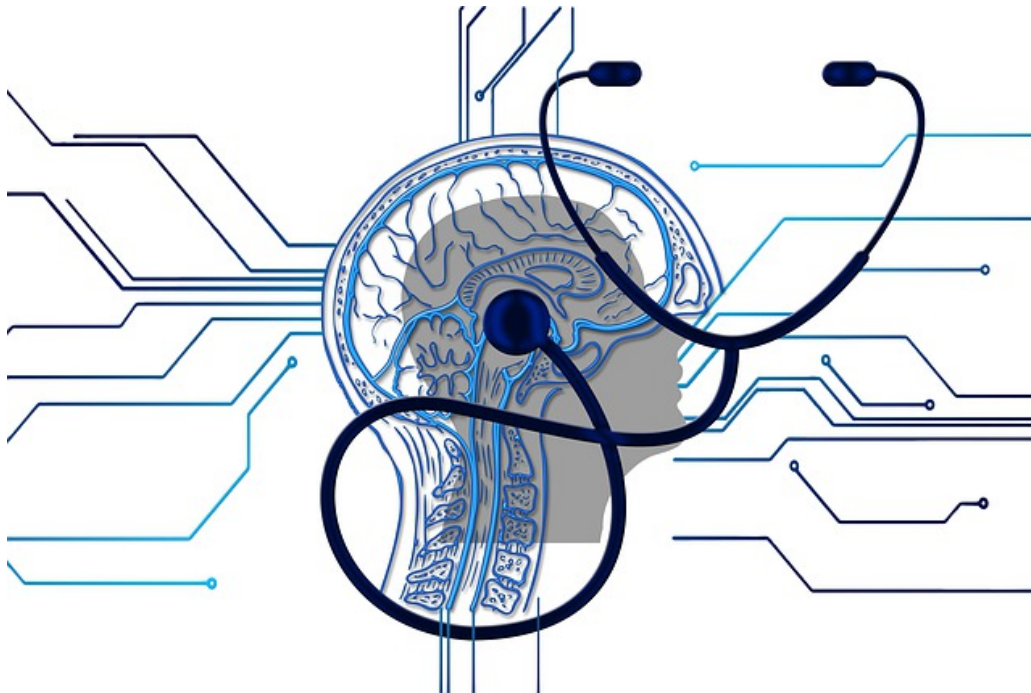




## La salud mental en la pandemia

Lo que dicen las encuestas



### En este número...

- El efecto de la pandemia en la salud mental
- Prevalencia y severidad de las depresiones. Cambios con respecto a 2014
- Consultas médicas y uso de Internet para temas de salud
- Defunciones por causas externas: suicidio, homicidio y abuso de drogas

La última Encuesta europea de salud en España se desarrolló entre julio de 2019 y julio de 2020. Con esta referencia temporal, durante los primeros meses de la pandemia se observó un aumento en el porcentaje de población que experimentó sensación de estar decaído o deprimido, con problemas para dormir y con poco interés o alegría por hacer las cosas. Pero, al mismo tiempo, se redujo el porcentaje que indicó tener sensación de cansancio, sentirse mal con uno mismo o tener problemas para concentrarse.

Respecto a 2014, se reduce dos puntos la prevalencia de cuadros depresivos en la población española (7,4% en 2014 frente a 5,4% en 2020). Casi un millón de personas presenta cuadros depresivos mayores y algo más de un millón presenta cuadros depresivos de menor severidad. La incidencia en las mujeres es el doble que entre

los hombres, siendo los más afectados en ambos casos quienes se encuentran imposibilitados para el trabajo.

Las consultas médicas experimentaron un fuerte descenso durante la pandemia, sobre todo entre los más mayores, y un 20,5% de la población entre 16 y 74 años accedió a servicios de salud online en los últimos 3 meses.

Entre enero y mayo de 2020, las defunciones por suicidio, agresión y abuso de drogas disminuyeron con respecto al mismo periodo de años anteriores.

