

## **El 42% de la población trabajadora presenta síntomas de ansiedad provocados por el COVID-19**

**Según un informe de Affor, el 27,3% siente que su salud ha empeorado en estos meses, y un 84,7% sufre alteraciones del sueño. El 67,58% de los encuestados requeriría realizar una valoración detallada desde el área de salud ocupacional por posible ansiedad y depresión**

Los efectos del COVID-19 en la sociedad van mucho más allá de sus síntomas clínicos y de sus repercusiones sanitarias: la pandemia está provocando un desajuste de carácter psicológico en muchas personas, sobre todo entre la población en activo, que se han visto afectadas por síntomas de ansiedad o alteraciones del sueño que influyen directamente en su salud mental. Así se desprende del estudio Impacto del COVID-19 en la salud psicológica de los trabajadores en España elaborado por la consultora Affor Prevención Psicosocial.

Según este informe, realizado a partir de una muestra de más de 1.000 profesionales de diferentes sectores de actividad entre los meses de abril y junio, el 42% de la población encuestada presenta síntomas de ansiedad, y el 27,3% siente que su salud ha empeorado en las últimas semanas. Entre los principales síntomas que manifiestan de forma frecuente o habitual se encuentran: nerviosismo, irritabilidad o tensión (86,2%), alteración del sueño (84,7%), dolor de cabeza (68,8%), retraso en el comienzo de las tareas (50,6%) o sensación de ahogo sin esfuerzo físico (42,6%).

El estudio se ha realizado paralelamente en España y en siete países de Latinoamérica (Argentina, Colombia, Chile, Ecuador, México, Panamá y Perú), y ha contado con la colaboración de los partners de Affor en destino, así como de la Cátedra de Prevención de la Universidad de Sevilla, PRL Innovación, Foro de Recursos Humanos y DCH - Organización Internacional de Directivos de Capital Humano. Para su ejecución se han empleado dos escalas psicológicas validadas: el Test de Salud Total (TST) y el GHQ Goldberg.

Atendiendo a la escala de Goldberg, el estudio refleja que el 67,58% de los encuestados requeriría realizar una valoración detallada desde el área de salud ocupacional por posible ansiedad y depresión, siguiendo los criterios recogidos en el Protocolo PSICOVS2012 publicado por Osalan-Instituto Vasco de Seguridad y Salud Laborales. Entre los principales síntomas de malestar, el 61,5% declara sentirse agobiado y en tensión, el 56,8% admite falta de concentración, el 54,7% reconoce haber perdido el sueño por preocupación, y el 46,5% se siente poco feliz y deprimido.

"Los datos reflejan una evidencia que llama la atención: casi la mitad de los encuestados tienen sintomatología en cualquiera de sus dimensiones de ansiedad o depresión, lo que significa que un porcentaje de esos trabajadores podrían ser susceptibles de generar un trastorno a medio plazo, si no gestionamos adecuadamente e intervenimos sobre las primeras manifestaciones sintomatológicas", destaca Carmen Rodríguez, directora del área de Intervención Psicológica de Affor.

En este sentido, la experta considera necesario realizar evaluaciones pormenorizadas de todas aquellas personas que estén mostrando sintomatología relevante para prevenir consecuencias, tanto en su salud mental y física, como en la eficiencia de las organizaciones.

Gestionar el malestar para evitar trastornos por depresión o ansiedad

Según estimaciones de la OMS, en el mundo hay 264 millones de personas que padecen depresión, una de las principales causas de discapacidad. Además, muchas de ellas sufren también síntomas de ansiedad. Los trastornos por depresión y por ansiedad cuestan a la economía mundial 1 billón anual de dólares en pérdida de productividad.

Para Anabel Fernández, CEO de Affor, la sociedad se enfrenta a la necesidad de gestionar este malestar desde todos los ámbitos: "El Defensor del Pueblo instaba esta semana al Gobierno y a las Comunidades Autónomas a incrementar el servicio de atención a la salud mental en España, ya que la ratio de profesionales en la sanidad pública era en 2018 de 6 por cada 100.000 habitantes (tres veces menor que la media europea). Asimismo, también en el ámbito empresarial, desde el área de Seguridad y Salud en el trabajo, deben ponerse en marcha acciones de promoción de la salud psicológica".

#EsteVirusLoParamosUnidos

#CuidarLaSaludEmocionalNoEsUnaOpción

#PrevenirEsNuestraResponsabilidad #JuntosSaldremosAdelante

**Datos de contacto:**

Affor Prevención Psicosocial

No Disponible

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Medicina](#) [Sociedad](#) [Seguros](#) [Recursos humanos](#) [Bienestar](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>