



Universidad de Valladolid



GRADO EN ENFERMERÍA

Trabajo Fin de Grado

CUIDADOS ENFERMEROS EN LA SALUD MENTAL DE NIÑOS Y ADOLESCENTES DESPUÉS DE LA PANDEMIA DE COVID-19

Sonia Jimeno Blanco

Tutelado por: M.M. Montserrat Ballesteros García

Soria, 25 de mayo de 2023

RESUMEN

INTRODUCCIÓN. La COVID-19 se detectó por primera vez en 2019 en China, definiéndose como una enfermedad respiratoria infecciosa causada por el virus SARS-CoV-2. El alto número de contagios y muertes a nivel mundial hizo que se convirtiera en pandemia, obligando a los gobiernos a tomar medidas como el confinamiento. Esto ha afectado gravemente a la salud mental de la población, siendo más vulnerables los niños y adolescentes.

OBJETIVO. Analizar las consecuencias que ha tenido la pandemia por coronavirus en la salud mental de niños y adolescentes.

METODOLOGÍA. Se ha llevado a cabo una revisión bibliográfica en las bases de datos Cinahl, Cuiden+, Dialnet y PubMed, seleccionando 17 artículos publicados en los últimos 5 años, disponibles a texto completo, originales y cuyo idioma es el inglés o el español.

RESULTADOS. Los trastornos más frecuentes en la población infantojuvenil tras el confinamiento han sido ansiedad, depresión, trastorno por estrés postraumático y aumento de las conductas suicidas, siendo los principales factores de riesgo el aislamiento social, el cierre de escuelas, el género femenino y la pobreza. Los cuidados enfermeros clave son las intervenciones de promoción y prevención en la escuela, el asesoramiento a los padres y las medidas no farmacológicas, resultando muy útil el empleo de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) para la asistencia a la salud mental.

CONCLUSIONES. Enfermería debe reforzar, junto a un equipo interdisciplinar sólido, la atención a la salud mental, dando mayor cobertura y visibilidad a las alteraciones mentales para superar el estigma. Además, se necesita mayor investigación para evaluar el impacto a largo plazo de la pandemia de COVID-19 en la salud mental de los niños y adolescentes y poder así prevenir o reducir los trastornos mentales al ofrecer apoyo y/o tratamiento adecuados.

Palabras clave: Adolescente, coronavirus, cuidados de enfermería, salud mental.

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN.....	1
2. JUSTIFICACIÓN	2
3. OBJETIVOS.....	3
3.1 Objetivo general	3
3.2 Objetivos específicos	3
4. MATERIAL Y MÉTODOS.....	3
4.1 Limitaciones	5
5. RESULTADOS	5
5.1 Factores de riesgo.....	5
5.1.1 Aislamiento social	6
5.1.1.1 Separación de los padres	6
5.1.1.2 Violencia intrafamiliar	6
5.1.1.3 Duelo dentro del ámbito familiar.....	6
5.1.2 Cierre de escuelas	6
5.1.3 Edad.....	7
5.1.4 Género.....	7
5.1.5 Factores económicos, sociales y culturales.....	8
5.2 Trastornos más frecuentes derivados del confinamiento.....	8
5.2.1 Ansiedad	8
5.2.2 Depresión	9
5.2.3 Conductas suicidas.....	9
5.2.4 Trastorno por estrés postraumático	9
5.2.5 Otras alteraciones	10
5.3 Cuidados de enfermería.....	10
5.3.1 Intervenciones en la escuela	10
5.3.1.1 Intervenciones con los alumnos	11
5.3.1.2 Intervenciones con los familiares	11
5.3.2 Intervenciones asistenciales.....	12

5.3.3	Intervenciones a través de las TIC	12
5.3.4	Recomendaciones ante futuros confinamientos.....	12
6.	DISCUSIÓN	13
7.	CONCLUSIONES	14
8.	BIBLIOGRAFÍA.....	15
9.	ANEXOS	I
	ANEXO A.....	I

1. INTRODUCCIÓN

En diciembre de 2019 se detectó en Wuhan (China) una nueva enfermedad denominada COVID-19. Debido a su rápida propagación, el 11 de marzo de 2020 la Organización Mundial de la Salud (OMS) declaró el estado de pandemia mundial y el 14 de marzo de 2020 España declaró el estado de alarma, finalizando el día 21 de junio de ese mismo año (1). La COVID-19 se define como una enfermedad respiratoria sumamente infecciosa causada por el virus SARS-CoV-2, que se contagia por el contacto estrecho con las secreciones respiratorias que se producen al hablar o al toser principalmente. La sintomatología más común incluye fiebre, tos, disnea, fatiga y pérdida del sentido del gusto o del olfato, entre otros, aunque algunas personas pueden ser asintomáticas. Sin embargo, la población de edad avanzada y las personas con patologías crónicas tienen mayor riesgo de desarrollar cuadros graves y morir (2).

Según el recuento independiente de la Universidad norteamericana Johns Hopkins, el coronavirus ha provocado, a octubre de 2022, más de 630 millones de casos y casi 6,6 millones de muertos en todo el mundo, mientras que en España se han reportado 13.511.768 casos y 115.078 muertos (3). La repercusión que la COVID-19 ha tenido en la población mundial, ha hecho que se convierta en una pandemia sin precedentes (4). Con el fin de frenar su propagación, los gobiernos de todo el mundo tuvieron que adoptar drásticas medidas, como el cierre de territorios a nivel nacional, el cierre de escuelas y lugares de trabajo y el distanciamiento social, e impidieron que las personas fueran a lugares públicos o se reunieran con personas de otros hogares (5).

Las cuarentenas y los encierros son estados de aislamiento que provocan efectos negativos sobre la salud mental de la población en general, aunque los niños y adolescentes son más vulnerables a desarrollar trastornos mentales que los adultos. Para reconocer la importancia de los efectos de la pandemia en la salud mental de aquellos, primero se deben comprender los cambios de desarrollo que ocurren durante estas etapas (5).

La infancia es el periodo desde el nacimiento hasta la adolescencia; es la fase más crítica del desarrollo humano, puesto que en ella ocurren los cambios más importantes en el desarrollo del cerebro y, por lo tanto, en la capacidad para conectar con los demás, funcionar en sociedad y lograr el bienestar social (6). Para alcanzar esto último, es fundamental que los niños establezcan relaciones positivas tanto con sus padres y otros cuidadores como con sus iguales. Medidas como el aislamiento social ponen en riesgo su bienestar al limitar sus interacciones a las que se dan únicamente con las personas con las que conviven, generándoles sentimientos de frustración, ira y desesperanza. También pueden volverse más dependientes de sus cuidadores, desarrollar conductas disruptivas e incluso mostrar poco o ningún interés en hablar (7). Además, durante una pandemia, el riesgo de contraer enfermedades, la pérdida del trabajo de los padres, las

prioridades en conflicto y la interrupción general de los sistemas sociales y de salud, pueden afectar a la calidad de las interacciones que experimentan los niños con sus convivientes, y por lo tanto alterar el ambiente positivo que aquellos necesitan para el correcto desarrollo del cerebro (6).

La adolescencia, según la OMS, es el periodo de desarrollo que se produce después de la infancia y antes de la adultez, entre los 10 y los 19 años (8). Es una etapa especial con respecto al desarrollo físico y mental, siendo crucial para los adolescentes el explorar y establecer su identidad. Durante este periodo, su cuerpo, cerebro y entorno social cambian, su autoconciencia aumenta, sienten curiosidad por el sexo opuesto, son conscientes de los puntos de vista de los demás, emocionalmente fluctuantes, vulnerables a las influencias de su entorno y susceptibles a los trastornos mentales (9). Además, comienzan a ser más independientes de sus padres, lo que conlleva que los amigos se conviertan gradualmente en la principal fuente de interacción e influencia. El aislamiento social ocasionado por las medidas impuestas para frenar los contagios dificulta las relaciones con los pares, lo cual puede conducir a un limitado autoconcepto, un bajo nivel de autoestima y, posteriormente, la presencia de síntomas de trastornos mentales (9, 10).

