

## RESUMEN

El SARS-CoV-2 es un tipo de coronavirus que ha causado la pandemia iniciada en 2019, este coronavirus tiene la peculiaridad de afectar a la capacidad respiratoria de las personas de una manera muy aguda y se caracteriza por ser una de las cepas más contagiosas de coronavirus que existen.

El nivel de expansión del virus junto a la enorme tasa de mortalidad asociada al mismo fueron determinantes para que países de todo el mundo dictaran medidas muy exigentes, restrictivas y sin previa preparación para la población, para intentar combatir esta cepa. La medida más rápida y eficaz a la que optaron prácticamente todos los países del mundo fue el confinamiento domiciliario.

El objetivo de este trabajo de fin de grado ha sido realizar una revisión sistemática a través de la metodología PRISMA de los efectos psicológicos que ha producido el confinamiento domiciliario en la salud mental de las personas mayores. En el mismo trabajo se analizan las variables psicológicas afectadas directamente por el impacto del confinamiento, el diseño utilizado y los resultados obtenidos en los diferentes estudios. Existen numerosas evidencias de que el aislamiento social y los sentimientos de soledad tienen efectos perjudiciales en la salud física y mental en personas de todas las edades y, lo que es más importante, en un grupo tan vulnerable como las personas mayores (Holt-Lunstad, 2017). En este grupo, el aislamiento social, vivir solo y la soledad se han considerado problemas de salud pública debido a su mayor riesgo de problemas cardiovasculares, neurocognitivos y de salud mental (Holt-Lunstad et al., 2015). Diversos estudios realizados en España (Carriedo et al., 2020; Fernández-Ballesteros et al., 2020; García-Fernández López et al., 2020; Losada-Baltar et al., 2020) indican que la pandemia debida al COVID-19 ha tenido una gran incidencia en la salud mental y física de la población general, y de las personas mayores que viven solas en particular. Esta incidencia deja clara la necesidad de sistemas de actuación en apoyo psicosocial a este colectivo. Por ello, se proponen varias medidas que podrían mejorar su bienestar, tales como, el uso de tablets o móviles para el apoyo y comunicación con las personas mayores. Sin embargo, se requieren estudios más amplios y consistentes para concretar todos los efectos y consecuencias psicológicas producidas para poder proporcionar las medidas de actuación oportunas para mejorar el bienestar de las personas mayores.

Palabras Clave: Covid-19, Salud Mental, Miedo, Soledad, Estrés, Depresión, Ansiedad, Personas mayores

## ABSTRACT

SARS-CoV-2 is a type of coronavirus that has caused the pandemic situation in 2019, this coronavirus has the peculiarity of affecting the respiratory capacity of people and is characterised by being one of the most contagious strains of coronavirus that exist.

