

Prevalencia de la ansiedad e insomnio entre los trabajadores de la salud durante la pandemia Covid-19 en Paraguay

Anxiety and insomnia prevalence amongst healthcare workers during the Covid-19 pandemic in Paraguay



Tomás J. Campoy Aranda - Carlina Vega Duette -
Estela Noemi Torres - Antonella Ingolotti Ríos -
Universidad La Paz, Ciudad del Este, Paraguay

ARTÍCULO DE INVESTIGACIÓN
Copyright © 2024
by Psicogente

Correspondencia de autores:

tjcampoy@gmail.com
carlinavega@universidadlapaz.py
antonella.ingolotti@universidadlapaz.py
estella.torres@universidadlapaz.py

Recibido: 08-05-23
Aceptado: 01-11-23
Publicado: 01-01-24

RESUMEN

Introducción: La pandemia de la Covid-19 ha puesto a prueba los sistemas de salud de los países en todo el mundo, generando angustia y ansiedad en la población en general; el personal sanitario, no ha sido la excepción.

Objetivo: Detectar la prevalencia de ansiedad e insomnio en personal de salud pública que trabajan con pacientes y familiares Covid.

Método: Estudio descriptivo transversal. Se ha aplicado la GAD-7 (*Generalized Anxiety Disorder*) y la Escala de Insomnio de Atenas (EIA). La muestra estuvo conformada por 130 profesionales del área de la salud. El estudio se realizó en el Hospital Regional e Instituto de Previsión Social, ambos en Ciudad del Este (Paraguay), a lo largo del 2022; los datos obtenidos fueron mediante la aplicación del cuestionario mediado por el formulario Google Forms. Las principales variables fueron género, edad, titulación, experiencia profesional y horas de trabajo en la semana.

Resultados: Los resultados pusieron de manifiesto que el 32,1 % de los sanitarios presentaban ansiedad, en especial, los enfermeros y los médicos, mujeres y personal más joven. Se detectó que el 29,5 % padecía de insomnio, en mayor porcentaje en mujeres y sanitarios de menor edad; los fisioterapeutas y radiólogos presentaron menos problemas de sueño. Se observó correlación entre las variables ansiedad e insomnio.

Conclusión: Se detectó la prevalencia de la ansiedad e insomnio y sus factores asociados al Covid-19, en trabajadores de la salud de primera línea. Se obtuvieron síntomas de ansiedad (32,1 %) e insomnio (29,5 %). Hay necesidad de desarrollar medidas tanto generales como más específicas que prevengan o mitiguen las principales secuelas psicológicas de estos profesionales.

Palabras clave: gad-7, eia, covid-19, ansiedad, insomnio, personal sanitario.

ABSTRACT

Abstract: The Covid-19 pandemic has tested the healthcare systems of countries worldwide, causing distress and anxiety in the general population, and healthcare workers have not been an exception.

Objective: To detect the prevalence of anxiety and insomnia in public healthcare personnel working with Covid patients and their families.

Method: A cross-sectional descriptive study was conducted using the Generalized Anxiety Disorder 7 (GAD-7) and the Athens Insomnia Scale (AIS). The sample consisted of 130 healthcare professionals. The study took place at the Regional Hospital and the Social Security Institute in Ciudad del Este, Paraguay, throughout 2022. Data was collected using Google Forms. The main variables included gender, age, qualifications, professional experience, and weekly working hours.

Results: The results revealed that 32,1 % of healthcare workers experienced anxiety, particularly nurses, doctors, women, and younger personnel. Additionally, 29,5 % suffered from insomnia, with a higher prevalence among women and younger healthcare workers, while physiotherapists and radiologists experienced fewer sleep problems. A correlation between anxiety and insomnia was observed.

Conclusion: The study detected the prevalence of anxiety and insomnia and their associated factors in

Cómo citar este artículo (APA):

Campoy Aranda, T. J., Vega Duette, C., Torres, E. N. & Ingolotti Ríos, A. 2024. Prevalencia de la ansiedad e insomnio entre los trabajadores de la salud durante la pandemia Covid-19 en Paraguay. *Psicogente* 27(51), 1-17. <https://doi.org/10.17081/psico.27.51.6535>

frontline healthcare workers during the Covid-19 pandemic. Anxiety symptoms were present in 32,1 % of participants, and 29,5 % experienced insomnia. There is a need to develop both general and more specific measures to prevent or mitigate the main psychological consequences in these professionals.

Keywords: gad-7, ais, covid-19, anxiety, insomnia, healthcare personnel.

1. INTRODUCCIÓN

La propagación global del Covid-19, que comenzó a fines de 2019, paralizó el *modus vivendi* de los ciudadanos y afectó a todos el bienestar psicosocial y la calidad de vida. Combatir un virus nuevo y desconocido sin medicamentos ni vacunas, en ese momento, tuvo un alto coste para los trabajadores (Ruiz Frutos y Gómez Salgado, 2021; Kursomovic, Lennane y Cook, 2020; Blanco Daza, *et al.* 2022).

El impacto abrumador del manejo de pacientes con Covid-19 aumentó sustancialmente desde su propagación inicial. Esto nos motivó a la realización de un estudio centrado en los impactos psicológicos de la pandemia en profesionales de la salud, que están en primera línea atendiendo a pacientes y sus familiares.

La aparición de una enfermedad repentina y riesgo de ser mortal generó una presión extraordinaria sobre los sanitarios. El aumento de la carga de trabajo, el agotamiento físico, el equipo personal inadecuado y la necesidad de tomar decisiones éticamente difíciles sobre el racionamiento de la atención, están teniendo efectos muy negativos en su bienestar físico y mental. Su resiliencia puede verse comprometida aún más por el aislamiento y la pérdida de apoyo social, el riesgo o las infecciones de amigos y familiares, así como por cambios drásticos, a menudo inquietantes, en las formas de laborar. Los trabajadores de la salud están siendo, por lo tanto, especialmente, vulnerables a los problemas de salud mental, incluidos el miedo, la ansiedad, la depresión y el insomnio (El-Hage, 2020; Liu *et al.*, 2020; Jun *et al.*, 2020; Barranco Cuevas *et al.*, 2021; Tsamakis *et al.*, 2020; Cullen *et al.*, 2020; Secín Diep *et al.*, 2022; Peng *et al.*, 2022; Oteir *et al.*, 2022; Rezaei Hachesu, *et al.*, 2022; Biber, *et al.*, 2022).