Ante esta situación, resulta necesario llevar a cabo planes de actuación que disminuyan el impacto que la pandemia ha tenido en la salud mental de la población infantojuvenil, tratando a estos de manera diferente que a la población adulta, es decir, mediante una evaluación y abordaje concretos (11).

2. JUSTIFICACIÓN

El motivo de la elaboración de este Trabajo Fin de Grado acerca de los cuidados de enfermería en la salud mental de la infancia y la adolescencia, después del confinamiento por el coronavirus, ha sido, por una parte, un interés en la dimensión mental del ser humano y en los cuidados que esta requiere. Esto deriva en el deseo de la especialización en la rama de salud mental para una dedicación profesional en ella. Por otro lado, la gran trascendencia y actualidad del tema, así como sus repercusiones y el escaso abordaje en los aspectos psicosociales, despertó un gran interés en investigar.

Se han elegido estos dos grupos de edad en conjunto, debido a considerarse unos de los más afectados a nivel psicológico por la pandemia, ya que son etapas de múltiples cambios emocionales (lo que les hace más vulnerables), en las que las relaciones interpersonales son fundamentales para su correcto desarrollo.

Enfermería tiene la necesidad de identificar los factores de riesgo que han predisuesto a niños y adolescentes a sufrir alteraciones psicosociales, derivadas del confinamiento,

así como de conocer de qué manera les han afectado, para prevenir su aparición o minimizar sus consecuencias. De este modo, se pueden realizar intervenciones que contribuyan al desarrollo de hábitos y conductas que favorezcan su bienestar emocional.

3. OBJETIVOS

3.1 Objetivo general

Analizar las consecuencias que ha tenido la pandemia por coronavirus en la salud mental de niños y adolescentes.

3.2 Objetivos específicos

1. Identificar los factores de riesgo de sufrir alteraciones a nivel mental como consecuencia del confinamiento en niños y adolescentes.
2. Determinar cuáles han sido los trastornos mentales más frecuentes, en niños y adolescentes, derivados del confinamiento.
3. Describir los cuidados enfermeros dirigidos a niños y adolescentes que padecen o pueden padecer trastornos en su salud mental después del confinamiento.

4. MATERIAL Y MÉTODOS

Se ha llevado a cabo una revisión bibliográfica con el fin de obtener los artículos necesarios para cumplir con los objetivos planteados anteriormente. Para ello, se han realizado búsquedas exhaustivas en las bases de datos Cinahl, Cuiden+, Dialnet y PubMed. Además, se ha recurrido al Manual Diagnóstico y Estadístico de Enfermedades Mentales (DSM-5), al diccionario de la Real Academia Nacional de Medicina y a diversas páginas web, tales como MedlinePlus, RTVE, Unicef y la página oficial de la Clínica Universidad de Navarra y de la Fundación Española para la Prevención del Suicidio.

Las palabras clave o Descriptores en Ciencias de la Salud (DeCS) que se han seleccionado se muestran en la siguiente tabla:

Tabla 1. Descriptores en Ciencias de la Salud

Inglés	Castellano
Adolescent	Adolescente
Child	Niño
Coronavirus	Coronavirus
Mental Health	Salud Mental
Nursing Care	Cuidados de Enfermería

Se han realizado las siguientes ecuaciones de búsqueda utilizando el operador lógico booleano AND para unir los distintos términos:

- Coronavirus AND Mental Health AND Adolescent
- Coronavirus AND Mental Health AND Child
- Coronavirus AND Mental Health AND Adolescent AND Child
- Mental Health AND Coronavirus AND Nursing Care
- Nursing Care AND Mental Health AND Adolescent
- Nursing Care AND Mental Health AND Child
- Nursing Care AND Mental Health AND Adolescent AND Child

Con respecto a la selección de artículos y con el fin de obtener los mejores resultados se han aplicado los siguientes criterios de inclusión y exclusión:

Tabla 2. Criterios de inclusión y exclusión

Inclusión	Exclusión
Disponibles a texto completo	No disponibles a texto completo
Originales	No originales
Idioma: inglés o español	Idioma distinto a español o inglés
Últimos 5 años (2018-2023)*	Previos a 2018

*Se han seleccionado artículos publicados en los últimos 5 años, debido a que no hay estudios sobre el coronavirus previos a esas fechas, dada la actualidad del tema.

En la tabla siguiente se muestra el número de resultados que se han obtenido tras utilizar cada uno de los perfiles de búsqueda y los correspondientes criterios de inclusión anteriormente mencionados, seleccionando de entre los resultados diecisiete artículos.

Tabla 3. Resultados en las distintas bases de datos

BASES DE DATOS	CINAHL	CUIDEN+	DIALNET	PUBMED
PERFIL DE BÚSQUEDA	RESULTADOS	RESULTADOS	RESULTADOS	RESULTADOS
Coronavirus AND Mental Health AND Adolescent	Artículos: 117 Texto completo: 14	Artículos: 8 Original: 4	Artículos: 15 Texto completo: 15	Artículos: 1.981 Texto completo: 1.680
Coronavirus AND Mental Health AND Child	Artículos: 255 Texto completo: 47	Artículos: 17 Original: 8	Artículos: 9 Texto completo: 9	Artículos: 2.272 Texto completo: 1.902
Coronavirus AND Mental Health AND Adolescent AND Child	Artículos: 71 Texto completo: 11	Artículos: 3 Original: 1	Artículos: 3 Texto completo: 3	Artículos: 1.080 Texto completo: 899
Mental Health AND Coronavirus AND Nursing Care	Artículos: 30 Texto completo: 4	Artículos: 79 Original: 38	Artículos: 20 Texto completo: 17	Artículos: 1.708 Texto completo: 1.423
Nursing Care AND Mental Health AND Adolescent	Artículos: 87 Texto completo: 15 Últimos 5 años: 5	Artículos: 82 Original: 43	Artículos: 33 Texto completo: 26	Artículos: 6.393 Texto completo: 2.378 Últimos 5 años: 1.633

Nursing Care AND Mental Health AND Child	Artículos: 195 Texto completo: 40 Últimos 5 años: 20	Artículos: 263 Original: 169	Artículos: 37 Texto completo: 30	Artículos: 7.562 Texto completo: 3.052 Últimos 5 años: 2.295
Nursing Care AND Mental Health AND Adolescent AND Child	Artículos: 51 Texto completo: 10 Últimos 5 años: 5	Artículos: 42 Original: 24	Artículos: 14 Texto completo: 12	Artículos: 3.211 Texto completo: 1.193 Últimos 5 años: 869

4.1 Limitaciones

En el presente estudio se encuentran algunas limitaciones. Por un lado, en la mayoría de los artículos seleccionados se abordan las consecuencias del confinamiento en la población infantojuvenil, sin hacer distinción entre una etapa y otra, siendo escasa y por tanto insuficiente la bibliografía que los trata por separado. Por otro lado, los artículos que se han obtenido tienen información escasa sobre el impacto a largo plazo de la pandemia en la salud mental, ya que la gran mayoría aportan resultados acerca de trastornos mentales, factores de riesgo y cuidados de enfermería durante la pandemia y al inicio de la vuelta a la normalidad. Se refleja de esta manera la poca investigación efectuada hasta la fecha sobre el tema y la necesidad de que los profesionales de la salud, en especial las enfermeras, realicen más estudios. Todo ello ha dificultado en cierta medida la elaboración de este trabajo.

