



## **Evaluación del Estrés frente a la Pandemia del COVID-19 en población mexicana Proyecto Internacional COVIDiSTRESS**

*Reporte descriptivo de datos recolectados del 30 de Marzo al 30 de Abril, 2020*

Investigador principal: Andreas Lieberoth (Aarhus University), [andreas@edu.au.dk](mailto:andreas@edu.au.dk)

Editora del reporte: F. Pérez-Gay Juárez (McGill University) [fernanda.perezgay@mcgill.ca](mailto:fernanda.perezgay@mcgill.ca)

Limpieza de Datos y código: R. Flores González y C.R. Castro López (Universidad Veracruzana)

Autores del reporte: F. Pérez-Gay Juárez (McGill University), V. Reynoso Alcántara (Universidad Veracruzana), C. Contreras (Universidad Autónoma Metropolitana, Unidad Iztapalapa), R. Flores González (Universidad Veracruzana), C.R. Castro López (Universidad Veracruzana), L. Martínez (Universidad de California, Merced) – **Grupo COVIDiSTRESS México**–

Recolección de datos y colaboración: COVID-Stress International Collaboration

### ***Introducción***

El 11 de marzo del 2020 la Organización Mundial de la Salud declaró que el brote de COVID-19, enfermedad causada por el nuevo coronavirus SARS-CoV-2, se consideraba oficialmente una pandemia global. Esta declaración, acompañada de las medidas de protección que se ejecutaron en cada país, generaron cambios en la vida de millones de personas y originaron un ambiente global de incertidumbre. La pandemia conjuga una serie de situaciones que ponen en riesgo la salud mental de la población: cuarentenas de larga duración impuestas por las autoridades, miedo a infectarse, frustración, aburrimiento, falta de suministros, información inadecuada, abundante y alarmista, pérdidas financieras, percepción de amenaza social y estigma asociado a la enfermedad (Bao et al., 2020; Brooks et al. 2020; Garfin et al., 2020). Por ello, dentro de la comunidad científica se ha establecido la importancia de estudiar la Salud Mental de la población general y de grupos vulnerables en relación con esta crisis sanitaria (Holmes et al., 2020).

El proyecto COVIDiSTRESS es, en palabra de sus fundadores “un proyecto de psicología colaborativa bajo circunstancias extremas”. Iniciado, impulsado y liderado por el Dr. Andreas Lieberoth y un grupo de científicos de la universidad de Aarhus, Dinamarca, este proyecto transcultural busca recabar datos sobre las experiencias, conductas y actitudes de la gente alrededor del mundo durante la pandemia del COVID-19. A través de una encuesta digital que los sujetos responden de forma anónima, el proyecto busca conocer los factores que generan estrés psicológico, documentar el nivel de cumplimiento de las normas establecidas para evitar la propagación del coronavirus y medir la confianza en instituciones gubernamentales y sus medidas preventivas. La encuesta fue traducida a 52 diferentes idiomas y distribuida en más de 50 países.

En el contexto antes descrito, el Equipo México realiza desde el 30 de marzo pasado y hasta la fecha una primera etapa de difusión de la Encuesta: “*COVIDiSTRESS global survey*” a través de portales web, redes sociales y notas periodísticas de los medios de cada una de nuestras universidades, así como correos electrónicos y mensajes de texto a grupos e individuos asociados o conocidos por las y los miembros del Equipo. Resultado de esta convocatoria, lo que para nuestro equipo es la “Primera ola” de difusión y participación, se tiene un corte al 30 de abril de 158771 cuestionarios respondidos a nivel mundial. De estas, 6424 lo hicieron desde México completando más del 80% del cuestionario. México alcanzó la quinta mayor participación a nivel mundial.

### **Objetivo del Reporte**

Consideramos que es necesario tener un diagnóstico de las consecuencias de esta pandemia en la salud mental en México. Por ello, el objetivo de este primer reporte es difundir los resultados descriptivos de la muestra, para ofrecer una primera panorámica del nivel de estrés percibido en la población mexicana, que respondió a la encuesta, y valorar algunos de los hallazgos presentados.

