de síntomas característicos de ansiedad y depresión, con importante afectación

afectación al descanso, al rendimiento y efectividad al momento de realizar alguna actividad, y al manejo de relaciones interpersonales con respecto al segundo grupo (26,28,29,37).

En el año 2021, con una muestra de 1028 niños y adolescentes, se estableció que el 68% de ellos exhibieron altas puntuaciones de ansiedad; a su vez, el 40% tuvo puntuaciones medias con afectación a la calidad del sueño; y, el 67% tenía dificultades para ejecutar las funciones que ya realizaban antes del confinamiento. A la par, se determinó que los problemas más comunes bajo dichas condiciones fueron irritabilidad, falta de atención, de sueño, de apetito e hiperactividad (26). Sin embargo, quienes tuvieron conversaciones con sus padres, sobre Covid-19 y sus efectos,

Prevalencia de la ansiedad en niños y adolescentes durante el confinamiento por COVID-19.

Durante el inicio de la pandemia los primeros estudios demostraron una alta prevalencia de ansiedad en la población pediátrica que fue disminuyendo conforme al avance de datos epidemiológicos; sin embargo, las cifras se duplicaron respecto a estudios previos a la pandemia por la COVID-19. Las primeras cifras se reflejaban entre un 32% a un 45%, este alto porcentaje coincidió con la falta de información acerca de la nueva enfermedad, alta mortalidad y el desconocimiento para reducir el riesgo de contagio^(16,17).

Por otro lado, gracias al avance en el estudio epidemiológico de la COVID-19 y el desarrollo de protocolos de cuidados eficaces, se reflejó una disminución en el reporte de casos de ansiedad. Así, conforme avanzaba el confinamiento, varios estudios determinaron que entre un 20% a 25% la prevalencia de ansiedad en niños y adolescentes, esto asociado a la falta de comunicación entre padres e hijos y sobre todo al miedo por el alto índice de contagio de esta enfermedad desconocida para todos hasta ese momento^{(13),(14)}. Sin embargo, para el año 2021 estos valores se habrían duplicado y seguían siendo altos en comparación con las cifras que existían antes⁽¹⁸⁾.

Se evidenció dificultades para medir valores reales de los problemas de salud mental en la población mundial ocasionada por los comportamientos globales y de percepción de la COVID-19, entre los principales: por ejemplo; los ingresos económicos del país de residencia se asociaron de manera significativa ($p=0.000$) con la aparición de ansiedad en niños y adolescentes. De esta manera en países desarrollados los valores oscilaban entre el 1.2% y 11.5%, mientras que en países con bajos ingresos económicos incrementaba de un 25% a un 46.3%⁽²⁰⁾. Sin embargo los estudios nos demuestran que estas cifras pueden disminuir de manera significativa si se realizan intervenciones urgentes y esfuerzos de recuperación destinados a mejorar el bienestar de este grupo poblacional⁽¹⁹⁾.

Características demográficas asociadas a problemas de ansiedad en niños y adolescentes durante el confinamiento por COVID-19.

Según los estudios incluidos en esta revisión bibliográfica, la edad y el género se consideraron causas predisponentes para desarrollar ansiedad.

La pandemia nos ha mostrado que la falta de madurez mental de este grupo poblacional, los coloca como personas vulnerables para sufrir problemas psicológicos como: depresión, ansiedad, irritabilidad, pánico agudo y paranoia con mayor facilidad que las personas adultas maduras con criterio ya formado.^(21,23,24)

La pre adolescencia y la adolescencia son consideradas como etapas cruciales para desarrollar problemas de salud mental, estos grupos etarios durante la pandemia de COVID-19, reflejaron un incremento en los niveles de ansiedad, falta de sueño, alteraciones alimenticias, de conducta, hipercinéticos y autolesiones^(13,16,21,25,30).