5. RESULTADOS

Ante los retos generados por la pandemia de la COVID-19, el papel de enfermería de salud mental es esencial, por lo que debe evolucionar en la implementación de cuidados, atendiendo tanto las necesidades físicas como las psicosociales. Para ello, se deben conocer los principales factores de riesgo que han predispuesto a niños y adolescentes a padecer alteraciones en su salud mental y cuáles son dichas alteraciones. De esta manera, se pueden desarrollar planes de cuidados con la finalidad de prevenir, tratar o aminorar los trastornos psicológicos producidos, en estos grupos de edad, después del confinamiento (12).

5.1 Factores de riesgo

Se cree que el desarrollo de trastornos mentales durante la pandemia en niños y adolescentes se ha relacionado con diversos factores ambientales, aunque también se deben considerar los factores genéticos, las características personales y el modo en el que afrontan las adversidades (1). A continuación, se exponen los factores de riesgo que han tenido un mayor impacto en la salud mental de ambos grupos (13).

5.1.1 Aislamiento social

La imposición del confinamiento y la drástica reducción de la relación directa entre las personas llevaron al aislamiento social (12). En niños y adolescentes esta situación produjo sentimientos de soledad y frustración, al verse imposibilitada o reducida la relación con sus pares, limitando las interacciones sociales al núcleo familiar (11, 7). Esto dificulta el desarrollo de habilidades sociales y el ejercicio de diferentes roles (mediante el juego y la interacción social) en niños y el correcto desarrollo psicosocial en adolescentes (11).

5.1.1.1 Separación de los padres

Las medidas de cuarentena aplicadas a aquellas personas que contrajeron la COVID-19, hizo que muchos niños se vieran separados de sus padres (14). Esta circunstancia les ha hecho más vulnerables a presentar alteraciones en su salud mental, ya que en estas edades el contacto físico con los padres es fundamental y su nivel de conocimiento y madurez son limitados para comprender la situación (15). En apoyo a lo anterior, la investigación de Liu et al. (16), analizada en la revisión de Paricio et al. (11), ha demostrado que los niños que fueron aislados junto a sus cuidadores principales han sufrido menores consecuencias a nivel psicológico que aquellos que fueron separados de estos.

5.1.1.2 Violencia intrafamiliar

Otro factor a tener en cuenta como consecuencia del aislamiento social, es el aumento de las situaciones de violencia en el ámbito familiar sufridas por niños y adolescentes (10, 9). Esto se ha debido, principalmente, al estrés manifestado por los padres ante el temor a contagiarse y a la disminución de la capacidad económica, desarrollando conductas negligentes referentes al cuidado de sus hijos (11, 14). Lo expuesto anteriormente se confirma por la detección de un aumento de las llamadas a la policía por violencia intrafamiliar durante el confinamiento (11, 15).

5.1.1.3 Duelo dentro del ámbito familiar

La pandemia por la COVID-19 ha dejado un alto número de fallecidos que murieron sin la posibilidad de que sus familiares se despidieran de ellos, debido a las medidas de aislamiento social que imposibilitaban la celebración de funerales y las visitas a familiares hospitalizados (11). Esto ha hecho que niños y adolescentes no pudieran resolver el duelo adecuadamente, motivando la aparición de diversos trastornos (11, 1).

5.1.2 Cierre de escuelas

En marzo de 2020 se decretó, junto con el establecimiento del estado de alarma, el cierre de las escuelas, no abriéndose de nuevo hasta el inicio del curso siguiente en

septiembre de 2020 (11). Los largos periodos no lectivos tienen como consecuencia deficiencias educacionales y psicológicas, la interrupción de la rutina y generan sentimientos de soledad, inseguridad y aburrimiento (1, 15). También se relacionan con una reducción de la actividad física (lo que origina problemas en la salud relacionados con el sedentarismo y afecciones en el desarrollo cognitivo y psicomotor de los niños), patrones de sueño irregulares y dietas más insalubres (10, 11).

Por otro lado, el cese de la actividad escolar presencial, llevó a la búsqueda de nuevas alternativas, como fue la educación virtual. Esta opción, a pesar de la falta de supervisión efectiva y autodisciplina y la incertidumbre en el modo de realización de exámenes, ha sido efectiva en adolescentes (9). Sin embargo, resulta desfavorable para los niños, ya que les dificulta la adquisición de habilidades socioemocionales y la asimilación de reglas y normas (11). Además, esta situación llevó al incremento del tiempo de exposición a pantallas, tanto para el estudio como para el disfrute e interacción social (1). En consecuencia, aumenta el riesgo de adicción a los dispositivos electrónicos, se producen alteraciones en el comportamiento, en el estado de ánimo, en las relaciones interpersonales y en los patrones del sueño, disminuye el rendimiento académico y se incrementa la exposición al acoso en la red (1, 11, 15, 14). La sobreexposición de los niños y adolescentes a la información sobre la pandemia en los medios de comunicación e Internet también ha repercutido negativamente en su salud mental (11, 9).

5.1.3 Edad

En cuanto al rango de edad al que más han afectado las consecuencias de la pandemia, los artículos analizados aportan distintos resultados. En el estudio de Gatell et al. (4) realizado en niños y adolescentes catalanes, aquellos que tenían entre 5 y 8 años fueron los más afectados, ya que en edades tan tempranas, resulta muy difícil reemplazar la interacción personal con sus compañeros por relaciones exclusivamente virtuales. Además, la privación de la salida al exterior tiene un mayor impacto en los niños. Sin embargo, en la revisión de Panchal et al. (5) varios de los estudios analizados (17, 18, 19) concluyeron que ser adolescente es un factor de riesgo para desarrollar trastornos mentales, lo cual puede deberse a que su impacto es mayor en la adolescencia por los importantes cambios emocionales que experimenta el cerebro.

5.1.4 Género

Analizando los resultados de diversas investigaciones (20, 21, 22) encontradas en la revisión de Tamarit et al. (13), se observa que el género femenino tiene mayor probabilidad de presentar trastornos psicológicos que el género masculino. Esto se debe a las diferencias entre ambos en el modo en el que se relacionan con los demás y hacen frente a las dificultades. En general, hay una tendencia por parte del género femenino a confiar menos en sus habilidades socioemocionales, lo que le lleva a un desarrollo deficiente de estrategias de afrontamiento adecuadas, y por tanto a más problemas

psicológicos. En el estudio de Lu et al. (9), realizado en una muestra de adolescentes chinos durante la pandemia, se detectó que el 74,9% del género masculino sufrió depresión frente a un 80,7% del género femenino. Del mismo modo, la ansiedad tuvo una prevalencia del 29,7% en el género masculino y del 42,2% en el género femenino.

5.1.5 Factores económicos, sociales y culturales

La reducción de la actividad económica generó interrupciones y pérdidas de empleo, con la consecuente disminución de los recursos económicos en muchos hogares, lo cual acarrea problemas emocionales y conductuales en los niños y adolescentes que se han visto sometidos a esta incertidumbre (6, 11). A las limitaciones económicas, se ha sumado la dificultad de acceso a la educación virtual de aquellas familias con menos recursos, lo que se conoce como “brecha digital”. Esto hace que se creen grandes diferencias en cuanto al nivel educativo adquirido (11, 15). Las circunstancias descritas se agravan todavía más en las comunidades más desfavorecidas, como son los hijos de inmigrantes y refugiados, quienes tienen mayor riesgo de sufrir depresión, ansiedad, baja autoestima, aislamiento y falta de integración social (6, 15).