Experimentar ansiedad ocasional es una parte normal de la vida. Sin embargo, las personas con trastornos de ansiedad suelen tener preocupación y miedo intenso, excesivo y persistente por las situaciones cotidianas.

La ansiedad transformada en angustia psicológica afecta a la vida diaria de las personas, a las funciones ejecutivas que subyacen en la capacidad de controlar y a concentrarse en sus pensamientos. En consecuencia, es necesario estudiar y comprender con precisión los niveles de ansiedad de los trabajadores de la

salud para tomar medidas adecuadas correctivas para gestionar la salud y la seguridad en el trabajo que se desarrolla (Zhang *et al.*, 2022).

Según la clasificación internacional de trastornos del sueño (ICTS-3) (Cai *et al.*, 2020), el insomnio se define como tener problemas persistentes para conciliar el sueño, unido a un nivel notable de malestar perjudicial para la vida social, profesional, educativa o académica; el comportamiento de uno; o cualquier otra área importante para el funcionamiento humano. El insomnio conlleva la aparición de trastornos del estado de ánimo, irritabilidad, ansiedad y problemas relacionados con la concentración y la memoria, lo que puede afectar a las actividades diarias profesionales (Serrano-Ripoll *et al.*, 2021).

Los informes que investigan el impacto psicológico del Covid-19 entre los sanitarios son escasos. La prioridad actual es poner fin a la pandemia y reducir sus consecuencias a corto, mediano y largo plazo. La realidad indica que la carga de trastornos mentales en el personal de salud es alarmante (Caldicchoury *et al.*, 2023).

Hay un temor por parte de los sanitarios en contagiarse por Covid y, a su vez, contagiar a familiares y amigos (Buitrago-Ramírez, Ciurana-Misol, Fernández-Alonso y Tizón, 2021; Montes-Berges y Ortúñez-Fernández, 2021; Bonet-Galán, López-Ibort y Gascón-Catalán, 2022). Asimismo, los profesionales expuestos a trabajar con pacientes Covid, que presentan una prevalencia de ansiedad y una baja calidad de sueño, pueden generar problemas de índole laboral como la disminución de la actividad asistencial y el aumento del sedentarismo (Torres-Cantero *et al.*, 2022).

La salud mental es fundamental para la calidad de vida, pues el estado anímico de los sanitarios es un determinante indirecto de la atención y salud del paciente (Vilca Villegas, Moreno Choque, Gómez Verduguez y Vargas Aguililar, 2021). Mas, las consecuencias van más allá de ser contagiados por el virus, sino que alcanza a múltiples esferas como la salud mental, las relaciones sociales y familiares (Arango Soler, Arango Soler y Bernal Castro, 2022).

El interés de esta investigación se centra en tener información sobre los profesionales de la salud para establecer medidas preventivas y acciones complementarias para minimizar los efectos derivados del trabajo que desarrollan con infectados por Covid.

En consecuencia, el problema de investigación que se plantea pretende determinar cómo afecta a la salud de los sanitarios el trabajo con pacientes Covid y

su relación con familiares. El estudio tiene por objetivo detectar la prevalencia de ansiedad e insomnio en estos trabajadores. El estudio se ha realizado en el Hospital Regional de Ciudad del Este, centro de referencia de Alto Paraná, y el Instituto de Previsión Social –IPS– de la misma ciudad.

2. METODOLOGÍA

Estudio descriptivo transversal en el que se utilizaron dos cuestionarios validados, el GAD-7 sobre ansiedad y el EIA de Atenas. El estudio se realizó durante el año 2022.

2.1. Participantes

Se encuestó a un total de 130 profesionales del área de la salud (médicos, enfermeros, fisioterapeutas y radiólogos); 60 hombres (46,2 %) y 70 mujeres (53,8 %), con edades comprendidas entre, menor de 30 años (19,2 %), entre 30 y 40 años (49,2 %) y más de 40 años (31,6 %), que han tenido contacto con pacientes y familiares Covid-19 y que desarrollan su trabajo en el Hospital Regional de Ciudad del Este y en el Instituto de Previsión Social de Ciudad del Este. El muestreo fue por conveniencia y se aplicó como criterio de inclusión personal sanitario en contacto con pacientes Covid-19 y sus familiares. Al tratarse de un estudio descriptivo no se realizó cálculo del tamaño muestral.

2.2. Instrumentos

Se aplicó GAD-7 *Generalized Anxiety Disorder* (Spitzer, Kroenke, Williams y Löwe, 2006) que consiste en un cuestionario escala de ansiedad tipo autoinforme constituido por siete ítems ordinales, que permite evaluar el estado de salud mental de los sujetos de las dos últimas semanas. Se considera que es un buen instrumento, confiable y de fácil aplicación. Cada reactivo de la escala oscila de 0 a 3 puntos, con una puntuación total de 21 puntos. Las puntuaciones indican que entre 0-4 no se aprecia ansiedad, entre 5-9 se aprecian síntomas de ansiedad leves, entre 10-14 se aprecian síntomas de ansiedad moderados y entre 15-21 se aprecian síntomas de ansiedad severos.

Esta escala aporta, en primer lugar, que se trata de una herramienta útil con una sólida validez de criterio para identificar casos probables de trastorno de ansiedad; en segundo lugar, la escala permite determinar la gravedad (puntuaciones altas en el GAD-7 están asociadas con situaciones de discapacidad e incapacidad funcional); en tercer lugar, aunque muchos pacientes tienen síntomas de ansiedad y depresión, el análisis factorial confirma el GAD y la depresión como dimensiones distintas (Spitzer *et al.*, 2006).

El análisis factorial exploratorio (AFE) presentó valores que permitieron un análisis factorial ($KMO= 0,871$; Bartlett $<0,000$). El análisis no ortogonal mediante el método varimax determinó una estructura factorial de un solo factor, estructurado en 7 ítems de la escala, con el que se explicó el 64,570 de la varianza. Los resultados del ajuste del modelo indicaron que la medición general proporcionó un ajuste adecuado de los datos, con Chi-cuadrado= 53,084. El valor de GFI fue 0,901; el CFI 0,926; TLI 0,890 y el IFI 0,927, todos próximo a 1. El valor de RMSEA fue de 0,789 y el valor RMR 0,025 (próximo a 0). Los valores demostraron una unidimensionalidad aceptable y adecuadas cargas factoriales en cada ítem del GAD-7.