Las alteraciones en la salud mental en la adolescencia presentadas durante el confinamiento pueden ser explicadas, por la labilidad emocional de esta edad, producto del desajuste hormonal que se experimenta durante esta etapa del desarrollo junto a una baja capacidad de control y gestión de pensamientos, emociones y acciones que pueden permanecer hasta edades adultas tempranas^{(13),(27)}. Además, se suma el aumento a la sensibilidad social por diversas causas entre ellas el miedo a infectarse, la importancia del compañerismo y la preocupación de que amigos cercanos o familiares se encuentren enfermos o que sufran repercusiones graves debido a la enfermedad incluso el miedo a la muerte^(21,25).

Finalmente, el confinamiento provocó una limitación en la vida social de los jóvenes, lo que originó conflictos, rechazos y estrés interpersonal⁽³⁰⁾. En cambio, los niños presentaron menores niveles de ansiedad, esta diferencia se relaciona a la interacción con el seno familiar, pues los niños al estar con sus padres encerrados se sintieron más seguros, más protegidos y menos ansiosos⁽²⁶⁾.

Varios estudios evidenciaron que el género femenino sufrió un mayor impacto negativo en su salud mental durante el confinamiento por la pandemia de COVID-19, mostrando una elevada incidencia de trastornos psicológicos y sociales, síntomas superiores de ansiedad y depresión, mala calidad del sueño e ideas suicidas en comparación con el género masculino^(16,19,21,27,29,31,32).

No obstante, diversas investigaciones publicadas durante el período de encierro por la pandemia de COVID-19 han podido demostrar que los niños y adolescentes de género masculino han presentado una disminución en su rendimiento para la ejecución de actividades que solían hacer antes del confinamiento, como realizar tareas académicas, practicar algún deporte, hobbies y hacer el oficio encomendado en el hogar^(14,26,33).

Principales causas de ansiedad en niños y adolescentes durante el confinamiento por COVID-19.

La ansiedad puede deberse a varias causas que incluyen varios aspectos relacionados con las características sociodemográficas, el lugar de residencia, el cierre de escuelas, el conocimiento y manejo de la información sobre COVID-19, el tiempo de pantalla sobre todo con celulares, la violencia doméstica y las condiciones económicas^(7,26,34). Incluso la frecuencia del uso de la mascarilla

y el tiempo dedicado a realizar actividad física⁽³⁵⁾, fueron causas consideradas al momento de evaluar la salud mental y el desarrollo de la ansiedad⁽²⁸⁾.

Factores sociales.

Los estudios^(13,14,25,28) incluidos en esta investigación concuerdan que los niveles de ansiedad en niños y adolescentes, durante el confinamiento por la pandemia de COVID-19, se elevaron de una manera considerable debido a diversos cofactores sociales; por ejemplo, en los niños el miedo a que un miembro del núcleo familiar se contagie y en los adolescentes la fobia social. En general la falta de conocimiento sobre las respuestas protectoras y terapéuticas al principio del confinamiento y la mala información generada por redes sociales y ciertos medios de comunicación respecto al número real de casos confirmados, número de muertes, además sobre la situación epidemiológica real, estuvieron relacionadas con el apareamiento de ansiedad.

Un parámetro importante para el desarrollo de la ansiedad⁽²⁵⁾, fue la discriminación que sufrieron los menores que presentaban síntomas respiratorios, y más aún quienes fueron diagnosticados con la enfermedad. La generación de rumores sobre los orígenes y propagación del COVID-19 empeoraron la fobia social y contribuyeron al desarrollo de los diferentes trastornos mentales, como la ansiedad, la depresión y los sentimientos de impotencia. El tener un familiar^(4,29) o un amigo infectado⁽²⁵⁾, así como el temor a ser contagiados y presentar síntomas de la que puedan derivar en complicaciones, hospitalizaciones o incluso en la muerte, fueron causas asociadas significativamente con los aumentos en los niveles de ansiedad.

La importancia de sentirse conectado, en términos sociales, es vital para el normal desarrollo de los adolescentes, el no poder ver a sus amigos y compartir con ellos es una de las principales causas del incremento de los niveles de ansiedad en este grupo. Además, los niños y adolescentes que se quedaron solos en casa presentaron niveles más altos de depresión y ansiedad, que aquellos que podían compartir con sus padres, parientes o amigos; sin embargo, una mala comunicación dentro del núcleo familiar, durante el confinamiento, condujo a una disminución de la satisfacción con la vida y a un incremento de problemas de salud mental⁽²⁷⁾.