Otro factor de riesgo que se ha relacionado con el bajo nivel económico es el hacinamiento. El hecho de que un espacio sea habitado por más individuos de los que podría considerarse tolerable para mantener unas condiciones básicas de salud y seguridad, genera en los niños y adolescentes efectos psicológicos negativos al verse limitado el espacio vital del que disponen para su correcto desarrollo (11).

5.2 Trastornos más frecuentes derivados del confinamiento

Varios de los estudios analizados determinan que las principales alteraciones mentales que se han desarrollado en la población infantojuvenil, tras el confinamiento, han sido: trastorno por estrés postraumático (TEPT), ansiedad, miedo, trastornos de la conducta alimentaria (TCA), depresión, psicosis, aumento de las conductas suicidas y trastornos del sueño (1, 23, 15). Además, se ha producido un agravamiento de los síntomas de enfermedades mentales previas como, por ejemplo, del trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) o del trastorno del espectro autista (TEA) (5).

5.2.1 Ansiedad

La Real Academia Nacional de Medicina (24) define la ansiedad como “un sentimiento desagradable al encontrarse amenazado por algo inconcreto, acompañado de sensaciones somáticas de tensión generalizada, falta de aire, sobresalto y búsqueda de una solución al peligro”. La pandemia por la COVID-19 hizo que niños y adolescentes presentasen miedo a contagiarse y a las consecuencias de contraer la enfermedad, produciéndose un aumento de la sintomatología ansiosa en comparación con el periodo previo al confinamiento (11). Además, aquellos que vieron interrumpidas sus rutinas, recibieron excesiva información acerca de la pandemia o hicieron un mayor uso de las

redes sociales, han presentado niveles más altos de ansiedad (5). En el estudio de Lu et al. (9) se constató que de los 795 adolescentes que participaron en él, 263 padecieron síntomas de ansiedad, de los cuales el 70,3% fueron leves, el 26,6% moderados y el 3% graves.

5.2.2 Depresión

La depresión es un trastorno mental que cursa con una notable disminución del estado de ánimo y sentimientos de tristeza y de culpa, relacionados con alteraciones del comportamiento, del pensamiento y de la capacidad de realización de actividades (25). Paricio et al. (11) recogen en su revisión el estudio de Xie et al. (26), llevado a cabo en niños y adolescentes chinos, el cual mostró que el 22,6% presentó depresión durante la pandemia de COVID-19, una cifra que supera los resultados de estudios anteriores realizados en escuelas de Educación Primaria. Dicho estudio, ha relacionado la disminución de la socialización y del desarrollo de actividades en el exterior con la aparición de depresión. Lu et al. (9) detectaron en su estudio que de los 795 participantes, 608 sufrieron síntomas depresivos, siendo el 72,5% leves, el 25,8% moderados y el 1,6% graves.

5.2.3 Conductas suicidas

Se entienden por conductas suicidas las autolesiones no suicidas, la ideación suicida, la planificación suicida y el intento de suicidio (5). El suicidio, propiamente dicho, se define como el acto voluntario de quitarse la vida con la certeza de que fue autoinfligido y con la premeditación de causar la propia muerte. Se considera un problema de salud pública debido al impacto que causa en la sociedad por la pérdida de muchos años de vida (27). La prevalencia de estas conductas ha aumentado desde la pandemia por la COVID-19. En el año 2020 se registraron en España 3.941 muertes por suicidio (de las cuales 14 han ocurrido en niños menores de 15 años), suponiendo un aumento de 270 fallecimientos respecto a 2019. Sin embargo, el año posterior a la pandemia ha sido el que más suicidios ha registrado en la historia de España, suponiendo un 1,6% más que en 2020. Así mismo, se han superado los fallecimientos históricos por suicidio infantil, alcanzando la cifra de 22 defunciones (28).

5.2.4 Trastorno por estrés postraumático

Los desastres naturales se engloban entre los sucesos con un importante efecto traumático descritos en el DSM-5 (29). Las pandemias, un ejemplo de desastre natural, acarrear experiencias en la población general de amenaza para la vida, lo que propicia la aparición de síntomas de TEPT (11). Los síntomas incluyen excitación, evitación continua de estímulos asociados al trauma y pensamientos y sentimientos intrusivos relacionados con la repetición del trauma (14). Según la evidencia, el 30% de los jóvenes expuestos a una situación de pandemia desarrollan síntomas de TEPT, como

consecuencia de las medidas de salud pública tomadas para reducir la expansión por contagio (11). Sin embargo, hay poca información relevante acerca del desarrollo de TEPT después de la pandemia por COVID-19 en niños y adolescentes, por lo que se hace necesario seguir investigando (14).

5.2.5 Otras alteraciones

Los grupos de niños y adolescentes con enfermedades mentales previas (TEA, TDAH, trastornos del aprendizaje o retraso mental) han sufrido un agravamiento de los síntomas clínicos, debido a los factores estresantes de la pandemia, al no estar acostumbrados a las variaciones en su rutina habitual (15, 11). La afectación que sufrieron sus redes de apoyo y el cierre de las escuelas especiales, con la consiguiente peor adaptación a la escolarización online, contribuyó al empeoramiento de su salud mental (5). Se ha observado en estos niños y adolescentes un aumento en los niveles de actividad, irritabilidad y problemas de conducta (15, 5).

También se ha objetivado un aumento en la prevalencia de los TCA. En el estudio de Isabel de la Montaña et al. (1), realizado en una muestra de niños y adolescentes vallisoletanos durante el confinamiento, se observó un aumento del apetito, ya que el mayor tiempo de estancia en el domicilio tuvo como consecuencia la permanente disponibilidad de acceso a la alimentación. Además, el estrés sufrido por niños y adolescentes hizo que tuvieran una tendencia al consumo de alimentos calóricos, lo que puede conducir al desarrollo de obesidad (10).

Por último, se ha demostrado que los factores asociados con la pandemia interfirieron en los patrones normales de sueño, lo que ha llevado a un aumento significativo en la cantidad de niños y adolescentes que sufren trastornos del sueño. La revisión de Bai et al. (14) incluye dos estudios de China que mostraron que, durante la pandemia de COVID-19, la prevalencia de trastornos del sueño entre niños y adolescentes fue del 32% y el 56 %, respectivamente (30, 31).

5.3 Cuidados de enfermería

La enfermería de salud mental se enfoca en el cuidado a partir de las relaciones interpersonales, las cuales se basan en la interacción de las enfermeras con las personas para crecer en cooperación. Además, puede cumplir diferentes funciones, como la de docencia o asesoramiento, mediante la promoción y la prevención, y la de asistencia. Simultáneamente, es interlocutora entre pacientes, familiares, profesores y el resto de profesionales sanitarios (23). Las siguientes son intervenciones clave de enfermería dirigidas a mejorar la salud mental de niños y adolescentes tras el confinamiento (15).

5.3.1 Intervenciones en la escuela

Las escuelas, después del entorno familiar, son el espacio más importante, donde los niños y adolescentes pasan la mayor parte del tiempo. Si desde la escuela se

promueve un desarrollo emocional sano, se pueden prevenir y resolver problemas y mejorar su autoestima, su autoconfianza y sus habilidades en las relaciones interpersonales (27, 32). La enfermera escolar es primordial para ayudar en la identificación de problemas en un inicio y, de esta manera, ofrecer una intervención temprana para reducir la prevalencia de alteraciones psicosociales en la población infantojuvenil (5). Aunque la enfermería escolar como profesión aún no esté implantada en todas las comunidades de España, su papel está tomando relevancia en estos últimos años, debido al aumento de los trastornos mentales en niños y adolescentes (32).