Para la muestra, el índice de coeficiente de fiabilidad (α de Cronbach) obtuvo una puntuación de 0,908 ($\alpha= 0,920$, 0,07) (Crockett, Martínez y Ordóñez Carrasco, 2022) y un coeficiente Ω de McDonald's 0,910. La validez convergente se completó con la correlación ítem-total obteniéndose puntuación mínima de 0,661 y máxima 0,788. lo que sugiere una excelente fiabilidad.

El análisis descriptivo arrojó que los 7 ítems del GAD-7 cumplen con los indicadores de asimetría y curtosis, como se recoge en la Tabla 1.

Tabla 1.

Estadísticos descriptivos de los ítems del GAG

ÍTEMS	MEDIA	DE	ASIMETRÍA	CURTOSIS
Ítem1	0,85	0,752	0,706	0,411
Ítem 2	0,59	0,733	1,171	1,136
Ítem 3	1,02	0,802	0,600	0,134
Ítem 4	0,95	0,600	0,584	-0,260
Ítem 5	0,68	0,212	0,944	0,438
Ítem 6	0,82	0,134	0,626	-0,335
Ítem 7	0,61	0,422	0,877	-0,075

Asimismo, se aplicó la Escala de Insomnio de Atenas (EIA) (Soldatos, Dikeos y Paparrigopoulos, 2000), en una adaptación con versión 5 ítems (Gómez Benito *et al.*, 2011), en la que los reactivos evalúan la inducción al sueño, despertarse durante la noche, despertarse antes de lo deseado, duración y calidad de sueño. La escala sumativa tipo Likert oscila con un rango de respuesta de 0 (ausencia del problema) a 3 (problema serio). La puntuación general de la escala discurre entre 0 y 15 puntos.

En el análisis factorial exploratorio, se obtuvo en valor en el índice KMO de 0,817 y una sig. 0,000, lo que nos permite realizar el análisis factorial confirmatorio. La rotación varimax determinó una estructura factorial de un solo

factor, estructurado en 5 ítems de la escala, con el que se explicó el 63,6768 de la varianza.

Los resultados del ajuste del modelo indicaron que la medición general proporcionó un ajuste adecuado de los datos, con Chi-cuadrado= 11,98. El valor de GFI fue 0,966; el CFI 0,974; TLI 0,948 y el IFI 0,975, todos próximo a 1. El valor de RMSEA fue de 0,786 y el valor RMR 0,027 (próximo a 0). Los valores demostraron una unidimensionalidad aceptable y adecuadas cargas factoriales en cada ítem del EIA.

Los índices de fiabilidad para la muestra mediante el coeficiente alfa de Cronbach fueron de 0,852 (versión en español) 0,79 en Baños Chaparro, Fuster Guillén y Marín Contreras, (2021). El índice Ω de McDonald obtenido fue 0,860. La validez convergente correlación ítem-total obtuvo una puntuación mínima de 0,520 y una puntuación máxima de 0,757. Lo que indica una excelente fiabilidad.

Tabla 2.

Estadísticos descriptivos de los ítems Escala de Insomnio

ÍTEMS	MEDIA	DE	ASIMETRÍA	CURTOSIS
Ítem1	0,36	0,704	1,924	2,900
Ítem 2	1,02	1,168	1,156	0,566
Ítem 3	1,29	0,919	0,602	0,416
Ítem 4	0,78	0,898	1,028	0,607
Ítem 5	1,10	1,126	0,891	0,108

2.3. Procedimiento

Se realizaron las gestiones con los directivos de las instituciones de salud para informales de la finalidad de la investigación y obtener los permisos correspondientes. Se aplicó el cuestionario virtual por medio del formulario de Google, que fue autoadministrado por cada participante, por medio de la red social WhatsApp. Los datos recogidos fueron transferidos a Excel y, posteriormente, a un software estadístico.

2.4. Análisis de datos

Los datos fueron analizados con el paquete estadístico SPSS., v.26 para Windows y el nivel de significación se estableció en $p < 0,05$. Los resultados se mostraron por medio de estadísticos descriptivos como media (Me) y desviación típica (DE), frecuencias y tantos por ciento. Se aplicaron las pruebas chi-cuadrado, V de Cramer, correlación y regresión logística.

3. RESULTADOS

En la Tabla 3, se muestran las características sociodemográficas de los participantes. La media de trabajo por semana es de 40,7 horas, que oscila entre un mínimo de 5 horas y un máximo de 100 horas semanales. Los hombres tienen un promedio de trabajo de 43,8 horas y las mujeres de 38,1 horas semanales.

El mayor porcentaje de sanitarios participantes es médico (66,9 %), seguido por enfermero (14,6 %), fisioterapeutas (6,9 %), radiólogo (5,4 %) y otros profesionales afines (6,2 %). El 50,8 % tiene más de 10 años de experiencia profesional. El 70 % desarrolla su trabajo profesional en el Hospital Regional de Ciudad del Este y el 30 % en el Instituto Previsión Social. El 11,5 % trabaja hasta 20 horas semanales y el 3,1 % entre 80 y 100 horas. En cuanto a los días dedicados al trabajo, oscila entre 1 día (5,4 %) y 7 días (5,4 %), lo que supone una media de 4,73 días. La media de horas de trabajo que dedican los sanitarios en la semana es 40,6 horas.

Tabla 3.
Características sociodemográficas de la muestra

		F	%
Género	hombre	60	46,2
	mujer	70	53,8
Edad	menor de 30 años	25	19,2
	30 a 40 años	64	49,3
	mayor de 40 años	41	31,5
Exp. profesional	0-5 años	29	22,3
	6-10 años	35	26,9
	más de 10 años	66	50,8
Lugar de trabajo	Hospital Regional Ciudad Este	91	70
	Insti. Previsión Social Ciudad Este	39	30
Profesión	médico	87	66,9
	enfermero	19	14,6
	fisioterapeuta	9	6,9
	radiólogo	7	5,4
	otra	8	6,2

En la primera parte de este estudio, se ha pretendido identificar la ansiedad generalizada en sanitarios paraguayos como consecuencia del contacto con pacientes Covid-19 y familiares contagiados por el virus. La puntuación media obtenida por los profesionales, en la prueba GAD-7 fue de 4,82, lo que se interpreta como un grado de ansiedad moderada (entre 0 y 15), lo que supone el 32,1 %. Los principales síntomas que se observan en la Figura 1 fueron, sentirse nervioso en algún momento (66,2 %), dificultad en controlar una

preocupación (46,9 %), preocupación por las cosas (74,6), problema para poder relajarse (66,9 %), sentir inquietud (52,3 %), irritarse fácilmente (60,0 %) y tener miedo de que pase algo (47,7 %) (Figura 1).