Tiempo de pantalla y redes sociales.

De acuerdo con el análisis de los estudios incluidos en esta investigación, el uso de equipos tecnológicos y, sobre todo, el tiempo de permanencia del niño o adolescente en pantalla, provocó un aumento en los niveles de ansiedad. En Estados Unidos, los niños y adolescentes presentaron una mayor dependencia al uso de tecnologías durante el

confinamiento por la pandemia de COVID-19, que evidencian el uso desmedido de internet su contenido y sobre todo redes sociales en relación al incremento de los niveles de ansiedad y depresión en niños y adolescentes⁽³⁶⁾. Además, se reporta que un incremento en el tiempo de uso de dispositivos electrónicos, sumado a la falta de contacto con los compañeros de escuela o colegio por las circunstancias en contexto de pandemia, produjo problemas de conciliación del sueño, dificultad para concentrarse, ansiedad y problemas de aprendizaje⁽²⁶⁾.

Así mismo, en una población de 3613 estudiantes se determinó que existe una correlación importante, entre los síntomas depresivos clínicos y la adicción a teléfonos inteligentes, por su fácil acceso y navegación por internet, contribuye negativamente a la predisposición de como niños y adolescentes a afrontar y entender el problema del confinamiento.

También se pudo evidenciar que el tiempo desmedido en línea en internet sin vigilancia de adultos es un factor de riesgo para desarrollar problemas de adicción y ansiedad⁽²⁵⁾.

Igualmente el exceso de tiempo en redes sociales y juegos en línea se asoció a alteraciones psicológicas graves como comportamiento autodestructivo especialmente en adolescentes⁽³³⁾.

El incremento en el uso de aparatos electrónicos puede llevar al apareamiento de problemas mentales y de conducta que causan un rendimiento escolar deficiente, una disminución en la interacción social en la vida real, descuido del aspecto personal y alteración del estado de ánimo⁽¹⁵⁾.

Cierre de escuelas.

En relación con el cierre de escuelas, se ha demostrado^(25,26,37) que esta condición, es tomada en cuenta como riesgo debido a que está asociado de manera significativa para la aparición de ansiedad y soledad en niños y jóvenes.

El miedo a ser infectados, el aburrimiento, la ausencia de interacción social, el no estar en contacto con compañeros y profesores son factores preponderantes para que los jóvenes se estresen y desarrollen ansiedad o depresión. Todos estos cambios en los estilos de vida de las personas empeoran significativamente el estado de salud mental en este grupo poblacional^(27,37).

Información falsa.

El exceso de información proveniente de redes sociales y noticieros, mucha de esta de dudosa fuente científica provocó una elevación en los niveles de ansiedad en niños y adolescentes.

Este fenómeno principalmente se produce cuando se utiliza información de fuentes sin verificar difundidas en televisión y redes sociales⁽³⁷⁾. Estas últimas han sido consideradas como el medio para que se dé lugar a la “infodemia”, sitio propicio donde se originan todo tipo de conspiraciones y teorías absurdas sobre esta enfermedad, lo que podría conllevar a que se produzca un estigma sostenido a largo plazo, con estrés, ansiedad y una gran cantidad de problemas para la salud mental⁽²⁴⁾.

Detección oportuna de ansiedad en niños y adolescentes durante el confinamiento por COVID-19.

Para realizar una detección oportuna sobre el impacto en la salud mental provocada por confinamiento es necesario una evaluación de perfiles psicopatológicos previos. Un estudio realizado en Reino Unido⁽³²⁾ en 904 adolescentes con ansiedad y depresión, reportó 4 tipos de perfiles psicopatológicos, uno con síntomas leves (60%), otro con síntomas severos (23%), un tercero con adicción a sustancias (12.3%) finalmente un perfil con desregulación emocional (4.8%), y demostró que los adolescentes que tuvieron un perfil psicopatológico de desregulación emocional o sintomatología severa presentaron mayores niveles de estrés, conflictos interpersonales y soledad, además de un mayor apego hacia hábitos tóxicos como consumo de alcohol, cigarrillo y otros tipos de drogas durante el periodo de confinamiento.