5.3.1.1 Intervenciones con los alumnos

La enfermera escolar debe, por un lado, programar sesiones grupales con los alumnos en clase (32). Las principales actividades a realizar en estas sesiones son: promover la realización de actividades que potencien la autoestima; ayudar en el desarrollo de habilidades socioemocionales; fomentar el establecimiento de rutinas, la alimentación saludable, los hábitos adecuados de conciliación del sueño y la actividad física; proporcionar las herramientas adecuadas para superar las adversidades, lo que se conoce como “resiliencia emocional” y reducir el estigma asociado a los problemas de salud mental (5, 33, 23). También se debe promover la exposición a la luz solar debido al beneficio que aporta en la reducción del estrés y la depresión, en la mejora del autocontrol y en el desarrollo cognitivo (10). Por último, con el objetivo de prevenir las conductas suicidas, es imprescindible lograr la confianza en la comunicación, para así detectar señales de alarma e identificar y reforzar las redes de apoyo de niños y adolescentes (27).

Por otro lado, debe atender individualmente y en ámbito privado a aquellos alumnos que lo necesiten. Sin embargo, cuando la enfermera escolar no sea capaz de abordar el problema de salud mental del niño o adolescente, debe derivarle a la consulta de enfermería de salud mental del centro de salud. Allí, la enfermera tiene que mantener una estrecha comunicación con profesores, padres y la enfermera escolar para obtener mayor información y realizar un seguimiento adecuado (32).

5.3.1.2 Intervenciones con los familiares

El asesoramiento a los padres se considera un cuidado de enfermería fundamental, ya que estos representan la figura principal en la educación y cuidado de sus hijos, siendo el mayor ejemplo para ellos (33). Para que haya un vínculo adecuado entre padres e hijos es necesario el establecimiento de una comunicación positiva, de manera que los niños y adolescentes puedan manifestar sus emociones. De este modo, se pueden percibir los posibles problemas a tiempo e intervenir convenientemente (11). Por ello, la enfermera escolar debe proporcionar a los padres las pautas necesarias, a través de sesiones grupales e individuales, para el desarrollo de una comunicación focalizada en los sentimientos, en un entorno de seguridad y confianza para sus hijos

(33). Además, se debe asegurar la estabilidad emocional de los padres para que sean capaces de ejercer su rol de manera favorable, buscando un equilibrio entre el trabajo, el establecimiento de hábitos de vida saludables y el cuidado de sus hijos (5).

5.3.2 Intervenciones asistenciales

En general, la ansiedad, la depresión y el TEPT se encuentran entre los trastornos del estado de ánimo más comunes entre los niños y adolescentes como consecuencia del confinamiento, representando el foco principal de las investigaciones realizadas (13).

Para un correcto abordaje, la enfermera debe identificar los síntomas de cada trastorno y elaborar un plan de cuidados en base a unos objetivos (34). En el manejo de la ansiedad, el TEPT o la depresión leve o moderada, las intervenciones no farmacológicas como la psicoterapia, la exposición a estímulos temidos, la relajación muscular y respiratoria y la musicoterapia muestran resultados muy prometedores (34, 14). En cuadros más graves, está indicada la derivación a especialistas, como psicólogos y psiquiatras, con los que enfermería debe formar alianzas continuas y estables (34, 5).

5.3.3 Intervenciones a través de las TIC

Una herramienta muy útil para el cuidado de la salud mental en situaciones que no permiten la asistencia de forma presencial, como en la pandemia de COVID-19, es el empleo de las TIC. Se debe ofrecer al paciente la posibilidad de realizar consultas de atención primaria mediante llamadas telefónicas o videollamadas, y garantizar una atención integral gracias a un equipo interdisciplinar integrado por enfermeras, psiquiatras, psicólogos y trabajadores sociales (23). Así mismo, se debe fomentar la realización y divulgación de material audiovisual educativo (en escuelas y centros de salud) basado en la promoción y prevención, abordando temas como la concienciación sobre la salud mental, para eliminar o disminuir el estigma, y la práctica de hábitos saludables, entre otros (15).

5.3.4 Recomendaciones ante futuros confinamientos

Con el fin de evitar o minimizar las consecuencias en la salud mental de la población infantojuvenil en posibles pandemias futuras, con situación de confinamiento, se exponen a continuación una serie de recomendaciones que fueron útiles durante la pandemia de COVID-19 (10).

Identificar, reconocer y expresar emociones: es importante que los padres ayuden a los niños y adolescentes a identificar, aceptar y regular sus propias emociones. Para ello, deben preguntarles abiertamente cómo se sienten y hacerles entender que sentir miedo, estrés o ansiedad son respuestas normales ante situaciones que amenazan la vida. Sin embargo, si estas reacciones perduran en el tiempo o interfieren de manera significativa en su bienestar emocional se debe buscar ayuda profesional (7, 15, 11).

Crear un entorno seguro: los padres deben garantizar que los niños y adolescentes se sientan seguros y protegidos y que mantengan una actitud positiva, enfrentando la situación adecuadamente y adaptándose correctamente a los cambios, a través del desarrollo de la resiliencia. Todo ello debe darse en un ambiente de comprensión, amor y aceptación, para que todos los miembros del hogar se sientan valorados (7, 15).

Mantener las rutinas: se recomienda que los niños y adolescentes mantengan una rutina, en la medida de lo posible, estableciendo horarios estructurados de comida y sueño y de escolarización online, con suficientes oportunidades para jugar, leer, escuchar música, practicar ejercicio físico y participar en las actividades del hogar. Además, los padres deben asegurar el mantenimiento de una dieta equilibrada y saludable (11, 15, 7).

Limitar la exposición a los medios: es importante que los niños y adolescentes entiendan lo que está pasando, pero se debe evitar en todo momento la sobreexposición a las noticias. Para ello, los padres deben regular la información que reciben sus hijos. Ésta tiene que ser concisa y adaptada a su edad, recogida a través de canales de noticias neutrales basadas en hechos (7, 11, 15).

Recibir apoyo social: mantenerse en contacto con seres queridos con los que compartir sentimientos y perspectivas es una buena estrategia para mejorar el afrontamiento. Los padres deben crear oportunidades para los niños y adolescentes para tener encuentros virtuales, con sus familiares y amigos, a través de las TIC, evitando un uso irresponsable de las mismas (7, 15, 11).

6. DISCUSIÓN

Los autores coinciden en todos los resultados excepto en el rango de edad al que más han afectado las consecuencias de la pandemia. Por un lado, Gatell et al. (4) concluyeron en su investigación que los niños que tenían entre 5 y 8 años fueron los más afectados, tanto por la dificultad que supone en estas edades reemplazar la interacción personal con sus compañeros por relaciones únicamente virtuales, como por el gran impacto que tiene en el desarrollo de los niños la privación de la salida al exterior. Por otro lado, Panchal et al. (5) incluyeron en su revisión los estudios de Catty (17), Chen et al. (18) y Merikangas et al. (19), quienes afirmaron que la adolescencia en sí misma es un factor de riesgo para el desarrollo de trastornos mentales, debido a los grandes cambios emocionales que experimenta el cerebro en esta etapa vital. Por otra parte, existen pocas investigaciones sobre este tema.

7. CONCLUSIONES

1. La pandemia ha sido un ejemplo de cómo una enfermedad física puede trascender al área mental, exponiendo a la población infantojuvenil a sufrir trastornos mentales.

2. Los principales factores de riesgo para el desarrollo de alteraciones mentales han sido el aislamiento social, la interrupción de la educación presencial, el sexo femenino y la pobreza y/o pertenencia a grupos sociales desfavorecidos.

3. Los cuidados enfermeros clave son las intervenciones de promoción y prevención en la escuela, el asesoramiento a los padres, y, a nivel asistencial, las medidas no farmacológicas. Además, el empleo de las TIC para la asistencia a la salud mental resulta muy útil.