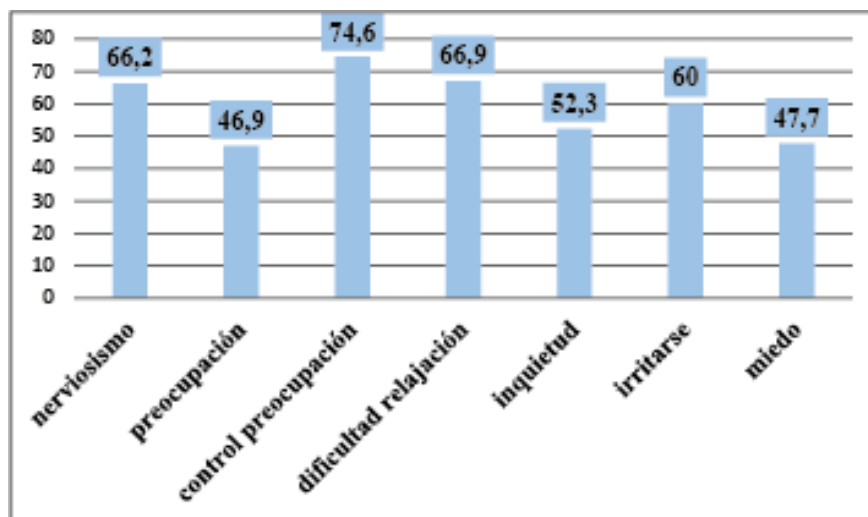


Figura 1. Manifestaciones ansiedad

Por género, se detectaron diferencias significativas ($p < 0,039$, V de Cramer 0,254) (χ^2 de Pearson), las mujeres tienden a sentir más ansiedad (70,0 %) que los hombres (58,6 %). Hay un mayor porcentaje de mujeres (58,6 %) que de hombres (35,0 %) que tiene miedo de que algo horrible puede pasar ($p < 0,043$, V de Cramer 0,250).

Por edad, los más jóvenes manifestaron más ansiedad en su trabajo (80,0 %) que los de mayor experiencia (58,5 %), además mostraron mayor preocupación por las cosas (84,0 %) que los de más experiencia (80,5 %) ($p < 0,002$, V de Cramer 0,282). Los más jóvenes tenían más problemas para relajarse (92,0 %) que los mayores (63,4 %) ($p < 0,020$, V de Cramer 0,241). En la sensación de que algo negativo va a pasar, se encuentran diferencias significativas ($p < 0,025$, V de Cramer 0,236), dado que el 76,0 % de los sanitarios de menor edad lo experimentan frente al 39,0 % de mayor edad.

Destaca un mayor porcentaje en enfermeros (57,9 %) y en médicos (52,8 %) de tener sensación de miedo de que algo puede suceder; el porcentaje se reduce en radiólogos (28,6 %) y fisioterapeutas (11,1 %) ($p < 0,033$, V de Cramer 0,240).

El personal de salud que más manifestó preocuparse son los enfermeros (84,2 %) y el personal médico (79,3 %). En menor proporción, los radiólogos (57,1 %) y fisioterapeutas (44,4 %) ($p < 0,019$, V de Cramer 0,250).

Los profesionales que tienen más dificultad para relajarse son los médicos (73,6 %) y los enfermeros (73,7 %); en menor porcentaje los fisioterapeutas (11,1 %) y los radiólogos (57,1 %) ($p < 0,038$, V de Cramer 0,238).

No se establece correlación entre días de trabajo a la semana y ansiedad ($r = 0,060$; $p < 0,05$) y horas de trabajo a la semana ($r = 0,022$; $p < 0,05$).

En el análisis de regresión logística binaria, las variables género y edad predicen la ansiedad en un 9,2 %: en relación al género (*odds ratio* [OR]: 0,265; intervalo de confianza [IC] 95 %: 0,082-0,859; $p = 0,027$), existe más riesgo en las mujeres; por intervalo de edad (*odds ratio* [OR]: 0,425; intervalo de confianza [IC] 95 %: 0,202-0,891; $p = 0,023$), el riesgo aumenta en los más jóvenes. No se establece asociación en función de la profesión.

El hallazgo más relevante es la prevalencia del sueño fue de 4,43 (en una escala que oscila de 0, no se aprecia ansiedad; 15 síntomas severos de ansiedad) El 29,5 % de los sanitarios tiene algún síntoma relacionado con el insomnio. Los síntomas más relevantes son dificultad para quedarse dormido (24,6 %), problemas para despertarse muy temprano (57,7 %), satisfacción con el actual sueño (18,5 %), deterioro de sueño y calidad de vida (53,1 %) y sueño y estado de ánimo o fatiga (62,3 %) (Figura 2).

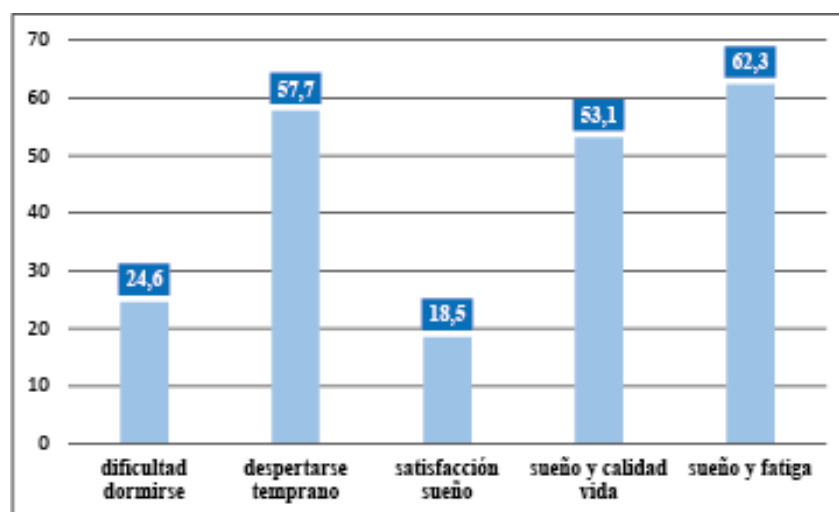


Figura 2. Manifestaciones insomnio

Al comparar por sexo las manifestaciones de insomnios se observa diferencias significativas en levantarse temprano ($p= 0,002$; V de Cramer 0,336). Las mujeres presentan mayores problemas (68,6 %) que los hombres (45,0 %).