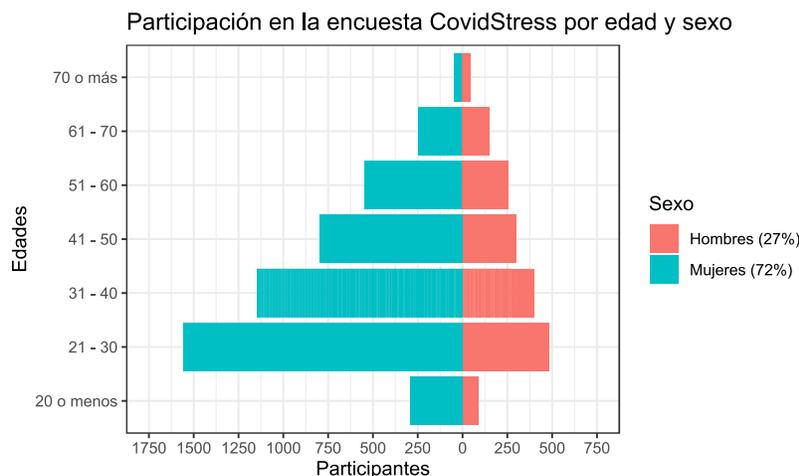
Se incluyen los siguientes resultados descriptivos: datos demográficos de la muestra, situación de aislamiento, nivel de estrés percibido, estrés percibido por sexo, edad y condición de aislamiento, estrés comparativo con otros países, fuentes principales de estrés, preocupación por las consecuencias del COVID-19, estrategias de afrontamiento, confianza en el gobierno y cumplimiento de medidas de distanciamiento social.

### **Descripción demográfica.**

La participación se concentró en los estados de Ciudad de México (n = 1739), Veracruz (n = 1349), Estado de México (n = 606), Jalisco (n = 345) y Nuevo León (n = 243). Estos cinco estados acumulan el 66.65% de la participación. Se obtuvieron respuestas en todos los estados del país.



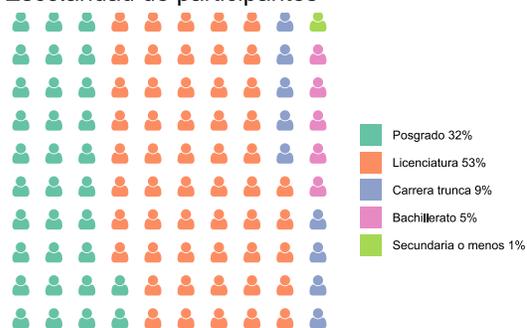
Respondieron 1715 hombres (27%), 4643 mujeres (72%), y 31 personas manifestaron identificarse con otro género u optaron por no mencionar alguna identificación (0.5%). Otras 35 personas dejaron este cuestionamiento sin responder. La edad media observada fue de 38 años (DE = 13.82), con el grupo de edad de mayor participación ubicado entre los 21 a 30 años.



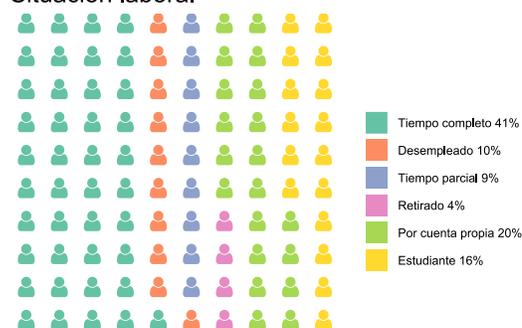
*Nota:* El 1% de participantes no se identifican de forma binaria, o no respondieron el cuestionamiento de edad.