4. Enfermería debe reforzar, junto a un equipo interdisciplinar sólido, la atención a la salud mental, dando mayor cobertura y visibilidad a las alteraciones mentales para superar el estigma.

5. Se necesita mayor investigación para evaluar el impacto a largo plazo de los factores de la pandemia de COVID-19 en la salud mental de la infancia y la adolescencia, para poder prevenir o reducir los trastornos mentales al ofrecer apoyo y/o tratamiento adecuados.

8. BIBLIOGRAFÍA

1. Santos Carrasco I de la M, Hernández García MS, Parrilla Escobar MA, Mongil López B, González Collantes R, Geijo Uribe S. Confinamiento y salud mental: análisis del impacto en una muestra de 194 pacientes de psiquiatría del niño y del adolescente. *Psiquiatr Biol.* 2021;28(2). Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.psiq.2021.100317>
2. Enfermedad del coronavirus 2019 (COVID-19). *Infections* [Internet]. 2020 [citado el 2 de noviembre de 2022]. Disponible en: <https://medlineplus.gov/spanish/covid19coronavirusedisease2019.html>
3. DatosRTVE. Mapa del coronavirus en el mundo y datos de su evolución [Internet]. RTVE.es. 2022 [citado el 2 de noviembre de 2022]. Disponible en: <https://www.rtve.es/noticias/20221102/mapa-mundial-del-coronavirus/1998143.shtml>
4. Gatell-Carbó A, Alcover-Bloch E, Balaguer-Martínez JV, Pérez-Porcuna T, Esteller-Carceller M, Álvarez-García P, et al. Estado de la salud mental infantojuvenil durante la primera ola de la pandemia de la COVID-19 y en el inicio del curso escolar 2020-2021. *An Pediatr.* 2021;95(5):354–63. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.anpedi.2021.08.008>
5. Panchal U, Salazar de Pablo G, Franco M, Moreno C, Parellada M, Arango C, et al. The impact of COVID-19 lockdown on child and adolescent mental health: systematic review. *Eur Child Adolesc Psychiatry.* 2021;(0123456789).
6. Schiavo R. Children and COVID-19: addressing the mental health impact of the pandemic. *J Commun Healthc.* 2020;13(3):147–50. Disponible en: <https://doi.org/10.1080/17538068.2020.1821438>
7. Urbina García MÁ. –1–año 12 | número 22 | enero-junio 2021 | ISSN 2007-2171 El bienestar de los niños: el aislamiento social durante el confinamiento por el COVID-19 y estrategias efectivas. *Diálogos sobre Educ.* 2021;0(22):1–17.
8. ¿Qué es la adolescencia? [Internet]. Unicef.org. [citado el 2 de noviembre de 2022]. Disponible en: <https://www.unicef.org/uruguay/que-es-la-adolescencia>
9. Lu T, Yu Y, Zhao Z, Guo R. Mental Health and Related Factors of Adolescent Students During Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Pandemic. *Psychiatry Investig.* 2022 Jan 1;19(1):16–28.
10. de Figueiredo CS, Sandre PC, Portugal LCL, Mázala-de-Oliveira T, da Silva Chagas L, Raony Í, et al. COVID-19 pandemic impact on children and adolescents' mental health: Biological, environmental and social factors. *Prog Neuro-Psychopharmacology Biol Psychiatry.* 2021;106.
11. Paricio del Castillo R, Pando Velasco MF. Salud mental infanto-juvenil y pandemia de Covid-19 en España: cuestiones y retos. *Rev Psiquiatr Infanto-Juvenil.* 2020;37(2):30–44.
12. Trujillo-Hernández PE, Gómez-Melasio DA, Lara-Reyes BJ, Medina-Fernández IA, Hernández-Martínez EK. Asociación entre características sociodemográficas, síntomas depresivos, estrés y ansiedad en tiempos de la COVID-19. *Enf Global.* 2021;20(4):1-25. Disponible en: <https://revistas.um.es/eglobal/article/view/471511>
13. Tamarit A, de la Barrera U, Mónaco E, Schoeps K, Montoya-Castilla I. Psychological impact of COVID-19 pandemic in Spanish adolescents: risk and protective factors of emotional symptoms. *Rev Psicol Clin con Niños y Adolesc.* 2020;7(3):73–80.
14. Bai M, Miao C, Zhang Y, Xue Y, Jia F, Du L. COVID-19 and mental health disorders in children and adolescents (Review). *Psychiatry Res.* 2022;317. Disponible en: <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0165178122004735>

15. Singh S, Roy D, Sinha K, Parveen S, Sharma G, Joshi G. Impact of COVID-19 and lockdown on mental health of children and adolescents: A narrative review with recommendations. *Psychiatry Res.* 2020;293(May):113429. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113429>
16. Liu JJ, Bao Y, Huang X, Shi J, Lu L. Mental health considerations for children quarantined because of COVID-19. *Lancet Child Adolesc Heal.* 2020;4(5):347–9.
17. Catty J. Lockdown and adolescent mental health: reflections from a child and adolescent psychotherapist. *Wellcome Open Res.* 2021;5:1–10.
18. Chen F, Zheng D, Liu J, Gong Y, Guan Z, Lou D. Depression and anxiety among adolescents during COVID-19: A cross-sectional study. *Brain Behav Immun.* 2020 Aug 1;88:36–8.
19. Merikangas KR, He JP, Burstein M, Swanson SA, Avenevoli S, Cui L, et al. Lifetime Prevalence of Mental Disorders in U.S. Adolescents: Results from the National Comorbidity Survey Replication–Adolescent Supplement (NCS-A). *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry.* 2010 Oct 1;49(10):980–9.
20. de la Barrera U, Schoeps K, Gil-Gómez JA, Montoya-Castilla I. Predicting adolescent adjustment and well-being: The interplay between socio-emotional and personal factors. *Int J Environ Res Public Health.* 2019;16(23).
21. Gomez-Baya D, Mendoza R, Paino S, de Matos MG. Perceived emotional intelligence as a predictor of depressive symptoms during mid-adolescence: A two-year longitudinal study on gender differences. *Pers Individ Dif.* 2017 Jan 1;104:303–12.
22. Brooks SK, Webster RK, Smith LE, Woodland L, Wessely S, Greenberg N, et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *Lancet.* 2020;395(10227):912–20.
23. Martínez-Esquivel D. Desafíos para la enfermería de salud mental después del COVID-19. *Rev Cienc y Cuid.* 2020;17(3):122–9.
24. Real Academia Nacional de Medicina. En: *Vida y obra de Luis Sánchez Granjel*. Ediciones Universidad de Salamanca; 2018. p. 195–200.
25. Depresión [Internet]. Cun.es. [citado el 23 de noviembre de 2022]. Disponible en: <https://www.cun.es/enfermedades-tratamientos/enfermedades/depresion>
26. Xie X, Xue Q, Zhou Y, et al. Mental Health Status Among Children in Home Confinement During the Coronavirus Disease 2019 Outbreak in Hubei Province, China. *JAMA Pediatr.* 2020;174(9):898–900.
27. Arevalo-Mahecha Y, Gómez-Prieto KJ, Ladino-Florez AJ, Linares-Carvajal B, Rodríguez-Peña KJ, Losada-Trujillo EV, et al. Prevención de autolesiones y suicidio: una experiencia desde el cuidado de enfermería para docentes de educación secundaria. *Boletín Semillero Investig en Fam.* 2022;4(1).
28. Observatorio del Suicidio en España [Internet]. Prevención del suicidio. [citado el 28 de abril de 2023]. Disponible en: <https://www.fsme.es/observatorio-del-suicidio/>
29. American Psychiatric Association. *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5 (R))*. 5a ed. Arlington, TX, Estados Unidos de América: American Psychiatric Association Publishing; 2013.
30. Lin L yu, Wang J, Ou-yang X yong, Miao Q, Chen R, Liang F xia, et al. The immediate impact of the 2019 novel coronavirus (COVID-19) outbreak on subjective sleep status. *Sleep Med.* 2021;77:348–54.
31. Liu Z, Tang H, Jin Q, Wang G, Yang Z, Chen H, Yan H, Rao W, Owens J. Sleep of preschoolers during the coronavirus disease 2019 (COVID-19) outbreak. *J. Sleep Res.* 2021
32. Moreno Román A. Atención de la enfermera escolar al alumnado con problemas de salud mental y de conducta. *NPunto.* 2022;V(46):57–65.