**Fuentes:** INE (Encuesta europea de salud en España, Encuesta de equipamiento y uso de tecnologías de información y comunicación en los hogares, Estadística de defunciones según la causa de muerte).

### Más deprimidos pero menos cansados

La irrupción de la pandemia de covid-19 y los cambios en la vida social han afectado a la salud mental de la población.

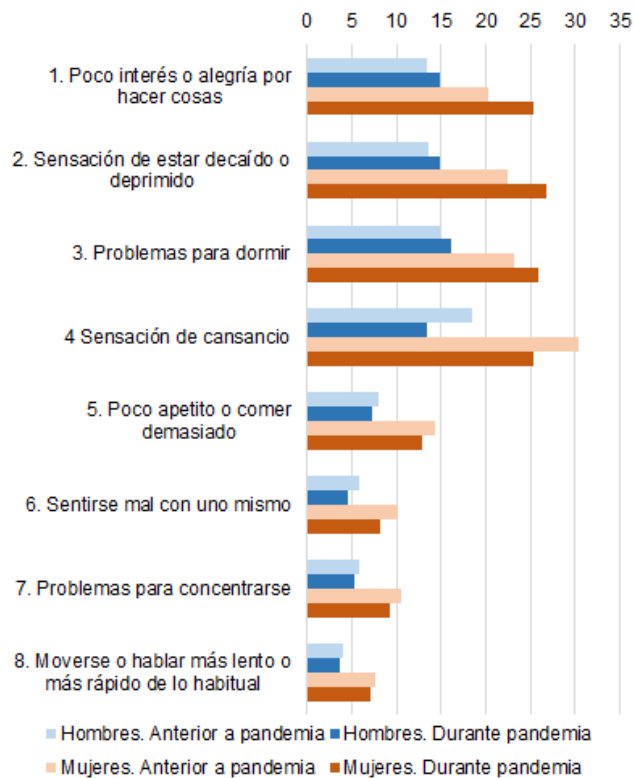
Según la reciente Encuesta europea de salud en España, entre la situación antes de la pandemia y durante la misma se registra un aumento de 3,3 puntos porcentuales en el poco interés o alegría por hacer las cosas, de 2,8 puntos en la sensación de estar decaído o deprimido y de 2 puntos en los problemas para dormir. Por el contrario, se reduce 5,1 puntos la sensación de cansancio y 1,7 puntos el sentirse mal con uno mismo.

Los cambios en estos indicadores hasta julio de 2020 son más pronunciados en el caso de las mujeres que de los hombres y también parten estas de valores más altos previos a la pandemia.



### Indicadores de salud mental antes y durante la pandemia\* en hombres y en mujeres. 2019-2020

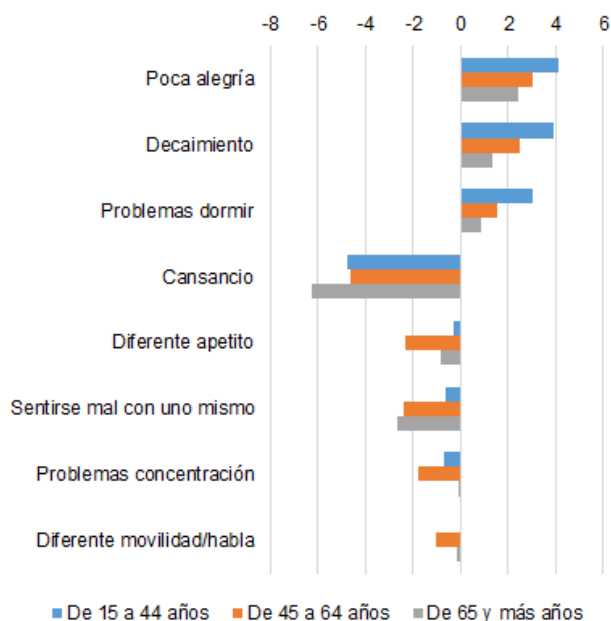
(% población de 15 y más años)



\* Hasta julio de 2020.