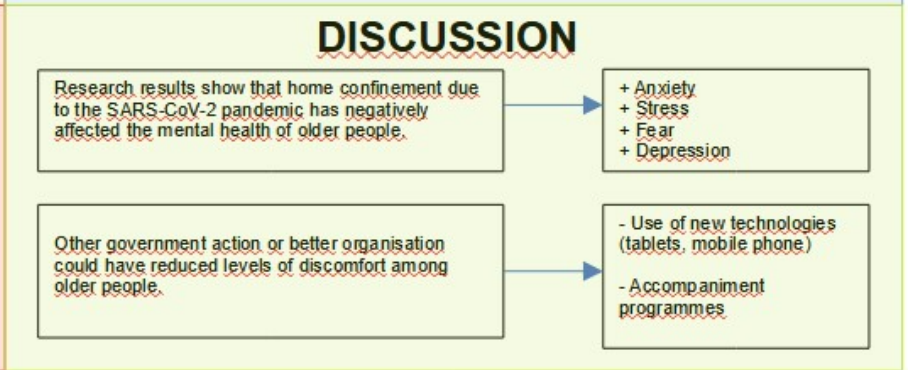
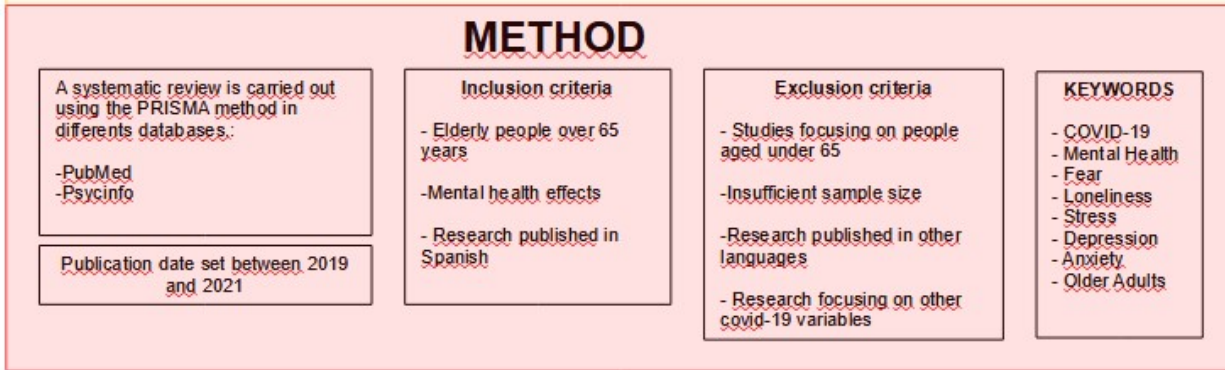
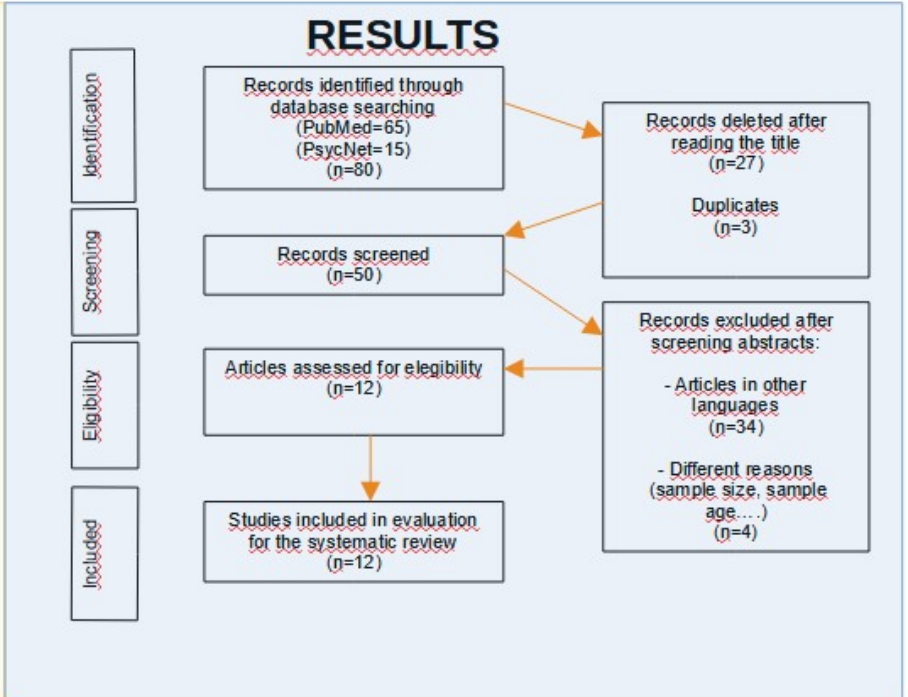
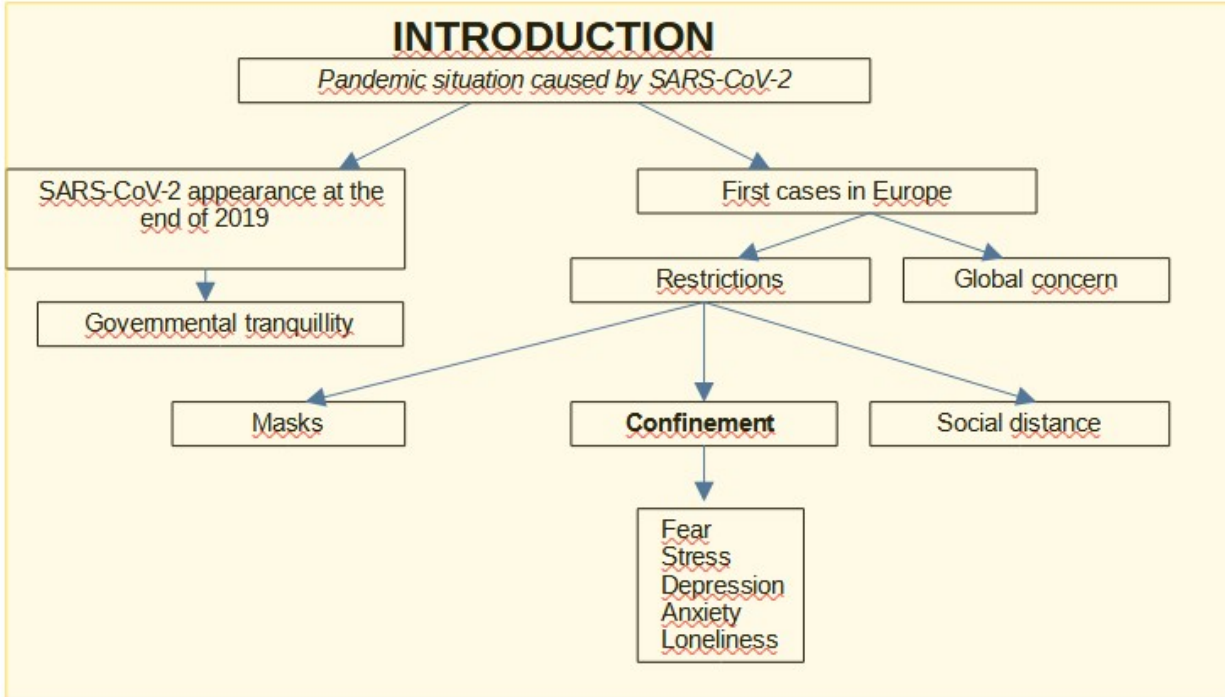
The level of expansion of the virus and the enormous mortality rate associated with it were decisive for countries all over the world to dictate restrictive and unprepared measures for the population in an attempt to combat this strain. The most effective measure was home confinement.