Para poder establecer los niveles de ansiedad en niños y adolescentes se aplicaron distintos cuestionarios como la escala de ansiedad infantil de Spence, el Inventario de depresión infantil y la Escala del estilo de afrontamiento, de esta forma se estableció la existencia de niveles de ansiedad y síntomas asociados con depresión en este grupo poblacional⁽²⁵⁾.

Durante el año 2021 en medio del confinamiento por la COVID-19 se aplicó a niños y adolescentes un cuestionario en línea diseñado por Lavigne et al. con la finalidad de evaluar las consecuencias del confinamiento en relación a la ansiedad, rutinas del sueño y actividades mentales complejas denominadas funciones ejecutivas que hacen mención del procesamiento cognitivo, el resultado de dicho cuestionario encontró una correlación positiva entre

la ansiedad y alteraciones del sueño. Además, demostró la existencia de diferencias significativas en las funciones ejecutivas entre hombres y mujeres en relación a este trastorno mental ($p=0.001$).

Estrategias de manejo de ansiedad en niños y adolescentes durante el confinamiento.

Las instituciones educativas de todo el mundo cumplen un rol importante en relación al manejo de ansiedad en niños y adolescentes durante la pandemia por COVID-19 pues se ha demostrado que las rutinas académicas presenciales son un mecanismo indispensable que permite afrontar síntomas relacionados con la ansiedad en este grupo etario, además a pesar de fomentarse metodologías de enseñanza tipo aula invertida no se ha demostrado que esta modalidad de aprendizaje mejore la salud mental en esta población⁽¹⁹⁾.

Es importante entender que la pandemia por COVID-19 cambió la vida de millones de niños y adolescentes alrededor de todo el mundo, por lo que son necesarias diferentes estrategias que permitan mitigar el impacto psicológico negativo que se presentó debido al confinamiento⁽¹⁸⁾. Es recomendable que quienes presentan síntomas de ansiedad reciban un seguimiento psicopedagógico durante y después de que haya concluido la pandemia. De ahí la necesidad de desarrollar programas socioeducativos y de salud pública enfocados a mejorar la salud mental infantil y juvenil^(19,26).

Los gobiernos y autoridades seccionales deben proporcionar información sanitaria adecuada y precisa a sus ciudadanos, obtenida de fuentes de información científica, pues se ha demostrado que oficialización de datos veraces reducen en gran medida los niveles de ansiedad, estrés y depresión⁽⁴⁾.

Finalmente la difusión y libre acceso a información científica durante la pandemia por COVID-19, tanto a niños, adolescentes y a sus padres es importante pues permite desarrollar estrategias adecuadas desde el núcleo familiar que permitan hacer frente a la adversidad provocada en el confinamiento y garantizan de esta manera el desarrollo saludable de niños y adolescentes⁽³⁸⁾.

DISCUSIÓN

La evidencia científica disponible hasta la actualidad, señala que los síntomas relacionados con ansiedad y depresión como irritabilidad, aburrimiento, falta de atención y el miedo a la infección por COVID-19 son problemas de la salud mental, que se están encontrando comúnmente en niños y adolescentes, durante la pandemia^(6,10,25,34).

La prevalencia de ansiedad en niños y adolescentes durante el confinamiento por la COVID-19 es elevada, alcanzando valores en rangos del 21 al 43%, en términos generales^(13,14,18,25,28). Los diferentes comportamientos globales y la percepción de esta patología han dificultado tener datos exactos acerca de la prevalencia de la

ansiedad en la población en general y aún más en niños y adolescentes. Parámetros sociodemográficos como la edad, género y país de procedencia de la población de estudio se asocian a los distintos niveles de ansiedad encontrados ^(13,16,20,21,25,30).

El género femenino en los adolescentes ha sido el más afectado por presentar niveles más altos de ansiedad en comparación a los hombres ^(16,19,21,27,28,30,32). Sin embargo, unos cuantos autores ^(4,14,26) difieren de lo mencionado ya que han podido demostrar que los problemas de ansiedad, se presentan de igual manera en hombres como mujeres y que el género no es un factor de riesgo para el desarrollo de esta enfermedad. Los niños presentan menores niveles de ansiedad respecto a los adolescentes y esto por el apego hacia el núcleo familiar y la sensación de seguridad al permanecer junto a su familia durante el confinamiento ^(13,16,21,25,31).