### Variación en los indicadores de salud mental según grupo de edad durante la pandemia\*

(puntos porcentuales)



\* Hasta julio de 2020.

### Afecta a todas las edades, aunque no a todas igual

La tendencia a incrementarse los tres primeros indicadores al principio de la pandemia se observa en todos los grupos de edad, aunque el cambio es más notable en el grupo de 15 a 44 años. En los restantes indicadores de salud mental, el cambio es mayor entre los de más edad. Así por ejemplo, la sensación de cansancio disminuye 6,2 puntos entre los de 65 y más años.



## La paradoja de la buena salud en pandemia

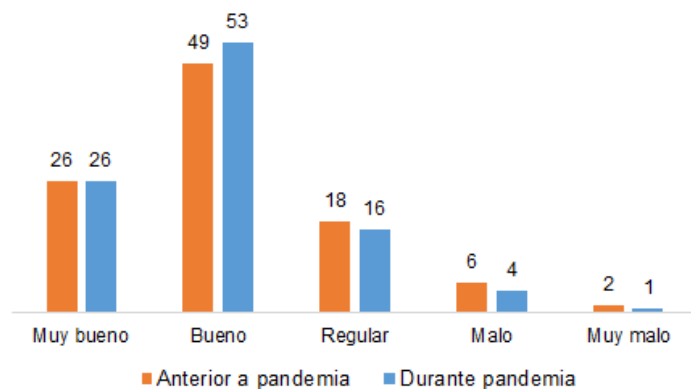
En el periodo de pandemia que recoge la Encuesta europea de salud en España (hasta julio de 2020) se reduce la proporción de población con salud autopercebida regular, mala o muy mala y aumenta cuatro puntos el peso de la población con buena salud general (física y mental) respecto al periodo anterior.

Al mismo tiempo, el exceso de mortalidad al inicio de la pandemia se asocia principalmente a edades avanzadas y problemas previos de salud (comorbilidades). Así, de acuerdo con la Estadística de defunciones según la causa de muerte, durante los cinco primeros meses del año, el 87,1% de los fallecidos por covid-19 virus identificado tenía 70 o más años y el 89,2% de covid-19 sospechoso tenía 75 o más.

Por otra parte, la principal comorbilidad de las personas que fallecieron por covid-19 y que fueron informadas por los médicos en el certificado médico de defunción fue la enfermedad hipertensiva (13,7% en los fallecimientos por covid-19 virus identificado y 21,0% en los de covid-19 sospechoso). Por su parte, la insuficiencia renal fue la segunda comorbilidad en las defunciones de covid-19 virus identificado (8,7%) y la demencia en las defunciones por covid-19 sospechoso (13,0%).

## Salud autopercebida antes y durante la pandemia\*

(% población de 15 y más años)

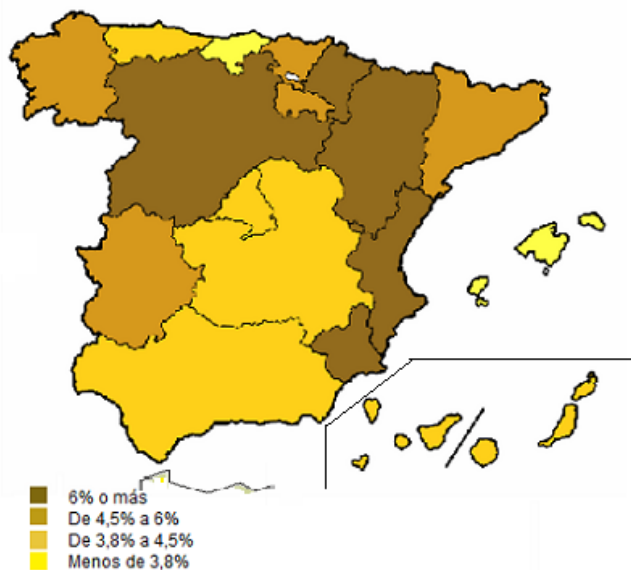


\* Hasta julio de 2020.