33. Silva EMVB, Silva D, Aparício G, Bica I, Albuquerque C, Cunha M. Promotion of children's mental health: nurses' contributions. Acta Paul Enferm. 2020;33. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.37689/acta-ape/2020ao0254>
34. Harding SL. Adapting to COVID-19 Stressors: The Role of Nursing. J Psychosoc Nurs Ment Health Serv. 2022;60(1):13–6.

9. ANEXOS

ANEXO A

Tabla 4. Ficha de los artículos seleccionados

TÍTULO	AUTOR	AÑO DE PUBLICACIÓN	LUGAR DE PUBLICACIÓN	RESUMEN
Confinamiento y salud mental: análisis del impacto en una muestra de 194 pacientes de psiquiatría del niño y del adolescente	Isabel de la Montaña Santos Carrasco, Marta Saray Hernández García, María Avelina Parrilla Escobar, Beatriz Mongil López, Ruth González Collantes y Soraya Geijo Uribe	2021	Psiquiatría Biológica	La rápida extensión de la COVID-19 ha llevado a los gobiernos a confinar a las personas en sus hogares para frenar los contagios. Esta situación favorece la aparición de enfermedades mentales, siendo más vulnerables los niños y adolescentes. Se entrevistó a una muestra de pacientes de psiquiatría infantojuvenil, con el fin de conocer la repercusión del confinamiento en su salud mental. La mayoría de ellos requirieron un aumento de dosis en su tratamiento farmacológico, aumentaron el tiempo de uso de dispositivos electrónicos, retrasaron sus horarios de sueño y despertar y vieron aumentado su apetito
Estado de la salud mental infantojuvenil durante la primera ola de la pandemia de la COVID-19 y en el inicio del curso escolar 2020-2021	Anna Gatell Carbó, Elena Alcover Bloch, Josep Vicent Balaguer Martínez, Tomás Pérez Porcuna, María Esteller Carceller, Patricia Álvarez	2021	Anales de Pediatría	España, con el objetivo de frenar los contagios por COVID-19, estableció el confinamiento domiciliario y el cierre de escuelas y negocios. Se realizó

	García, Emilio Fortea Gimeno y Red de investigación en Atención Primaria de Pediatría de la Secció d'Atenció Primària de la Societat Catalana de Pediatría			una encuesta a una muestra de niños, con el objetivo de evaluar el impacto psicopatológico durante la cuarentena y al inicio del curso escolar. Los resultados mostraron que la franja de edad más afectada fue la de los 5 a 8 años y que hubo un aumento de síntomas emocionales y de conducta, de trastornos del sueño y de uso problemático de pantallas. Además, la preocupación de los niños por su salud y la de su familia fue un factor de riesgo, mientras que el buen ambiente familiar resultó protector
The impact of COVID-19 lockdown on child and adolescent mental health: systematic review	Urvasi Panchal, Gonzalo Salazar de Pablo, Macarena Franco, Carmen Moreno, Mara Parellada, Celso Arango y Paolo Fusar-Poli	2021	European Child & Adolescent Psychiatry	La COVID-19 fue declarada pandemia en marzo de 2020, haciendo que los países impusieran el confinamiento domiciliario. Esta situación lleva al desarrollo de problemas de salud mental, sobre todo en niños y adolescentes. Este estudio muestra los efectos de las medidas impuestas en la salud mental de la población infantojuvenil. La ansiedad y la depresión fueron las alteraciones más comunes y en menor porcentaje el TEPT. Los

				niños y adolescentes con necesidades especiales y con enfermedades mentales previas, la exposición excesiva a los medios de comunicación y la falta de rutina, fueron importantes factores de riesgo. Sin embargo, la comunicación positiva entre padres e hijos y la actividad física fueron factores protectores
Children and COVID-19: adressing the mental health impact of the pandemic	Renata Schiavo	2020	Journal of Communication in Healthcare	La evidencia indica que el impacto del COVID-19 en la mortalidad infantil y adolescente es muy reducido. Sin embargo, el alcance que ha tenido en su salud mental es mucho mayor. Para hacer frente a las consecuencias de la COVID-19 en su salud mental, se deben llevar a cabo intervenciones, basadas en la comunicación, que involucren a la familia y a la comunidad y los capaciten para atender las necesidades de los niños y adolescentes. Además, se debe promover la investigación en el tema y el diseño de políticas que mejoren el acceso a la atención de la salud mental
El bienestar de los niños: el aislamiento social durante	Miguel Ángel Urbina García	2020	Diálogos sobre Educación	El aislamiento social al que se han visto sometidos los niños, por las medidas impuestas para

<p>el confinamiento por el COVID-19 y estrategias efectivas</p>				<p>frenar la propagación del COVID-19, podría tener un impacto negativo en su bienestar emocional. Diversas investigaciones concluyen que la ausencia de relaciones sociales positivas y el aislamiento social podrían desencadenar trastornos del sueño, depresión, ansiedad y estrés. Ante esta situación, se dan una serie de recomendaciones dirigidas a los cuidadores</p>
<p>Mental health and related factors of adolescent students during coronavirus disease 2019 (COVID-19) pandemic</p>	<p>Tian`ge Lu, Yao Yu, Zhonghui Zhao y Rongjuan Guo</p>	<p>2022</p>	<p>Psychiatry Investigation</p>	<p>China impuso el confinamiento domiciliario por la COVID-19 en enero de 2020. Con el fin de investigar el impacto de la pandemia en la salud mental de los adolescentes, se diseñó un cuestionario. Se obtuvo que las principales alteraciones fueron la ansiedad y la depresión y que factores como el género femenino, la enseñanza online y el historial de enfermedades mentales tuvieron un impacto negativo. Sin embargo, una adecuada comprensión de la pandemia, un mayor conocimiento de la salud mental y una mejor relación familiar y social fueron factores protectores. Ante esta</p>

				situación, es necesaria la instrucción en salud mental a las familias y la comunidad, la promoción de la comunicación entre padres e hijos y la facilitación del acceso a la salud mental
COVID-19 pandemic impact on children and adolescents' mental health: Biological, environmental and social factors	Camila Saggioro de Figueiredo, Poliana Capucho Sandre, Liana Catarina Lima Portugal, Thalita Mázala de Oliveira, Luana da Silva Chagas, Ícaro Raony, Elen Soares Ferreira, Elizabeth Giestal de Araujo, Aline Araujo dos Santos y Priscilla Oliveira Silva Bomfim	2021	Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry	La pandemia de la COVID-19 ha generado un cambio en la forma de organización social y en las rutinas diarias. Los niños y adolescentes se vieron muy afectados por el cierre de las escuelas y la reducción de la vida social y las actividades al aire libre. Algunos de ellos también experimentaron un aumento de la violencia doméstica. El estrés al que estuvieron sometidos ha repercutido directamente en su salud mental por el aumento de la ansiedad y los cambios en la alimentación y en la dinámica escolar. El objetivo de este estudio es alertar a los agentes de salud pública y al gobierno sobre la necesidad de atención a la salud mental de estos grupos de edad
Salud mental infanto-juvenil y pandemia de COVID-19 en España: cuestiones y retos	R. Paricio del Castillo y M.F. Pando Velasco	2020	Revista de Psiquiatría Infanto-Juvenil	El cierre de las escuelas y el confinamiento domiciliario de la población, por la COVID-19, predispone a niños y