En cuanto a escolaridad, la mayoría de las y los participantes cuentan con licenciatura y posgrado. En términos de situación laboral, la mayoría de participantes en la encuesta contaban con empleos de tiempo completo o eran empleados por cuenta propia al momento de responder.

Escolaridad de participantes



Situación laboral



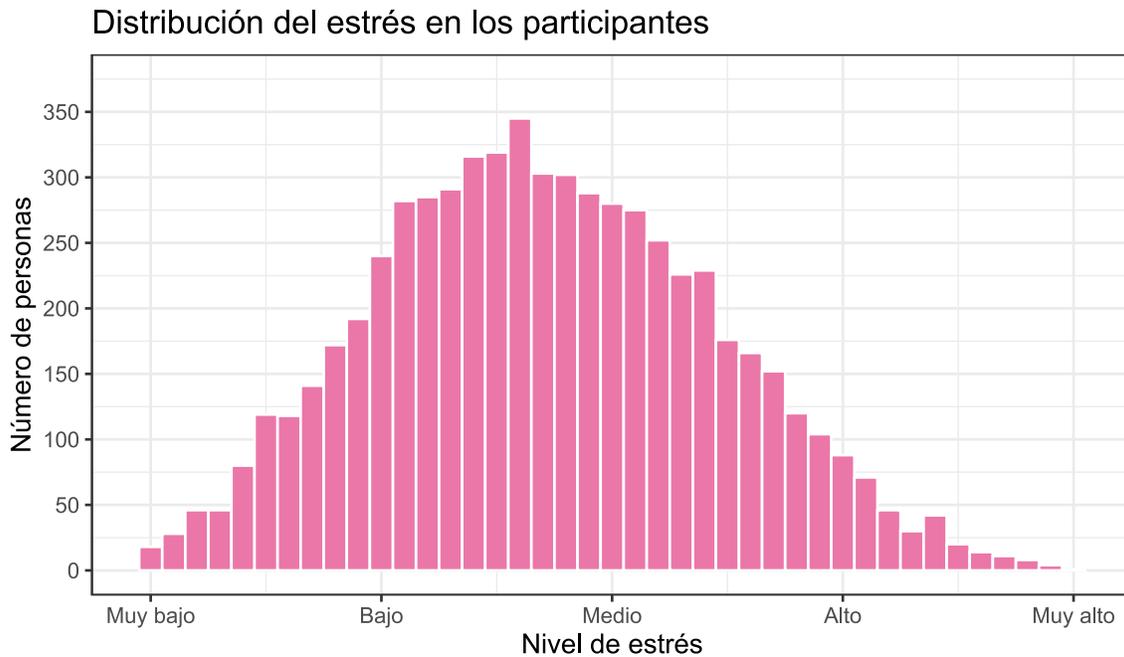
En la encuesta también se preguntó la situación actual de los participantes durante la pandemia. La mayoría de ellos reportaron estar en aislamiento (66.5%), mientras que 31.3% dijeron seguir la vida con cambios menores, 2% seguir la vida sin cambios y 0.2% estaban en aislamiento en unidad médica.