En relación a la edad, se presentan diferencias en despertarse temprano ($p= 0,044$; V de Cramer 0,223). Los más jóvenes manifiestan más dificultad (64,0 %) que los de más edad (57,7 %). Asimismo, se establece asociación de cómo afecta a la calidad de vida ($p= 0,041$; V de Cramer 0,225). Así, los sanitarios de menor edad se ven más afectados (76,0 %) que los mayores (53,1 %).

Al comparar por profesión se observaron diferencias en cuanto a los síntomas de fatiga por causas del insomnio ($p= 0,002$; V de Cramer 0,290). Se detectó que los fisioterapeutas presentaban menos síntomas de insomnio (22,2 %) y los radiólogos (42,9 %) los que tenían mayor incidencia; la sensación de fatiga estuvo más presente en personal de enfermería (73,7 %), seguidos por los médicos (69,0 %).

No se establece correlación entre días de trabajo a la semana e insomnio ansiedad ($r=0,107$; $p < 0,05$), ni horas de trabajo a la semana ($r= 0,167$; $p < 0,05$).

Las pruebas ómnibus con las variables indicadas género, edad y profesión no predicen los síntomas de ansiedad mediante el modelo de regresión logística binaria.

4. DISCUSIÓN

El estudio tuvo por objetivo explorar la prevalencia de la ansiedad y los síntomas de insomnio en sanitarios paraguayos que trabajan con pacientes y familiares Covid-19 utilizando los instrumentos GAD-7 para ansiedad y Escala de Insomnio de Atenas (EIA).

De los resultados obtenidos en nuestro estudio, un tercio informó síntomas de ansiedad (32,1 %) y el 29,5 % de insomnio. Estos hallazgos difieren de los obtenidos por [Urzúa, Samaniego, Buenahora, Vera Villarroel \(2020\)](#), en Paraguay, donde se reportaron datos del 41,3 % de ansiedad y 27,8 % de insomnio. Nuestros datos están en consonancia con [Martínez *et al.* \(2020\)](#) que obtuvieron un 33,3 % en ansiedad y [Dosil Santamaría *et al.* \(2020\)](#), que alcanzaron valores de 37,0 % de ansiedad y 28,9 % de sueño. Por el contrario, se percibieron puntuaciones superiores en [Urzúa *et al.* \(2020\)](#), que informaron para ansiedad 6 (3-12), para insomnio 4 (0-14), traducido a porcentajes se alcanzó en ansiedad el 74,4 % e insomnio el 64,8 %. Los síntomas de ansiedad

(83,1 %) y estrés (66,3 %) alcanzaron niveles muy elevados en trabajadores de la salud (Lucas Hernández et al, 2022).

La revisión de estudios reflejó síntomas más intensos de ansiedad en mujeres (Danet Danet, 2020; Huerta González, *et al.*, 2021; Quiroz Figueroa *et al.*, 2022; Moral, 2023), lo que corrobora nuestros resultados. No se estableció diferencias entre la ansiedad manifestada por médicos y enfermeros ($p=0,622$), datos que contradicen los obtenidos por Moncada Rodríguez *et al.* (2021) y Moral (2023) que revelan que los médicos y personal mayor de 30 años alcanzaron puntuaciones más altas.

El aumento de presión y responsabilidad durante la pandemia ha tenido más impacto perjudicial entre distintos sectores. Los resultados revelaron que los sanitarios más jóvenes tienen niveles más altos de ansiedad lo que coincide con Qattan (2022) y Osorio Martínez et al (2022).

En relación al insomnio, el porcentaje obtenido de 29,5 % es inferior a Sahebi *et al.* (2021) de un 36,6 %. Los sanitarios desarrollaron un trastorno agudo que pasó del 44,5 % antes al 64,0 % durante el Covid-19, McCall *et al.* (2021).

Se observó peor calidad en el sueño de mujeres, dato que se corrobora con Serrano Ripoll *et al.* (2021) que detectaron una prevalencia mayor de insomnio en mujeres (29,0 %) que en hombres (24,0 %).

Se estableció que la variable profesión no predice la ansiedad mediante el modelo de regresión logística binaria. Sin embargo, sí se correlacionan de forma positiva las variables ansiedad e insomnio ($r=0,646$).

El estudio ha permitido objetivar el efecto sobre la salud emocional caracterizado en forma de fatiga, cuando sobrepasa la capacidad de tolerar las situaciones vividas. Los médicos y enfermeros y, en menor medida fisioterapeutas y radiólogos, se han visto afectados por el cansancio que implica un agotamiento relacionado con sensaciones de estrés y ansiedad. Estos resultados confirman el trabajo de Bramajo *et al.* (2022).

5. CONCLUSIONES

Este estudio ha demostrado que la pandemia de Covid-19 ha tenido un impacto psicológico significativo en el personal sanitario de dos centros sanitarios paraguayos. Los resultados muestran que los sanitarios que más han manifestado preocupación por la pandemia son los enfermeros y los médicos,

y que los síntomas relacionados con el insomnio se consideran moderados, destacando dificultad para quedarse dormido y problemas para despertarse.

Los hallazgos de este estudio sugieren que es necesario implementar medidas preventivas y de intervención para apoyar la salud mental del personal sanitario. Estas medidas deberían estar dirigidas específicamente a las mujeres, que han reportado niveles más altos de ansiedad e insomnio. También es importante identificar las buenas prácticas y lecciones aprendidas de esta pandemia para diseñar estrategias de apoyo más efectivas.

Se presentan algunas recomendaciones específicas para la implementación de medidas preventivas y de intervención:

Desarrollar campañas de educación para la salud mental dirigidas al personal sanitario. Estas campañas deberían proporcionar información sobre los factores de riesgo de problemas de salud mental, así como sobre los recursos disponibles para obtener ayuda.

Ofrecer formación sobre el manejo del estrés y la ansiedad a los profesionales sanitarios. Esta formación debería enseñar técnicas de afrontamiento y relajación que puedan ayudar a los profesionales a manejar los estresores relacionados con su trabajo.