				adolescentes a sufrir alteraciones en su salud mental. En estudios realizados en población infantojuvenil se vio un aumento de la sintomatología postraumática, ansiosa y depresiva, siendo importantes factores de riesgo la limitación de las relaciones con los pares, la ruptura de la rutina, la pobreza y el abuso de los dispositivos electrónicos. Ante esta situación, se proponen medidas en el núcleo familiar y la promoción de hábitos saludables, así como estrategias para reforzar la accesibilidad a la red de salud mental
Asociación entre características sociodemográficas, síntomas depresivos, estrés y ansiedad en tiempos de la COVID-19	Pedro Enrique Trujillo Hernández, Dafne Astrid Gómez Melasio, Braulio Josué Lara Reyes, Isaí Arturo Medina Fernández y Eva Kerena Hernández Martínez	2021	Enfermería Global	Las medidas tomadas para frenar la propagación de la COVID-19 han propiciado la presencia de síntomas depresivos, ansiosos y de estrés en la población. Este estudio tiene el objetivo de identificar los factores de riesgo para el desarrollo de alteraciones mentales durante el confinamiento, a través de una encuesta. Se obtuvo que los participantes más jóvenes, sin pareja, del sexo femenino o desempleados o con ingresos

				económicos bajos fueron los más afectados
Psychological impact of COVID-19 pandemic in Spanish adolescents: risk and protective factors of emotional symptoms	Alicia Tamarit, Usue de la Barrera, Estefanía Mónaco, Konstance Schoeps e Inmaculada Montoya Castilla	2020	Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes	La pandemia de la COVID-19 ha puesto a los adolescentes en un riesgo mayor de desarrollar problemas de salud mental. El objetivo del presente estudio es examinar la influencia de las variables sociodemográficas y las relacionadas con el COVID-19 en los síntomas de depresión, ansiedad y estrés en los adolescentes, a través de un cuestionario. Los resultados indican que las chicas, los adolescentes que hicieron trabajo voluntario o los que no salieron en ningún momento de sus hogares tuvieron más probabilidad de experimentar síntomas de depresión, ansiedad o estrés
COVID-19 and mental health disorders in children and adolescents (Review)	Miao Shui Bai, Chun Yue Miao, Yu Zhang, Yang Xue, Fei Yong Jia y Lin Du	2022	Psychiatry Research	El aislamiento social, provocado por las medidas tomadas para frenar la expansión de la COVID-19, ha afectado negativamente la salud mental de la población. Este estudio tiene el propósito de resumir el impacto del coronavirus en la salud mental de la población infantojuvenil, es decir, cuáles son las alteraciones mentales más

				frecuentes y los factores de riesgo más influyentes asociados a dichas alteraciones. Por último, propone distintas herramientas de detección y métodos de intervención y prevención de trastornos mentales
Impact of COVID-19 and lockdown on mental health of children and adolescents: A narrative review with recommendations	Shweta Singh, Deblina Roy, Kritika Sinha, Sheeba Parveen, Ginni Sharma y Gunjan Joshi	2020	Psychiatry Research	El impacto que la COVID-19 ha tenido en los niños y adolescentes está determinado por varios factores de riesgo: la edad de desarrollo, el nivel académico, presentar enfermedad mental preexistente, ser económicamente desfavorecido o haber estado en cuarentena. Con el objetivo de garantizar el bienestar emocional de los niños y adolescentes se proponen una serie de recomendaciones en las que se ven involucrados padres, profesores, pediatras, trabajadores de la salud mental y formuladores de políticas
Desafíos para la enfermería de salud mental después del COVID-19	Daniel Martínez Esquivel	2020	Revista Ciencia y Cuidado	La enfermería de salud mental (centrada en el cuidado a partir de las relaciones interpersonales) debe fortalecerse y hacer frente a los desafíos generados por la pandemia de COVID-19.

				Algunas medidas que pueden mejorar la calidad de los servicios de salud mental son: desarrollar intervenciones e-salud, proporcionar acompañamiento a los pacientes ingresados en el hospital para reducir el estrés, invertir en los servicios de salud mental para que brinden apoyo a los profesionales sanitarios y crear un equipo interdisciplinar sólido
Prevención de autolesiones y suicidio: una experiencia desde el cuidado de enfermería para docentes de educación secundaria	Yineth Arevalo Mahecha, Karol Johana Gómez Prieto, Angela Julieth Ladino Florez, Brayan Linares Carvajal, Katherin Julieth Rodríguez Peña, Elizabeth Valentina Losada Trujillo y Mishel Daniela Romero Salgado	2022	Boletín Semillero de Investigación en Familia	El suicidio se considera un problema de salud pública debido al impacto que genera en la sociedad, por la pérdida de muchos años de vida que pudieron ser vividos. Este estudio tiene el objetivo de fortalecer los conocimientos de los docentes en el manejo de la autolesión y el suicidio, poniendo de manifiesto la importancia de la salud mental en la calidad de vida de los adolescentes. Por ello, resulta fundamental el fortalecimiento de los conocimientos de los docentes en la identificación de las señales de alarma de problemas de salud mental y la prevención de lesiones en los estudiantes

Atención de la enfermera escolar al alumnado con problemas de salud mental y de conducta	Ana Moreno Román	2022	NPunto	Los problemas de salud mental están aumentando en niños y adolescentes. La enfermera escolar es uno de los profesionales indicados para su prevención, detección y seguimiento en el ámbito escolar y debe capacitar a estos grupos de edad en una mayor resiliencia que les permita abordar los problemas de forma no patológica. Sin embargo, la labor de las enfermeras escolares se ve dificultada por la sobrecarga de trabajo, la escasez de tiempo y recursos y la falta de entrenamiento en este ámbito. A pesar de ello, es el profesional que se considera más adecuado para la atención a jóvenes con problemas mentales, quien debe formar alianzas estables con el profesorado y los especialistas en salud mental, considerando a la familia como un pilar fundamental
Promotion of children's mental health: nurses' contributions	Ernestina Maria Veríssimo Batoca Silva, Daniel Silva, Graça Aparício, Isabel Bica, Carlos Albuquerque y Madalena Cunha	2020	Acta Paulista de Enfermagem	El aumento en la prevalencia de los trastornos mentales entre los niños exige el desarrollo de programas de prevención y promoción de la salud mental en las escuelas,

				<p>donde las enfermeras deben tener un papel activo en la identificación de problemas iniciales para brindar una intervención temprana. Las intervenciones se deben basar en la enseñanza de hábitos de vida saludables y de habilidades socioemocionales, así como en el asesoramiento a los padres (focalizadas en la promoción de la comunicación positiva)</p>
<p>Adapting to COVID-19 Stressors: The Role of Nursing</p>	<p>Shari Lynn Harding</p>	<p>2022</p>	<p>Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services</p>	<p>Entre los trastornos mentales más frecuentes, por la pandemia por coronavirus, se encuentran la ansiedad, la depresión y el trastorno por estrés postraumático. Para hacerles frente, es fundamental que las enfermeras de salud mental intervengan de manera temprana y continua. Estas deben reconocer y evaluar las manifestaciones de los diferentes trastornos y proporcionar los cuidados más adecuados en función de la severidad de los síntomas</p>