### Condición de aislamiento

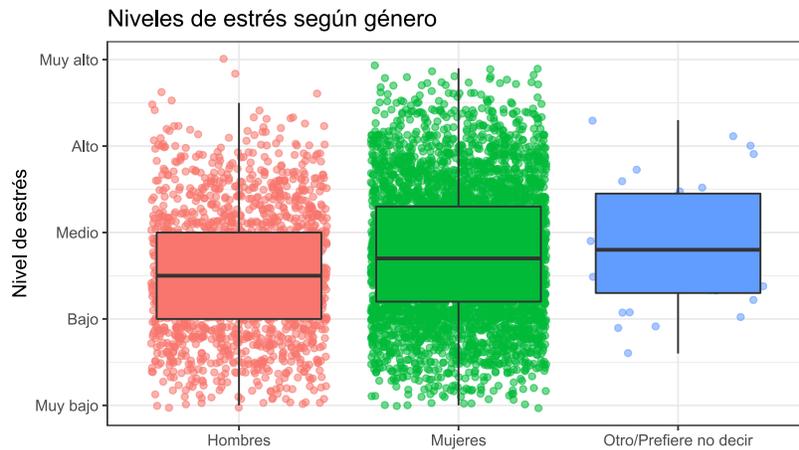


### Nivel de estrés en México

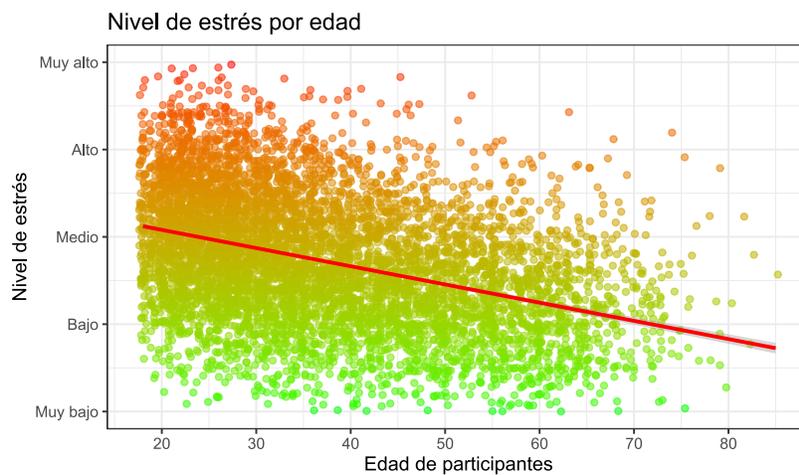
Para medir el nivel de estrés se utilizó la versión de 10 reactivos de la Escala de Estrés Percibido (PSS-10, Cohen et al., 1983) validada por González y Landero (2007) para la población mexicana. La escala mide el estrés percibido en la última semana explorando aspectos como falta de control sobre los eventos, presión para remontar las dificultades y sentimientos negativos ante cambios inesperados. El resultado es un número del 1 al 5 que se categoriza por tres niveles, bajo (1-2.4), moderado (2.5-3.7) y alto (más de 3.7). El promedio general del índice global de estrés para esta muestra mexicana fue de  $M = 2.71$  ( $DE = 0.74$ ), lo que corresponde a un nivel moderado de estrés. Un 11% de la muestra (711 personas) reportan niveles de estrés altos. La distribución de los niveles de estrés de la población puede observarse en la siguiente figura.



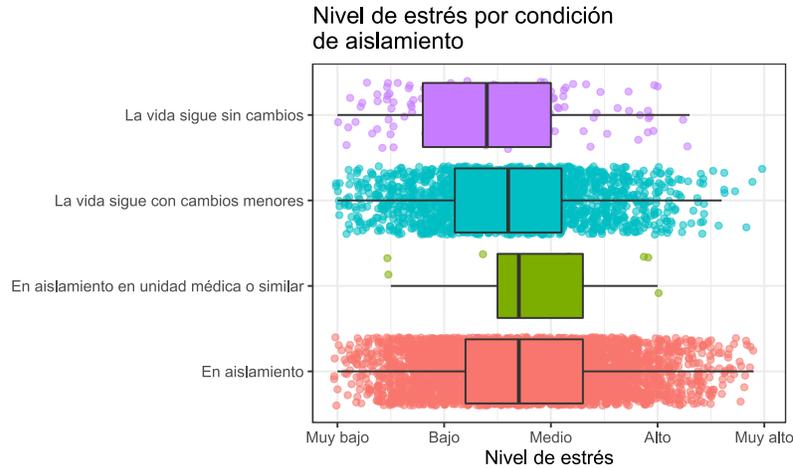
Por género, las mujeres reportan mayores niveles de estrés que los hombres. Por su parte, las personas que se identifican de forma no binaria reportan niveles aún más altos en relación con los grupos anteriores.