The aim of this thesis was to carry out a systematic review, using the PRISMA methodology, of the psychological effects of home confinement on the mental health of the elderly people. The same work analyses the psychological variables directly affected by the impact of confinement, the design and the results obtained in the different studies. There is evidence that social isolation and feelings of loneliness have detrimental effects on physical and mental health in people of all ages and, most importantly, in a vulnerable group as older people (Holt-Lunstad, 2017). In this group, social isolation, living alone and loneliness have been considered public health problems due to their increased risk of cardiovascular, neurocognitive and mental health problems (Holt-Lunstad et al., 2015). Several studies in Spain (Carriedo et al., 2020; Fernández-Ballesteros et al., 2020; García-Fernández López et al., 2020; Losada-Baltar et al., 2020) indicate that the pandemic due to COVID-19 has had a major impact on the mental and physical health of the general population, and of older people living alone in particular. This impact shows the need for psychosocial support systems for this group. Therefore, some measures are proposed to improve their well-being, such as the use of tablets or mobile phones for support and communication. However, more extensive and consistent studies are required to specify all the effects and psychological consequences produced in order to be able to provide the appropriate action measures to improve the well-being of older people.

Keywords: Covid-19, Mental Health, Fear, Loneliness, Stress, Depression, Anxiety, Older adults

# IMPACT OF CONFINEMENT ON THE MENTAL HEALTH OF OLDER ADULTS DURING COVID-19 PANDEMIC: A SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW

Sergio García Santiago (Tutor: Antonio Caballer Miedes) TFG Psicologia 20/21 (PS1048)