Así, una investigación española ⁽²⁶⁾, demostró que los niños también suelen presentar problemas de ansiedad pero relacionados con el apego a sus padres. La falta de apego ha sido la principal causa para que haya un aumento en las cifras de niños que acuden a los servicios médicos por problemas psicológicos ⁽²¹⁾.

Diversas son las causas asociadas a la ansiedad durante la pandemia de COVID-19 entre estas la desinformación, el tiempo de pantalla y redes sociales, la violencia doméstica, el cierre de escuelas ^(7,19,26,34). Sin embargo, el temor a secuelas físicas, la fobia social y la discriminación también fueron consideradas causas ^(13,14,25,27,28).

Las fuentes dudosas de información y en cantidades excesivas ⁽³⁷⁾, han sido consideradas como un factor de riesgo, que aumenta de manera significativa los niveles de ansiedad y depresión. Los jóvenes que tuvieron fuentes de información adecuadas sobre la pandemia por la COVID-19, tenían menor probabilidad de experimentar ansiedad, esto se lo ha relacionado, al temor a lo des-

conocido como un factor para presentar niveles altos de ansiedad ⁽²⁸⁾.

Por una parte el confinamiento fue definido como una época de angustia, con elevación de los niveles de ansiedad y depresión, en niños y sobre todo en adolescentes, mostrando un deterioro en el descanso, en las relaciones y en la efectividad para realizar diferentes tareas en específico ^(26,28,29,37). Por otra parte, algo positivo de la cuarentena domiciliar fue compartir mayor tiempo en familia y poder mantener conversaciones con sus padres y un aumento en la calidad de atención recibida ⁽¹³⁾.

Identificar de manera regular el estado de salud mental, previo a cualquier periodo de estrés psicológico como por ejemplo un confinamiento o una pandemia es de utilidad para una pronta detección de ansiedad. La evidencia demuestra que ciertos perfiles psicopatológicos presentan mayores niveles de trastornos mentales y ansiedad ^(25,26,32).

Ante la sospecha de síntomas de ansiedad en niños y adolescentes se recomienda de manera urgente un manejo y seguimiento psicológico y psicopedagógico ^(18,19,26). Se deben emitir políticas socioeducativas y de salud pública por parte de gobiernos centrales con la finalidad de promover diferentes estrategias y programas que ayuden a prevenir o a tratar los problemas psicológicos como la ansiedad ^(4,16,24,28). En casa toma importancia las conversaciones entre hijos y sus padres mediante una comunicación abierta que sirva de ayuda para enfrentar los problemas de salud mental que se puedan presentar y aún más en este contexto de pandemia ⁽¹³⁾.

El núcleo familiar toma protagonismo mediante una comunicación adecuada entre padres e hijos como una buena forma de reducir el impacto del confinamiento pues los niños que compartían mayor tiempo con sus familiares presentaban menores niveles de ansiedad frente a los que no compartían tiempo en familia ^(19,22).

CONCLUSIÓN

El confinamiento durante la pandemia produjo una alteración significativa en la salud mental de niños y adolescentes con un incremento de la prevalencia de ansiedad en este grupo poblacional. Son diversas las causas que lo provocan y varios los signos y síntomas con lo que puede presentarse. Así surge la necesidad de una evaluación regular del estado mental de niños y adolescentes al ser un grupo vulnerable a desarrollar trastornos mentales, con el objetivo de realizar una detección precoz de algún perfil psicopatológico que predisponga el fácil desarrollo de ansiedad.

Gobiernos e instituciones educativas deben desarrollar estrategias efectivas que garanticen la presencialidad en actividades académicas, además un seguimiento psicológico y psicopedagógico junto al desarrollo de programas socioeducativos y de salud pública enfocados en prevenir, mejorar o tratar la ansiedad infantil y juvenil.

Finalmente, el libre acceso del núcleo familiar a información científica es útil para disminuir los trastornos de ansiedad durante un confinamiento por pandemia.