De forma un poco contraintuitiva, si consideramos los grupos de riesgo para enfermedad severa, se observa que son los jóvenes quienes reportan mayores niveles de estrés percibido. La relación entre edad y estrés es inversamente proporcional.



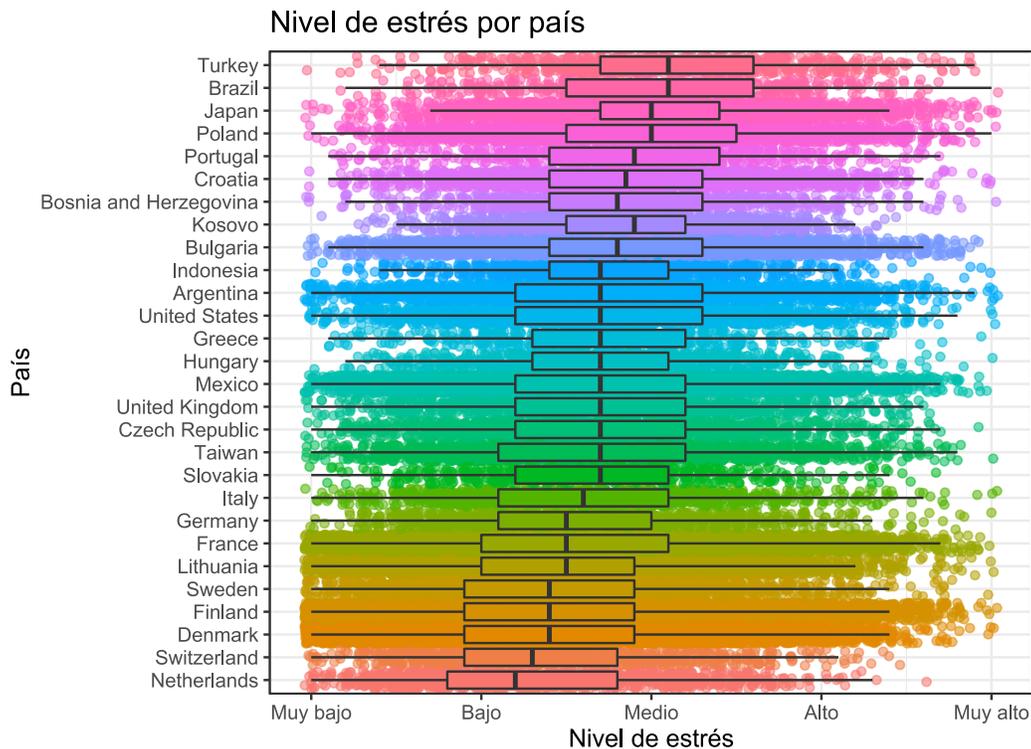
Otra variable de interés es la condición de aislamiento de la persona, en el gráfico siguiente se observa que quienes reportaron estar en aislamiento (66.5%) reportaron mayores niveles de estrés que quienes dijeron seguir su vida sin cambios (2%).



Una visualización interactiva de niveles de estrés por edad, sexo, estado de aislamiento, otras variables demográficas o la combinación de éstas puede consultarse aquí: [\[https://beta.rstudioconnect.com/content/10517\]](https://beta.rstudioconnect.com/content/10517).