Crear unidades de atención a la salud mental en los centros sanitarios que puedan proporcionar apoyo a los profesionales que lo necesiten. Estas unidades deberían estar formadas por profesionales cualificados que puedan evaluar y tratar los problemas de salud mental.

Es importante destacar que este estudio es un primer paso para comprender el impacto psicológico de la pandemia de Covid-19 en el personal sanitario. Se necesitan más investigaciones para profundizar en estas áreas y para desarrollar estrategias de apoyo más efectivas.

HIGHLIGHTS (IDEAS CLAVE)

La pandemia de Covid-19 ha tenido un importante impacto en la salud mental que se encuentran en primera línea de la respuesta a la pandemia.

Principales hallazgos: Las mujeres sanitarias han reportado niveles más altos de estrés y ansiedad que los hombres.

Los síntomas de insomnio, fatiga y malestar psicológico son comunes entre los trabajadores.

Implicaciones: Es necesario implementar medidas preventivas y de intervención para apoyar la salud mental del personal sanitario de Paraguay.

Estas medidas deberían estar dirigidas específicamente a las mujeres, que han reportado niveles más altos de estrés y ansiedad.

LIMITACIONES Y RECOMENDACIONES

El presente estudio tiene algunas limitaciones que deben tenerse en cuenta a la hora de interpretar los resultados. En primer lugar, el diseño transversal no permite establecer relaciones de causa-efecto, por lo que es posible que los resultados se deban a otros factores que la pandemia. En segundo lugar, los cuestionarios autoadministrados pueden estar sujetos a sesgos de respuesta. En tercer lugar, el método de selección de los participantes puede haber introducido un sesgo de selección.

A pesar de estas limitaciones, los resultados del estudio proporcionan información valiosa sobre el impacto psicológico de la pandemia en el personal sanitario de Paraguay. Los hallazgos sugieren que es necesario implementar medidas preventivas y de intervención para apoyar la salud mental de este colectivo.

En base a los resultados del estudio, se recomienda realizar investigaciones adicionales para abordar las siguientes cuestiones:

Efectos de la pandemia en la salud mental de los trabajadores de la salud de otros departamentos del país.

Efectos de la pandemia en la salud mental de los trabajadores de la salud a lo largo del tiempo.

También se recomienda realizar estudios longitudinales que permitan establecer relaciones de causa-efecto.

Agradecimientos: A los directivos del Hospital Regional y del Instituto de Previsión Social de Ciudad del Este por su apoyo y colaboración en el desarrollo de este estudio. Su interés en la investigación fue fundamental para el éxito del mismo.

Conflicto de interés: Los autores declaran no tener ningún conflicto de interés relacionado con el presente estudio.

Financiamiento: Esta investigación no recibió ninguna subvención específica de agencias de financiamiento en los sectores público, comercial o sin fines de lucro.

Descargo de responsabilidad: Los autores declaramos que el estudio presentado es de nuestra autoría. Además, confirmamos que todos los autores hemos contribuido en el proceso de la investigación y hemos dado nuestra aprobación a la versión presentada.

REFERENCIAS

- Arango Soler, J.M., Arango Soler, L.A., y Bernal Castro, C.A. (2022). Repercusiones del Covid-19 en el personal de salud: Análisis desde la prensa colombiana. *Revista Española de Comunicación en Salud*, 13(1), 46-57. <https://doi.org/10.20318/recs.2022.6164>
- Baños Chaparro, J., Fuster Guillén, F.G. & Marín-Contreras, J. (2021). Escala de Atenas para el Insomnio: Evidencia Psicométrica en Adultos Peruanos. *LIBERABIT. Revista Peruana de Psicología*, 27(1), e458. <https://doi.org/https://doi.org/10.24265/liberabit.2021.v27n1.07>
- Barranco Cuevas A.I., Flores Raya D., González López, A.M., Reyes Bello, J., Vázquez Cruz, E. y García Galicia, A. (2021). Síntomas de depresión, ansiedad y estrés ante Covid-19 en una unidad de medicina familiar. *Rev Med Inst Mex Seguro Soc.*, 59(4), 274-80. <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2022/02/1358415/3956-26925-1-pb.pdf>
- Biber, J., Raney, B., Lawrence, S., Malpani, V., Trinh, T.T., Cyders, A., English, S., Staub, C.L., McCausland, K.L., Kosinski, M., Baranwal, N., Berg, D. & Pop, R. (2022). Mental health impact on healthcare workers due to the Covid-19 pandemic: a U.S. cross-sectional survey study. *Journal of patient-reported outcomes*, 6(1), 63. <https://doi.org/10.1186/s41687-022-00467-6>
- Blanco Daza, M., de la Vieja Soriano, M., Macip Belmonte, S. & Tercero Cano, M.D.C. (2022). Posttraumatic stress disorder in nurses during the Covid-19 pandemic. *Enfermería clínica*, 32(2), 92-102. <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2021.10.015>
- Bonet Galán, A.C., López Ibort, M.N. y Gascón Catalán, A.Mª. (2022). Influencia de la pandemia por Covid-19 en la calidad del sueño de las enfermeras gestoras. *Cuidando la salud: revista científica de enfermería*, 18, 15-24. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8900121>
- Bramajo, M., Soruco, C., Miana, V., Aldegani, P., Blanco Villalba, F., Camus, C., Blanco Villalba, M., Camus, M. y Prieto González, E. (2022). Malestar psíquico, conciencia de mortalidad y fatiga laboral en profesionales de la salud durante el trabajo en pandemia. *Revista Desvalimiento Psicosocial*, 9(1). <http://id.caicyt.gov.ar/ark:/s23626542/fv339h3wa>
- Buitrago Ramírez F., Ciurana Misol, R., Fernández Alonso, M.D.C. y Tizón, J.L.(2021). Pandemia de la Covid-19 y salud mental: reflexiones iniciales desde la atención primaria de salud española. *Aten Primaria*, 53(1), 89-101. <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2020.06.006>
- Cai, H., Tu, B., Ma, J., Chen, L., Fu, L., Jiang, Y. & Zhuang, Q. (2020). Psychological Impact and Coping Strategies of Frontline Medical Staff in Hunan Between January and March 2020 During the Outbreak of Coronavirus Disease 2019 (Covid-19) in Hubei, China. *Medical science monitor: international medical journal of experimental and clinical research*, 26, e924171. <https://doi.org/10.12659/MSM.924171>
- Caldichoury, N., García Roncallo, P., Saldías, C., Zurita, B., Castellanos, C., Herrera Pino, J., Soto Añari, M., Porto, M.F., Quispe Rodríguez, I., Flórez, J., Castellón Tamara, E., Díaz, M.C., Coronado López, J.C., Gaitán Quintero, G., Pabón Moreno, A.,