## Prevalencia y severidad de las depresiones. Cambios con respecto a 2014

### Prevalencia de cuadros depresivos\*. 2020

(% población de 15 y más años)



\* Incluye cuadros depresivos mayores y otros cuadros depresivos.

### Castilla y León tiene la incidencia más alta

Dentro de las comunidades autónomas, Castilla y León (10%), Comunitat Valenciana (9,8%) y Comunidad Foral de Navarra (6,7%) tienen las cifras más altas en cuanto a prevalencia de algún cuadro depresivo; mientras que Cantabria e Illes Balears tienen las cifras más bajas (3,6% y 3,7%, respectivamente), junto con las Ciudades Autónomas de Ceuta y Melilla (ambas por debajo de 2,5%).

### La depresión grave afecta a 230.000 personas

La Encuesta europea de salud investiga la prevalencia de cuadros depresivos entre la población de 15 y más años y la severidad de la sintomatología depresiva. En 2020, se cifra en 5,4% la población con algún tipo de cuadro depresivo, son 2,1 millones de personas. Atendiendo a la severidad de la sintomatología, 230.000 se consideran graves.

### Pese a todo, menos casos que en 2014

Respecto a 2014, ha descendido dos puntos el porcentaje de personas con cuadros depresivos (7,4% frente a 5,4%) y también ha descendido el porcentaje de depresiones consideradas graves: de 1,06% en 2014 a 0,58% en 2020.

### Afecta el doble a las mujeres

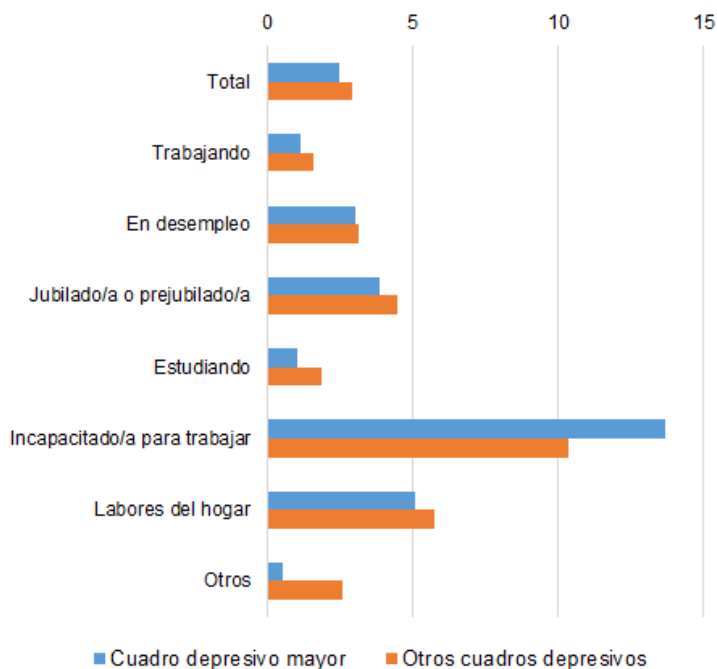
La prevalencia de la depresión en mujeres duplica a la de hombres (7,1% frente a 3,5%), y los casos con severidad grave en mujeres más que triplican los que se dan en hombres: por cada caso grave en hombres hay 3,5 que son mujeres.