CONTRIBUCIÓN DE LOS AUTORES

Gustavo Jaramillo: Elaboró y diseñó el estudio, realizó la recolección de información, análisis e interpretación de datos, así como la redacción del manuscrito.

Bertha Estrella: Supervisó el trabajo, contribuyó con el texto y revisó el manuscrito.

Andrea Viteri: realizó recolección de información, colaboró con el análisis y la interpretación de datos.

DISPONIBILIDAD DE DATOS Y MATERIALES

Toda la información incluida en este estudio estuvo disponible bajo solicitud al autor mediante correspondencia.

FINANCIAMIENTO

No existió ningún tipo de financiamiento institucional interno ni externo; todos los costos fueron asumidos por el autor

CONFLICTOS DE INTERÉS

Los autores declaran que no tienen ningún conflicto de interés.

CORRESPONDENCIA

jaramedicoes@gmail.com

editor@revistafecim.org

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Vilelas JM da S. The new coronavirus and the risk to children's health [Internet]. Vol. 28, Revista Latino-Americana de Enfermagem. 2020. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32321000/>
- Díaz Colina JA, Interian Morales M, López Hernández, Cristina I, Yanes Morales CD, Peregrín Baquero D. Aspectos clínico-epidemiológicos en 36 niños cubanos con COVID-19 [Internet]. Vol. 92, Revista Cubana de Pediatría. 2020. Available from: <http://revpediatria.sld.cu/index.php/ped/article/view/1261/645>
- Cluver L, Lachman J, Sherr L, Wessels I, Krug E, Rakotomalala S. Parenting in a time of COVID-19 | Elsevier Enhanced Reader. Lancet [Internet]. 2020;395. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32220657/>
- Wang C, Pan R, Wan X, Tan Y, Xu L, Ho C, et al. Immediate Psychological Responses and Associated Factors during the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China. Int J Environ Res Public Health [Internet]. 2020;17. Available from: <https://www.mdpi.com/1660-4601/17/5/1729>
- Abad A. COVID-19: O factor psicológico. Integr Académica en Psicol [Internet]. 2020;10. Available from: <https://integracion-academica.org/36-volumen-8-numero-23-mayo-agosto-2020/271-covid-19-o-fator-psicologico>
- Sandín B, Valiente R, García J, Chorot P. Impacto psicológico de la pandemia de COVID-19: Efectos negativos y positivos en población española asociados al periodo de confinamiento nacional. J Psychopathol Clin Psychol [Internet]. 2020;25. Available from: [file:///C:/Users/EQUIPO/Downloads/27569-Texto del artículo-62041-1-10-20200525.pdf](file:///C:/Users/EQUIPO/Downloads/27569-Texto%20del%20articulo-62041-1-10-20200525.pdf)
- Li S, Wang Y, Xue J, Zhao N, Zhu T. The impact of COVID-19 epidemic declaration on psychological consequences: a study on active weibo users. Env Res Public Heal. 2020;
- Sánchez P. Ansiedad y depresión en niños y adolescentes. Adolescere [Internet]. 2020;8. Available from: [https://www.adolescenciasema.org/ficheros/REVISTA ADOLESCERE/vol8num1-2020/2 Tema de revision - Ansiedad y depresion en ninos y adolescentes.pdf](https://www.adolescenciasema.org/ficheros/REVISTA%20ADOLESCERE/vol8num1-2020/2%20Tema%20de%20revisi%C3%B3n%20-%20Ansiedad%20y%20depresi%C3%B3n%20en%20ni%C3%B1os%20y%20adolescentes.pdf)