- Ocampo Barba, N., Martínez Pérez, J., Gargiulo, P.A., Quispe Ayala, C., Camposano Córdoba, A., Escorcía Villarreal, J., Ripoll Córdoba, D., Camargo, L. y López, N. (2023). Impacto psicológico del Covid-19 en los trabajadores sanitarios durante el segundo año de pandemia en Latinoamérica: estudio de encuesta transversal. *Rev Colomb Psiquiatr. Apr 14*. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2023.04.010>
- Crockett, M.A., Martínez, V. & Ordóñez Carrasco, J.L. (2022). Propiedades psicométricas de la escala Generalized Anxiety Disorder 7-Item (GAD-7) en una muestra comunitaria de adolescentes en Chile. *Revista médica de Chile, 150*(4), 458-464. <https://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872022000400458>
- Cullen, W., Gulati, G. & Kelly, B.D. (2020). Mental health in the Covid-19 pandemic. *QJM: monthly journal of the Association of Physicians, 113*(5), 311-312. <https://doi.org/10.1093/qjmed/hcaa110>
- Danet Danet A. (2021). Impacto psicológico de la Covid-19 en profesionales sanitarios de primera línea en el ámbito occidental. Una revisión sistemática. *Medicina clinica, 156*(9), 449-458. <https://doi.org/10.1016/j.medcli.2020.11.009>
- Dosil Santamaría, M., Ozamiz Etxebarria, N., Redondo Rodríguez, I., Jaureguizar Alboniga Mayor, J. & Picaza Gorrotxategi, M. (2021). Impacto psicológico de la Covid-19 en una muestra de profesionales sanitarios españoles. *Revista de psiquiatria y salud mental, 14*(2), 106-112. <https://doi.org/10.1016/j.rpsm.2020.05.004>
- El-Hage, W., Hingray, C., Lemogne, C., Yrondi, A., Brunault, P., Bienvenu, T., Etain, B., Paquet, C., Gohier, B., Bennabi, D., Birmes, P., Sauvaget, A., Fakra, E., Prieto, N., Bulteau, S., Vidailhet, P., Camus, V., Leboyer, M., Krebs, M. O., & Aouizerate, B. (2020). Les professionnels de santé face à la pandémie de la maladie à coronavirus (Covid-19) : quels risques pour leur santé mentale ? [Health professionals facing the coronavirus disease 2019 (Covid-19) pandemic: What are the mental health risks?]. *L'Encephale, 46*(3S), S73-S80. <https://doi.org/10.1016/j.encep.2020.04.008>
- Gómez Benito, J. y Ruiz, C. & Guilera, G. (2011). Versión española de la escala de insomnio de Atenas. *Qual Life Res, 20*, 931-937. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8383496>
- Huerta González, S., Selva Medrano, D., López Espuela, F., Caro Alonso, P.Á., Novo, A. & Rodríguez Martín, B. (2021). The Psychological Impact of Covid-19 on Front Line Nurses: A Synthesis of Qualitative Evidence. *International journal of environmental research and public health, 18*(24), 12975. <https://doi.org/10.3390/ijerph182412975>
- Jun, H., Bramian, A., Soma, S., Saito, T., Saido, T.C. & Igarashi, K.M. (2020). Disrupted Place Cell Remapping and Impaired Grid Cells in a Knockin Model of Alzheimer's Disease. *Neuron, 107*(6), 1095-1112.e6. <https://doi.org/10.1016/j.neuron.2020.06.023>
- Kursumovic, E., Lennane, S., & Cook, T. M. (2020). Deaths in healthcare workers due to Covid-19: the need for robust data and analysis. *Anaesthesia, 75*(8), 989-992. <https://doi.org/10.1111/anae.15116>
- Liu, Y., Ning, Z., Chen, Y., Guo, M., Liu, Y., Gali, N.K., Sun, L., Duan, Y., Cai, J., Westerdahl, D., Liu, X., Xu, K., Ho, K. F., Kan, H., Fu, Q. & Lan, K. (2020). Aerodynamic analysis of SARS-CoV-2 in two Wuhan hospitals. *Nature, 582*(7813), 557-560. <https://doi.org/10.1038/s41586-020-2271-3>
- Lucas Hernández, A., González Rodríguez, V.R., López Flores, A., Kammar García, A., Mancilla Galindo, J., Vera Lastra, O., Jiménez López, J.L. y Peralta Amaro, A. (2022). Estrés, ansiedad y depresión en trabajadores de salud durante la pandemia por Covid-19. *Rev Med Inst Mex Seguro Soc. Sep-Oct, 60*(5), 556-562. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10395996/pdf/04435117-60-5-556.pdf>