### La incapacidad para el empleo, principal riesgo

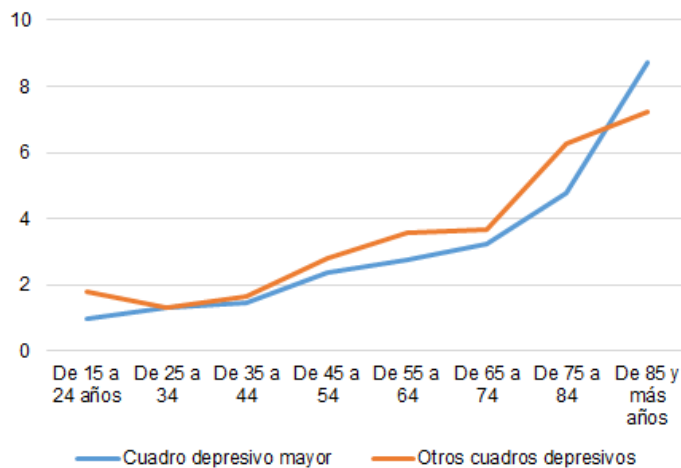
Los cuadros depresivos aumentan según el grupo de edad, alcanzando su valor más alto entre los de 85 y más años, donde afecta al 16,0% de ellos. Por su relación con la actividad, la incidencia es mayor entre las personas incapacitadas para trabajar: 24,4% en hombres y 23,4% en mujeres, entre cuadros depresivos mayores o de otro tipo. Estar estudiando o trabajando se asocia con menos casos.

### Prevalencia de cuadros depresivos activos según actividad económica actual. 2020

(% población de 15 y más años)



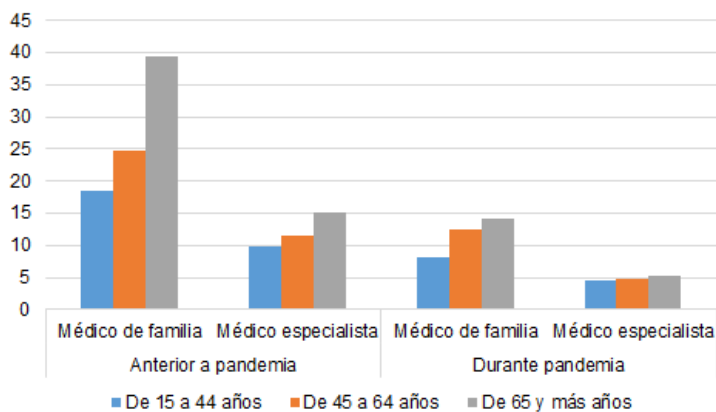
### Prevalencia de cuadros depresivos en la población según la edad. 2020 (%)



### Consultas médicas y uso de Internet para temas de salud

#### Consultas médicas antes y durante la pandemia\* según grupo de edad. 2019-2020

(% de cada grupo de edad que realizó visitas en las 4 semanas anteriores a la entrevista)



\* Hasta julio de 2020.

#### La pandemia vacía las salas de espera

Uno de los efectos de la pandemia que registra la Encuesta europea de salud en 2020 tiene que ver con la asistencia sanitaria (presencial o telefónica).

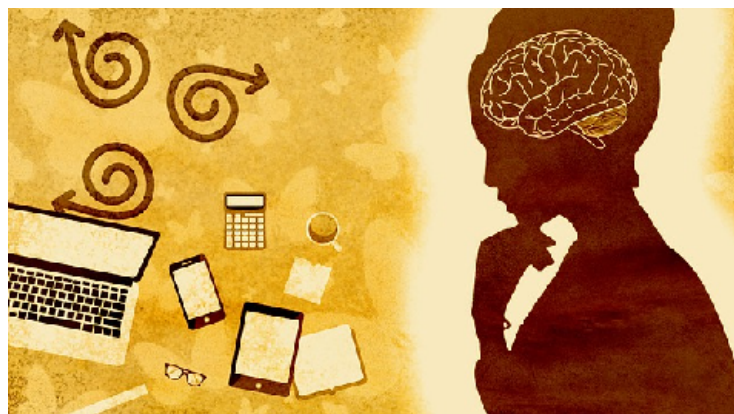
Durante los cinco primeros meses de la pandemia, el 9,3% de los hombres y el 12,4% de las mujeres de 15 y más años recibió atención del médico de familia en las cuatro semanas anteriores a la entrevista, mientras que en los meses previos al comienzo de la pandemia los porcentajes fueron del 21,1% y 29,2%, respectivamente.