9. Balluerka N, Gómez J, Hidalgo M, Gorostiaga A, Espada J, Padilla J. Las consecuencias psicológicas de la COVID-19 y el confinamiento. *Adolescere* [Internet]. 2020;1. Available from: https://www.ub.edu/web/ub/ca/menu_eines/noticies/docs/Consecuencias_psicologicas_COVID-19.pdf
10. Zamora R. Distanciamiento, aislamiento social, confinamiento, cuarentena: ¿Qué consecuencias pueden generar? *REVAGOG* [Internet]. 2020;93. Available from: <https://www.analesdepediatria.org/es-covid-19-cuarentena-aislamiento-distanciamiento-social-articulo-S1695403320301776>
11. Gil-Fortoul D. Impacto psicológico de la pandemia: análisis temático de experiencias emocionales en Ecuador. *CienciaAmérica* [Internet]. 2021;10. Available from: <http://cienciaamerica.uti.edu.ec/openjournal/index.php/uti/article/view/362/718>
12. Gómez I, Sánchez P, Fernández M, Fluja J. Evolución del estado psicológico y el miedo en la infancia y adolescencia durante el confinamiento por la COVID-19. *Rev Psicol Clínica con Niños y Adolesc* [Internet]. 2020;7. Available from: https://www.revistapcna.com/sites/default/files/004_0.pdf
13. Tang S, Xiang M, Cheung T, Xiang Y-T. Mental health and its correlates among children and adolescents during COVID-19 school closure: The importance of parent-child discussion. *J Affect Disord* [Internet]. 2021;279. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0165032720328603?via%3Dihub>
14. Wenjun C, Ziwei F, Gouqiang H, Mei H, Xinrong X, Jiabin D, et al. The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Res* [Internet]. 2020;287. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0165178120305400?via%3Dihub>
15. Jones E, Miltra A, Bhuiyan A. Impact of COVID-19 on Mental Health in Adolescents: A Systematic Review. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. 2021;18. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7967607/>
16. Zhou S, Zhang L, Wang L, Guo Z, Wang J, Chen J, et al. Prevalence and socio-demographic correlates of psychological health problems in Chinese adolescents during the outbreak of COVID-19. *Eur Child Adolesc Psychiatry* [Internet]. 2020;29. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7196181/>
17. Wu T, Jia X, Shi H, Niu J, Yin X, Wang X. Prevalence of mental health problems during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *J Affect Disord* [Internet]. 2021;281. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0165032720330512?via%3Dihub>
18. Racine N, McArthur B, Cooke J. Global Prevalence of Depressive and Anxiety Symptoms in Children and Adolescents During COVID-19. *Jama Pediatr* [Internet]. 2021;175. Available from: <https://jamanetwork.com/journals/jamapediatrics/fullarticle/2782796>
19. Yan L, Song Y, Xiaoran H, Jin Z, Zifan W, JianLi W, et al. Associations between feelings/behaviors during COVID-19 pandemic lockdown and depression/anxiety after lockdown in a sample of Chinese children and adolescents. *J Affect Disord* [Internet]. 2021;284. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0165032721001087?via%3Dihub>
20. Lakhan R, Agrawal A, Sharma M. Prevalence of Depression, Anxiety, and Stress during COVID-19 Pandemic. *J Neurosci Rural Pract* [Internet]. 2020;4. Available from: <https://www.thieme-connect.com/products/ejournals/html/10.1055/s-0040-1716442#N10E6E>
21. Rodríguez C, Iris D, Salas Y. Perfil clínico y epidemiológico de población infantil con manifestaciones psiquiátricas durante la pandemia de COVID-19. *Rev Cubana Pediatr* [Internet]. 2021;93. Available from: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/es/biblio-1251744>
22. Loades M, Chatburn E, Higson N, Reynolds S, Shafran R, Brigden A, et al. Rapid Systematic Review: The Impact of Social Isolation and Loneliness on the Mental Health of Children and Adolescents in the Context of COVID-19. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry* [Internet]. 2020;59. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7267797/>
23. Miranda D, Athanasio B, Sena A, Simoes A. How is COVID-19 pandemic impacting mental health of children and adolescents? *Int J Disaster Risk Reduct* [Internet]. 2020;51. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2212420920313479#>
24. Dubey S, Biswas P, Ghosh R, Chatterjee S, Lahiri D, Lavie C. Psychosocial impact of COVID-19. *Diabetes Metab Syndr Clin Res Rev* [Internet]. 2020;14. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1871402120301545?via%3Dihub#>
25. Li D, Shao X, Wang Y, Huang Y, Miao J, Yang X, et al. An investigation of mental health status of children and adolescents in china during the outbreak of COVID-19. *J Affect Disord* [Internet]. 2020;275. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32658812/>
26. Lavigne R, Costa B, Juárez R, Real M, Sánchez M, Navarro I. Consequences of COVID-19 Confinement on Anxiety, Sleep and Executive Functions of Children and Adolescents in Spain. *Front Psychiatry* [Internet]. 2021; Available from: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2021.565516/full>
27. Magson N, Freeman J, Rapee R, Richardson C, Oar E, Fardouly J. Risk and Protective Factors for Prospective Changes in Adolescent Mental Health during the COVID-19 Pandemic. *J Youth Adolesc* [Internet]. 2021;50. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33108542/>
28. Qin Z, Lei S, Yaqing X, Lin H, Zhang J, Liang P, et al. Prevalence and Risk Factors Associated With Self-reported Psychological Distress Among Children and Adolescents During the COVID-19 Pandemic in China. *Jama Networks Open* [Internet]. 2021;4. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7838937/>
29. Tee M, Tee C, Anlacan J, Joy K, Wincy P, Kuruchittham V, et al. Psychological impact of COVID-19 pandemic in the Philippines. *J Affect Disord* [Internet]. 2020;277. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0165032720326495?via%3Dihub>