- Martínez, F., Azkoul, M., Rangel, C., Sandia, I. y Pinto, S. (2020). Efectos de la pandemia por Covid-19 en la salud mental de trabajadores sanitarios del estado Mérida, Venezuela. *GICOS*, 5(e2), 77-88. <http://erevistas.saber.ula.ve/index.php/gicos/article/view/16623>
- McCall, W. V., Mensah-Bonsu, D., Withers, A. E., & Gibson, R. W. (2021). Short-term insomnia disorder in health care workers in an academic medical center before and during Covid-19: rates and predictive factors. *Journal of clinical sleep medicine: JCSM: official publication of the American Academy of Sleep Medicine*, 17(4), 749-755. <https://doi.org/10.5664/jcsm.9034>
- Moncada Rodríguez, B.E., Suárez Lluccha, M.P., Duque Cordova, L. & Escobar Segovia, K.F. (2021). Estrés laboral en personal médico y enfermería de atención primaria ante la emergencia sanitaria por Covid-19. *ESPOCH*, 25(1). <http://dspace.espoch.edu.ec/handle/123456789/14597>
- Montes Berges, B. y Ortúñez Fernández, M.E. (2021). Efectos psicológicos de la pandemia Covid-19 en el personal del ámbito sanitario. *Enferm. glob.*, 20(62), 254-268. <https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.427161>
- Osorio Martínez, M., Malca Casavilca, M., Condor Rojas, Y., Becerra Bravo, M. & Ruiz Ramirez, E. (2022). Factores asociados al desarrollo de estrés, ansiedad y depresión en trabajadores sanitarios en el contexto de la pandemia por Covid-19 en Perú. *Archivos de Prevención de Riesgos Laborales*, 25(3), 271-284. <https://dx.doi.org/10.12961/aprl.2022.25.03.04>
- Oteir, A.O., Nazzal, M.S., Jaber, A.F., Alwidy, M.T. & Raffee, L.A. (2022). Depression, anxiety and insomnia among frontline healthcare workers amid the coronavirus pandemic (Covid-19) in Jordan: a cross-sectional study. *BMJ open*, 12(1), e050078. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2021-050078>
- Paniagua Moral, I. (2023). *Impacto psicológico post-Covid en personal sanitario: diseño de un proyecto de investigación*. (Trabajo Fin de Grado, Universidad de Valladolid). <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/60025/TFG-H2831.pdf?sequence=1>
- Peng, P., Liang, M., Wang, Q., Lu, L., Wu, Q., & Chen, Q. (2022). Night shifts, insomnia, anxiety, and depression among Chinese nurses during the Covid-19 pandemic remission period: A network approach. *Frontiers in public health*, 10, 1040298. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.1040298>
- Qattan A.M.N. (2022). Symptoms of psychological distress amongst women during the Covid-19 pandemic in Saudi Arabia. *PloS one*, 17(5), e0268642. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0268642>
- Quiroz Figueroa, M.S., Segovia Piguabe, M.M., Salvador Cortez, K.R. & Tomalá Orrala, K.L. (2022). Salud mental del personal de enfermería y sus repercusiones en el cuidado del paciente con Covid-19. *Domino de las Ciencias*, 8(1), 839-858. <https://doi.org/10.23857/dc.v8i1.2526>
- Rezaei Hachesu, V., Naderyan Fe'li, S., Maajani, K. & Golbabaie, F. (2022). La prevalencia global de la ansiedad, la depresión y el insomnio entre los trabajadores de la salud durante la pandemia de Covid-19: una revisión sistemática y un metanálisis. *J Occup Salud Epidemiol*, 11(1), 48-66 <http://johe.rums.ac.ir/article-1-484-en.html>
- 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), 6-11. <https://doi.org/10.12961/aprl.2021.24.01.01>
- Sahebi, A., Abdi, K., Moayedi, S., Torres, M., & Golitaleb, M. (2021). The prevalence of insomnia among health care workers amid the Covid-19 pandemic: An umbrella review of meta-analyses. *Journal of psychosomatic research*, 149, 110597. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2021.110597>

- Samaniego, A., Urzúa, A., Buenahora, M. y Vera Villarroel, P. (2020). Sintomatología asociada a trastornos de salud mental en trabajadores sanitarios en Paraguay: efecto Covid-19. *Revista Interamericana de Psicología*, 54(1). <https://journal.sipsych.org/index.php/IJP/article/view/1298/1013>
- Secín, D.R., Martínez, M.M.A., Ramírez, G.A. Pérez, G.B. (2022). Efecto en la salud emocional del personal de salud de un Hospital Privado de Tercer Nivel que enfrenta la pandemia de Covid-19. *Acta Med GA*, 20(2), 137-144. <https://dx.doi.org/10.35366/104274>
- Serrano Ripoll, M.J., Zamanillo Campos, R., Castro, A., Fiol de Roque, M.A. & Ricci Cabello, I. (2021). Insomnia and sleep quality in healthcare workers fighting against Covid-19: a systematic review of the literature and meta-analysis. *Actas españolas de psiquiatría*, 49(4), 155-179. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34195971/>
- Soldatos, C.R., Dikeos, D.G. & Paparrigopoulos, T.J. (2000). Athens Insomnia Scale: validation of an instrument based on ICD-10 criteria. *Journal of psychosomatic research*, 48(6), 555-560. [https://doi.org/10.1016/s0022-3999\(00\)00095-7](https://doi.org/10.1016/s0022-3999(00)00095-7)
- Spitzer, R.L., Kroenke, K., Williams, J.B. & Löwe, B. (2006). A brief measure for assessing generalized anxiety disorder: the GAD-7. *Archives of internal medicine*, 166(10), 1092-1097. <https://doi.org/10.1001/archinte.166.10.1092>
- Torres Cantero, A.M., Álvarez León, E.E., Morán Sánchez I., San Lázaro Campillo, I., Bernal Morella, E., Hernández Pereña, M. Martínez Morataa, I. (2022). El impacto de la pandemia de Covid-19 sobre la salud. Informe SESPAS 2022. *Gaceta Sanitaria*, 36(S1), 4-12. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2022.02.008>
- Tsamakis, K., Rizos, E., Manolis, A. J., Chaidou, S., Kypourouopoulos, S., Spartalis, E., Spandidos, D.A., Tsiptsios, D. & Triantafyllis, A. S. (2020). Covid-19 pandemic and its impact on mental health of healthcare professionals. *Experimental and therapeutic medicine*, 19(6), 3451-3453. <https://doi.org/10.3892/etm.2020.8646>
- Urzúa, A., Samaniego, A., Caqueo Urizar, A., Zapata Pizarro, A. & Irrázaval Domínguez, M. (2020). Salud mental en trabajadores de la salud durante la pandemia por Covid-19 en Chile. *Revista médica de Chile*, 148(8), 1121-1127. <https://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872020000801121>
- Vilca Villegas, J.L., Moreno Choque, R.A., Gómez Verduguez, C.A. y Vargas Aguililar, A.A. (2021). Influencia de la pandemia del Covid-19 en la salud mental de los trabajadores en salud. *Gac Med Bol*, 44(1), 75-80. <https://doi.org/10.47993/gmb.v44i1.200>
- Zhang, L., Yan, M., Takashima, K., Guo, W. & Yamada, Y. (2022). The effect of the Covid-19 pandemic on health care workers' anxiety levels: a meta-analysis. *PeerJ*, 10, e13225. <https://doi.org/10.7717/peerj.13225>

Esta obra está bajo: Creative commons attribution 4.0 international license. El beneficiario de la licencia tiene el derecho de copiar, distribuir, exhibir y representar la obra y hacer obras derivadas siempre y cuando reconozca y cite la obra de la forma especificada por el autor o el licenciente.