Por su parte, el 3,9% de los hombres y el 5,5% de las mujeres de 15 y más años consultó un médico especialista en las cuatro semanas anteriores a la entrevista durante los cinco primeros meses de la pandemia, mientras que en los meses previos los porcentajes fueron del 9,5% y 13,6%, respectivamente.

El descenso de las consultas se observa en todas las edades, siendo más pronunciado en el grupo de 65 y más años, con caídas de 25 puntos en consultas al médico de familia y de 10 puntos a médicos especialistas.

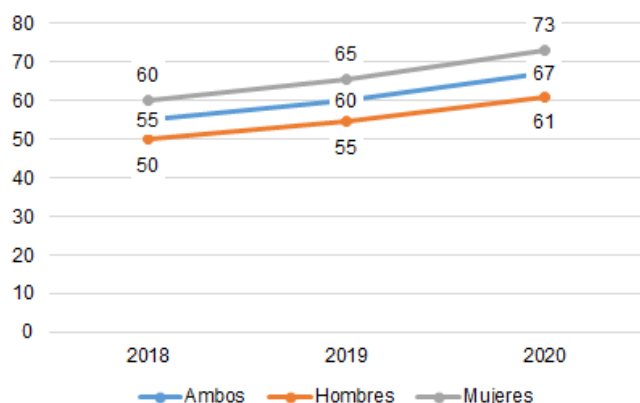
#### El interés por la salud crece en Internet

Durante 2020, un 67,1% de las personas entre 16 y 74 años usaron la red para búsquedas relacionadas con temas de salud en los últimos 3 meses, lo que supone siete puntos más que el año anterior, según la Encuesta de tecnologías de la información y la comunicación en los hogares.



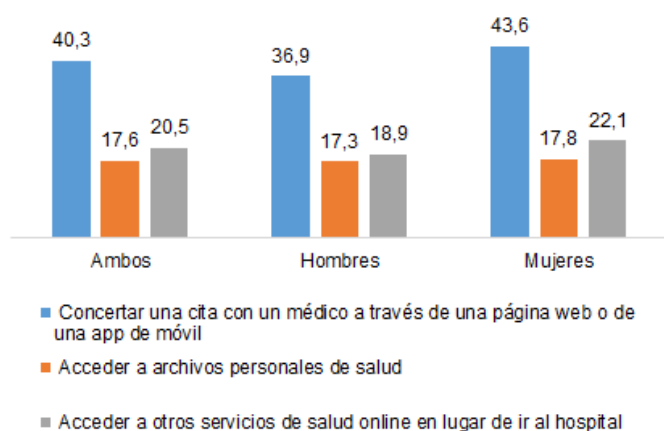
## Buscar información sobre temas de salud en los últimos 3 meses

(% personas de 16-74 años)



## Actividades por Internet relacionadas con la salud en los últimos 3 meses. 2020

(% personas de 16-74 años)

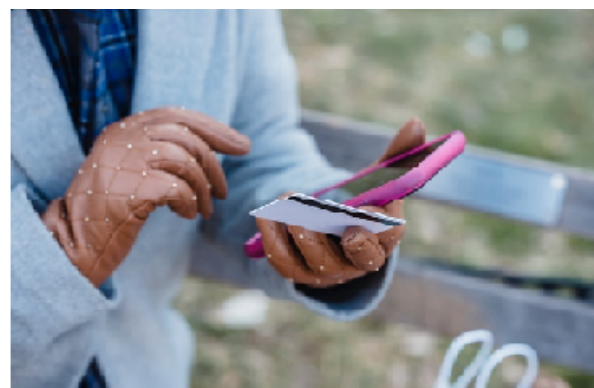


## Uno de cada cinco accedió a servicios de salud online

En 2020 se investigaron otras actividades por Internet relacionadas con la salud, además de la búsqueda de información.

La siguiente actividad relativa a la salud más extendida fue concertar una cita médica a través de una página web o de una aplicación de móvil (40,3%). Un 20,5% accedió a otros servicios de salud *online* en lugar de ir al hospital y un 17,6% accedió a archivos personales de salud.