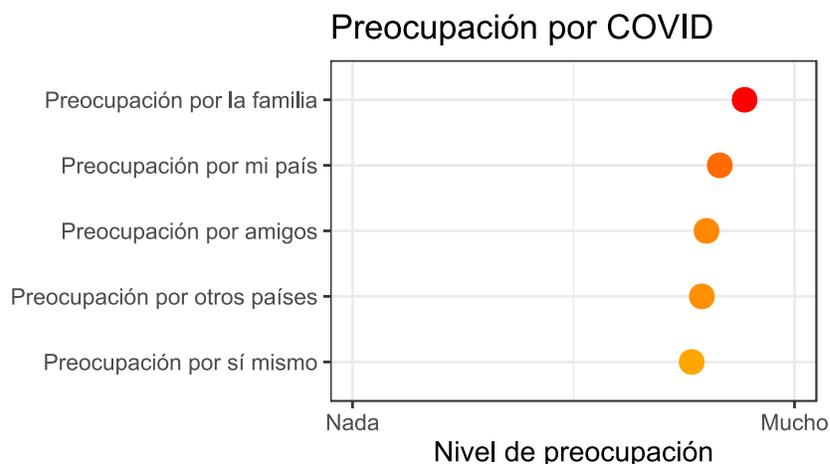
### *Nivel de estrés en México comparativo con otros países*

En comparación con el resto del mundo, el estrés en México se observa en un grado medio. De los países con más de 500 respuestas a la encuesta, Turquía y Brasil muestran niveles de estrés percibido más elevado, mientras que los Países Bajos manifiestan el nivel más bajo.





En una serie de preguntas que indagaban la preocupación por las consecuencias del COVID-19, los participantes reportaron mayor preocupación por la familia, seguido del futuro del país. En general, en todas las preguntas mostraron niveles considerables de preocupación.



### ***Estrategias de afrontamiento en México***

De la lista de estrategias de afrontamiento sobre las que se indagó en la encuesta, los mexicanos reportaron que las actividades que más les ayudaban a lidiar con el estrés eran: 1) dedicarse a sus hobbies, 2) interactuar con familia y amigos a distancia, 3) ver televisión y 4) dedicarse a su trabajo. Para los mexicanos que respondieron la encuesta, la información del gobierno, la religión y los videojuegos ayudan poco a lidiar con el estrés.



## Confianza en las instituciones

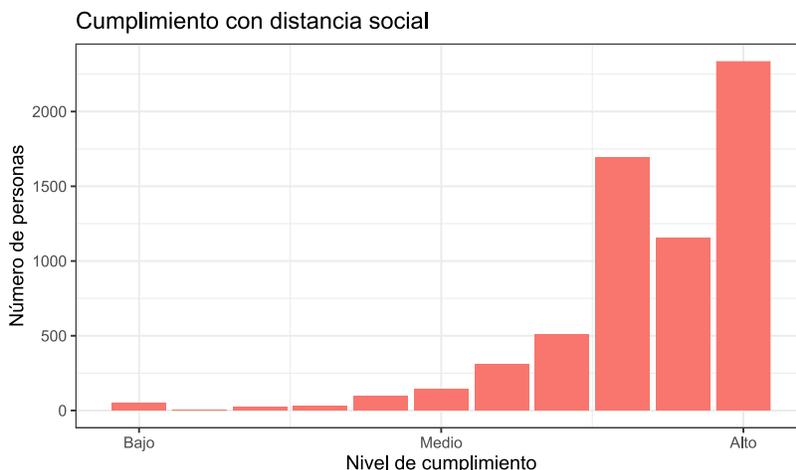
Con base en las guías de la OCDE, se formularon seis preguntas para explorar la confianza de los participantes en diversas instancias, entre ellas la Organización Mundial de la Salud, el gobierno del país, las instituciones de administración pública, el sistema de salud del país. Se agregó una pregunta de qué tanto confía la población en las medidas implementadas por el gobierno para hacer frente a la pandemia.

Mientras que la población que respondió a la encuesta reporta niveles altos de confianza en la OMS, la confianza en las instituciones mexicanas va de media a baja, con la Secretaría de Salud como el organismo nacional en que más se confía y la policía como el organismo en el que menos se confía. La confianza en el esfuerzo del gobierno para controlar la pandemia está en niveles medios.



## Cumplimiento de medidas gubernamentales

Reportamos la respuesta de 2 reactivos en que los participantes debían contestar qué tanto han cumplido con las medidas de distanciamiento social impuestas por su gobierno, usando una escala del 1 al 6. Se observa que la mayoría de las personas reportan hacer lo posible por mantenerse fuera del espacio público.



