

BOLETIN DE PRENSA

Boletín No. 3788
Ciudad Universitaria, 14 de mayo de 2021.

Provoca Covid-19 alteraciones del sueño en pacientes morelenses

A través de la encuesta virtual *Sueño, emociones y Covid-19*, realizada del 12 de marzo al 11 de abril, se encontró que pacientes con dicha enfermedad registraron alteraciones en el sueño relacionadas con factores como estrés, ansiedad y depresión.

Ana Ixchel Pérez Amezcua, estudiante de la Facultad de Psicología de la Universidad Autónoma del Estado de Morelos (UAEM), asesorada por Bernarda Téllez Alanís, profesora investigadora del Centro de Investigación Transdisciplinar en Psicología (CITPsi), estuvo a cargo de este trabajo de investigación.

“Estamos interesadas en conocer las alteraciones en el dormir y la calidad del sueño, y cómo se relacionan con las alteraciones de la salud mental. En todo el mundo se han hecho estudios que demuestran que existen alteraciones del sueño, pero la idea era realizar esta encuesta en una muestra de pacientes morelenses que han sido afectados por este virus”, dijo Bernarda Téllez.

Agregó que dicho proyecto forma parte de la investigación de tesis de la estudiante, “efectivamente, en los cuestionarios reportan que sí hay alteraciones en el sueño cuando están enfermos, entonces necesitamos tener la comparación directa cuando la persona es dada de alta, para ver qué tanta es la afectación, eso significa que es importante seguirle ofreciendo atención, tanto en salud mental como para mejorar su higiene de sueño”, dijo Téllez Alanís.

Por su parte, Ana Ixchel Pérez Amezcua comentó que el interés de esta investigación surge de conocer el estado de estrés, ansiedad y depresión de la población de Morelos y cómo influye en la calidad del sueño.

Para esta encuesta se contó con la participación voluntaria de mil 200 personas de varios estados del país en la media de edad de 40 años, de los cuales, 941 son morelenses, 73 por ciento mujeres y 27 por ciento hombres, 565 que tuvieron Covid-19 y 376 que no lo registraron.

La estudiante explicó que la encuesta constó de tres cuestionarios, el primero fue el de Pittsburgh que evalúa aspectos del sueño, el segundo el DASS-21 que evaluó el estado de ansiedad, depresión y estrés, y el tercero, el cuestionario de evaluación del impacto del estresor EIE-R.

Ambas universitarias comentaron que los resultados arrojaron una diferencia significativa entre los participantes de la encuesta que tuvieron la enfermedad y los que no, y detallaron que existen también otros factores estresores que pueden contribuir a la problemática, como la pérdida de un familiar, de un empleo, entre otros factores que ocurren paralelamente.

Finalmente, Ana Ixchel Pérez comentó que estos datos aún son preliminares y el trabajo de investigación no está concluido, “el objetivo es diseñar estrategias adecuadas que beneficien a la población en el aspecto de salud mental e higiene de sueño, además de la elaboración de infografías informativas y el diseño de algunas charlas con este tema que se realizarán a través de la página de Facebook de la Facultad de Psicología”, concluyó.

Por una humanidad culta
Una Universidad de excelencia