En todas estas actividades, la proporción de personas que usaron la red para estos fines en los últimos 3 meses durante 2020 fue mayor en mujeres que en hombres. Así, el 73,0% de las mujeres realizaron búsquedas por Internet relacionadas con temas de salud, el 43,6% concertó una cita con un médico a través de una web o una aplicación móvil, el 22,1% accedió a otros servicios de salud *online* en lugar de ir al hospital y un 17,8% accedió a archivos personales de salud.



## Defunciones por causas externas: suicidio, homicidio y abuso de drogas

### El suicidio es la principal causa externa de muerte

De acuerdo a la Estadística de defunciones según la causa de muerte, durante los cinco primeros meses de 2020 se producen 5.850 fallecidos por causas externas, lo que supone un descenso del 11,4% respecto al mismo periodo del año anterior.

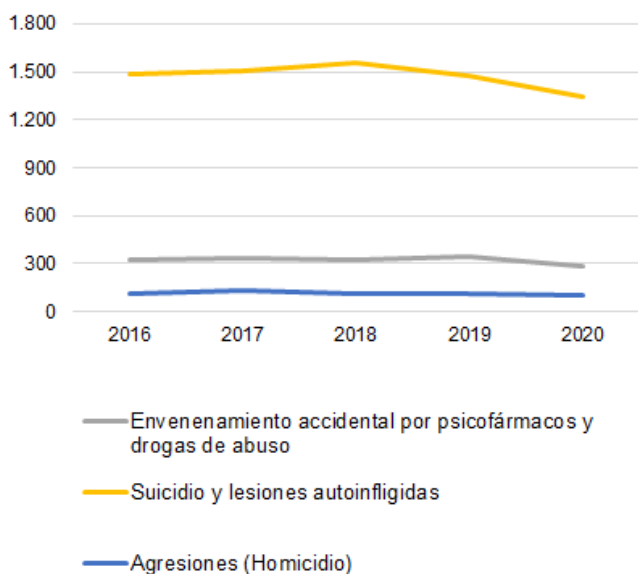
El suicidio y las lesiones autoinfligidas acumula el mayor número de ellas (1.343), pero son un 9,3% menos que en el mismo periodo de 2019.

El mayor descenso por causas externas durante estos meses se registra en las muertes por complicaciones médicas y quirúrgicas (63 fallecidos, -50%) y por accidentes de tráfico (432 fallecidos, -41,4%).

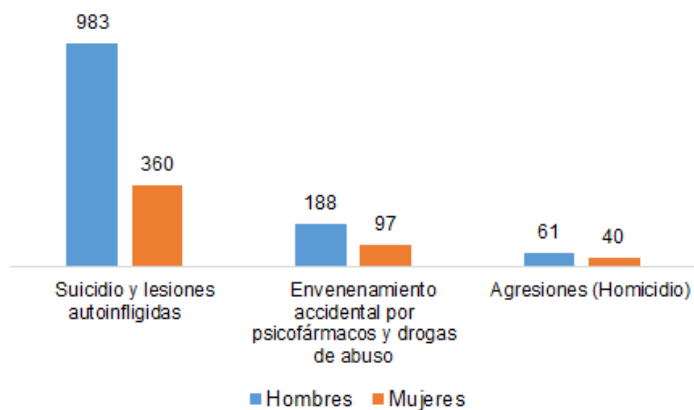
Por otra parte, el número de muertes causadas por envenenamiento accidental debido a psicofármacos y drogas de abuso se sitúa en 285, un 17,4% menos que en los mismos meses del año anterior, y el que resulta de agresiones (homicidios) alcanza los 101 fallecidos, un 13,7% menos.



### Defunciones por algunas causas externas de mortalidad. Enero-Mayo de cada año



### Defunciones por algunas causas externas según sexo. Enero a mayo 2020



#### Más hombres que mujeres

En todas estas causas de defunción fallecieron más hombres que mujeres. La diferencia es mayor en el caso de los suicidios, con casi 3 hombres por cada mujer.