## BIBLIOGRAFIA

- Becerra-García, J. A., Giménez Ballesta, G., Sánchez-Gutiérrez, T., Barbeito Resa, S., & Calvo Calvo, A. (2020). Síntomas psicopatológicos durante la cuarentena por Covid-19 en población general española: un análisis preliminar en función de variables sociodemográficas y ambientales-ocupacionales. *Revista española de salud pública*, 94, 1-11.
- Carriedo, A., Cecchini, J. A., Fernández-Río, J. & Méndez-Giménez, a. (2020). COVID-19, Psychological Well-being and Physical Activity Levels in Older Adults During the Nationwide Lockdown in Spain. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 28(11), 1146-1155.
- Danet, A. D. (2021). Impacto psicológico del COVID-19 en profesionales sanitarios de primera línea en el ámbito occidental. Una revisión sistemática. *Medicina Clínica*, 156(9), 449-458.
- Fernández-Ballesteros, R. & Sánchez-Izquierdo, M. (2020). Impacto del COVID-19 en personas mayores en España: algunos resultados y reflexiones. *Clínica y Salud*, 31(3), 165-169.
- García-Fernández, L., Romero-Ferreiro, V., López-Roldán, P. D., Padilla, S., & Rodríguez-Jimenez, R. (2020). Mental health in elderly Spanish people in times of COVID-19 outbreak. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 28(10), 1040-1045.
- García Valencia, J. (2020). Mental health research during the COVID-19 pandemic. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 49(4), 221-222.
- Holt-Lunstad, J., Smith, T. B., Baker, M., Harris, T., & Stephenson, D. (2015). Loneliness and social isolation as risk factors for mortality: a meta-analytic review. *Perspectives on Psychological Science*, 10(2), 227-237.
- Holt-Lunstad, J. (2017). The potential public health relevance of social isolation and loneliness: Prevalence, epidemiology, and risk factors. *Public Policy & Aging Report*, 27(4), 127-130.
- Huarcaya-Victoria, J. (2020). Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de COVID-19. *Revista peruana de medicina experimental y salud pública*, 37(2), 327-334.
- López, J., Perez Rojo, G., Noriega, C., Carretero, I., Velasco, C., Martínez Huertas, J. A., López Frutos, P., & Galarraga, L. (2020). Psychological well-being among older adults during the COVID-19 outbreak: a comparative study of the young-old and the old-old adults. *International Psychogeriatrics* Cambridge University.
- Losada-Baltar, A., Márquez-González, M., Jiménez-Gonzalo, L., del Sequeros Pedroso-Chaparro, M., Gallego-Alberto, L., & Fernandes-Pires, J. (2020). Diferencias en función de la edad y la auto percepción del envejecimiento en ansiedad, tristeza, soledad y sintomatología comórbida ansioso-depresiva durante el confinamiento por el COVID-19. *Revista Española de Geriatría y Gerontología*. 55(5), 272-278.

- Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., Altman, D. G., & Prisma Group. (2009). Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: the PRISMA statement. *International Journal of Surgery*, 8, 336-341.
- Nicolini, H. (2020). Depresión y ansiedad en los tiempos de la pandemia de COVID-19. *Cir Cir*, 88(5), 542-547.
- Organización de Naciones Unidas (ONU) (2015). *Transformar nuestro mundo: la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible*.
- Ozamiz-Etxebarria, N., Dosil-Santamaria, M., Picaza-Gorrochategui, M., & Idoiaga-Mondragon, N. (2020). Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España. *Cadernos de Saúde Pública*, 36(04), 1-10.
- Pérez-Cano, H. J., Moreno-Murguía, M. B., Morales-López, O., Crow-Buchanan, O., English, J. A., Lozano-Alcázar, J., & Somilleda-Ventura, S. A. (2020). Anxiety, depression, and stress in response to the coronavirus disease-19 pandemic. *Cir Cir*, 88(5), 562-568.
- Pinazo-Hernandis, S. (2020). Impacto psicosocial de la COVID-19 en las personas mayores: problemas y retos. *Revista Española de Geriátria y Gerontología*, 55(5), 249-252.
- Ramírez, F. B., Misol, R. C., Alonso, M. D. C. F., & Tizón, J. L. (2021). Pandemia de la COVID-19 y salud mental: reflexiones iniciales desde la atención primaria de salud española. *Atención Primaria*, 53(1), 89-101.
- Romero-Gonzalez, B., Puertas-Gonzalez, J. A., Mariño-Narvaez, C., & Peralta-Ramirez, M. I. (2021). Variables del confinamiento por COVID-19 predictoras de sintomatología ansiosa y depresiva en mujeres embarazadas. *Medicina Clínica*, 156(4), 172-176.
- Urrútia, G., & Bonfill, X. (2010). Declaración PRISMA: una propuesta para mejorar la publicación de revisiones sistemáticas y metaanálisis. *Medicina clínica*, 135(11), 507-511.
- Vázquez, O. G., Orozco, M. R., Muñoz, R. C., Contreras, L. A. M., Ruíz, G. C., & García, A. M. (2020). Síntomas de ansiedad, depresión y conductas de autocuidado durante la pandemia de COVID-19 en la población general. *Gaceta médica de México*, 156(4), 298-305.
- Villar, S. C., & Sahún, J. L. D. (2021). Síntomas psicóticos en relación con cuarentena por COVID-19. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 50(1), 39-42.
- Wiederhold, B. K. (2020). Using social media to our advantage: Alleviating anxiety during a pandemic. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 23(4), 197-198.