30. Lu M, Mohsen M, Ke L, Yixuan L, Shiqi C, Kirwan R, et al. Prevalence of mental health problems among children and adolescents during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *J Affect Disord* [Internet]. 2021;293. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0165032721006078?via%3Dihub>
31. Nearchou F, Flinn C, Niland R, Siva S, Hennessy E. Exploring the impact of COVID-19 on mental health outcomes in children and adolescents: A systematic review. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. 2021;253. Available from: <https://www.mdpi.com/1660-4601/17/22/8479>
32. Essau C, de la Torre A. Adolescent psychopathological profiles and the outcome of the COVID-19 pandemic: Longitudinal findings from the UK Millennium Cohort Study. *Prog Neuro-Psychopharmacology Biol Psychiatry* [Internet]. 2021;110. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0278584621000890?via%3Dihub>
33. Muzi S, Sansó A, Serena C. What's Happened to Italian Adolescents During the COVID-19 Pandemic? A Preliminary Study on Symptoms, Problematic Social Media Usage, and Attachment: Relationships and Differences With Pre-pandemic Peers. *Front Psychiatry* [Internet]. 2021;12. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8110826/>
34. Prateek K, Gupta J, Roy S, Kumar R, Kumar A, Madaan P, et al. Psychological and Behavioral Impact of Lockdown and Quarantine Measures for COVID-19 Pandemic on Children, Adolescents and Caregivers: A Systematic Review and Meta-Analysis. *J Trop Pediatr* [Internet]. 2021;67. Available from: <https://academic.oup.com/tropej/article/67/1/fmaa122/6053725?login=false>
35. Okuyama J, Seto S, Fukunda Y, Funakoshi S, Amae S, Onobe J, et al. Mental Health and Physical Activity among Children and Adolescents during the COVID-19 Pandemic. *Tohoku J Exp Med* [Internet]. 2021;253. Available from: https://www.jstage.jst.go.jp/article/tjem/253/3/253_203/_pdf/-char/en
36. Drouin M, McDaniel B, Pater J, Toscos T. How Parents and Their Children Used Social Media and Technology at the Beginning of the COVID-19 Pandemic and Associations with Anxiety. *Cyberpsychology Behav Soc Netw* [Internet]. 2020;23. Available from: <https://www.liebertpub.com/doi/full/10.1089/cyber.2020.0284>
37. Kilincel S, Kilincel O, Muratdagi G, Aydin A. Factors affecting the anxiety levels of adolescents in home-quarantine during COVID-19 pandemic in Turkey. *Asia - Pacific Psychiatry* [Internet]. 2020;13. Available from: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/appy.12406>
38. Arantes L, Veloso C, de Campos M, Coelho J, Tarro G. The potential impact of the COVID-19 pandemic on child growth and development: a systematic review. *J Pediatr* [Internet]. 2021;97. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0021755720302096?via%3Dihub>