### ***Open science and open access***

La encuesta global COVIDiSTRESS es una colaboración científica internacional, resultado de los esfuerzos de investigadores en más de 40 países para recolectar datos de la experiencia humana en esta pandemia por SARS-CoV2 en el año 2020 de forma rápida y orgánica.

Este resumen se concentra en niveles de estrés, fuentes de estrés, estrategias de afrontamiento, confianza en las instituciones y cumplimiento de medidas en México, entre otras. La recolección de datos se mantiene activa (ver protocolo de recolección en OSF.org). Posteriormente se realizarán nuevos abordajes analíticos en estos datos.

Como proyecto de ciencia abierta, cualquier persona que tenga interés puede acceder a las bases de datos y listas de variables, incluyendo aquellas que no se analizaron en este reporte.

### ***Consideraciones finales***

Los hallazgos presentados están circunscritos a los respondientes de esta encuesta. Cabe señalar que los participantes tienen características sociodemográficas que podrían no ser del todo representativas de la población mexicana en general. Principalmente los participantes tienen un alto nivel educativo y en su mayoría son mujeres. Por la modalidad de aplicación, la participación en la encuesta implica tener acceso a un dispositivo con conexión de internet.

### ***Para citar este reporte:***

Pérez-Gay Juárez, F. , Reynoso Alcántara, V., Flores González. R., Contreras, C., López-Castro, C., Martínez, L. &TheCOVID-StressInternationalCollaboration (2020). Evaluación del Estrés frente a la Pandemia del COVID-19 en población mexicana. Reporte de los resultados de la encuesta global COVIDISTRESS.

### ***Para citar la base de datos COVIDiSTRESS:***

COVIDiSTRESS global survey network (2020) COVIDiSTRESS global survey. DOI 10.17605/OSF.IO/Z39US, Retrieved from osf.io/z39us

La base de datos histórica y actualizada puede consultarse en:

[www.COVIDiSTRESSglobalsurvey.com](http://www.COVIDiSTRESSglobalsurvey.com) / <https://osf.io/z39us/>

## Referencias

- Travaglino, Giovanni A. (2020) How is the COVID19 Pandemic Affecting Europeans' Lives? Technical report. Open Science Framework, Kent, UK 10.13140/RG.2.2.30558.59209. (doi:10.13140/RG.2.2.30558.59209) (KAR id:81028)
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395(10227), 912–920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- González, T. & Landero, R. (2007). Factor structure of the Perceived Stress Scale (PSS) in a sample from Mexico. *Spanish Journal of Psychology*, 10(1), 199–206. <https://doi.org/10.1017/S1138741600006466>
- Bao, Y., Sun, Y., Meng, S., Shi, J., & Lu, L. (2020). 2019-nCoV epidemic: Address mental health care to empower society. *The Lancet*, 395(10224), e37-e38. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30309-3](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30309-3)
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24(4), 385-396. <https://doi.org/10.2307/2136404>
- Garfin, D. R., Silver, R. C., & Holman, E. A. (2020). The novel coronavirus (COVID-2019) outbreak: Amplification of public health consequences by media exposure. *Health Psychology*, 39(5), 355-357. <https://dx.doi.org/10.1037/hea0000875>
- Holmes, E. A., O'Connor, R. C., Perry, V. H., Tracey, I., Wessely, S., Arseneault, L., Ballard, C., Christensen, H., Cohen Silver, R., Everall, I., Ford, T., John, A., Kabir, T., King, K., Madan, I., Michie, S., Przybylski, A. K., Shafran, R., Sweeney, A., ... Bullmore, E. (2020). Multidisciplinary research priorities for the COVID-19 pandemic: a call for action for mental health science. *The Lancet Psychiatry*. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30168-1](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30168-1)