

LA ANSIEDAD Y DEPRESIÓN EN ADOLESCENTES COMO AFECCIONES RELACIONADAS CON LA PANDEMIA POR COVID-19

Fimia E. Rodriguez C.

Hospital Dr. Luis “Chicho” Fábrega, Ministerio de Salud, Veraguas, Panamá.

fimi_a_09@hotmail.com

<https://orcid.org/0000-0003-2144-7728>

DOI: 10.37594/saluta.v1i6.739

Fecha de recepción: 04/03/2022

Fecha de revisión: 15/04/2022

Fecha de aceptación: 12/06/2022

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo describir los trastornos de ansiedad y depresión en adolescentes como afecciones relacionadas con la pandemia por Covid-19. La modalidad de la investigación es de tipo cualitativa, ya que centra el interés en los datos y los métodos; a su vez es descriptiva, porque describe datos estadísticos, demostrando el impacto del estudio en la población. La muestra es de tipo censal, ya que compila información científica importante para el desarrollo del estudio; es decir, todas las unidades de investigación son tomadas como muestras. Se incluyeron tipos de estudios científicos de universidades, revistas científicas, organizaciones de salud en español e inglés. De los criterios de exclusión no se tomaron en cuenta revistas, periódicos o encuestas sin base científica. El artículo tiene validez y confiabilidad investigativas, así como datos estadísticos, ya que los estudios al ser de tipo científico cumplen con los requerimientos básicos de fiabilidad de los instrumentos utilizados para el desarrollo de estos. Al finalizar la revisión, el resultado promedio para la ansiedad es de 29.7; para la depresión, 26.3; para el estrés, 25.6; resaltando las ideas suicidas con un 8 a 10% de la población, de las cuales las cifras con respecto al nivel de extremo severo para la ansiedad son de 12.7; para la depresión, 9.1; para el estrés, entre 3.8 a 6.09%. Los resultados obtenidos coinciden con las cifras brindadas por la O.M.S, nivel de ansiedad que experimentan los adolescentes como extremo, representa casi la mitad del porcentaje de los casos de ansiedad, seguidos de la depresión y el estrés con cifras significativas, lo cual indica el problema que representa esta patología para los adolescentes.

Palabras clave: Ansiedad, depresión, COVID-19, Pandemia.

*Licenciada en Enfermería. Maestría en Docencia superior. Especialista en Gerencia de Servicios de Salud.

ANXIETY AND DEPRESSION IN ADOLESCENTS AS CONDITIONS RELATED TO THE COVID-19 PANDEMIC

ABSTRACT

This study was the principal objective to describe anxiety and depression disorders in adolescents as conditions related to the Covid-19 pandemic. The modality of the research is qualitative since it focuses the interest on the data and methods, in turn it is descriptive, because it describes statistical data, demonstrating the impact of the study on the population. The sample is of the census type, since all scientific information is important for the development of the study, that is, all the research units are taken as samples. Scientific-type studies from universities, scientific journals, health organizations in Spanish and English were included. The exclusion criteria did not take into account magazines, newspapers or surveys without a scientific basis. It is considered that it has validity and reliability of the research and statistical data, since the studies, being of a scientific nature, meet the basic reliability requirements of the instruments used for their development. At the end of the review, the average result for anxiety is 29.7, for depression 26.3 and stress 25.6, highlighting suicidal ideas with 8 to 10% of the population, of which the figures regarding the level extreme severe for anxiety are 12.7, for depression 9.1 and for stress between 3.8 and 6.09%. The results obtained agree with the figures provided by the WHO, the level of anxiety experienced by adolescents as extreme, represents almost half the percentage of cases of anxiety, followed by depression and stress with significant figures which indicates the problem that this pathology means for adolescents.

Keywords: Anxiety, Depression, COVID-19, Pandemic.

INTRODUCCIÓN

El bienestar psicológico resulta del predominio de emociones positivas como el placer, la alegría y la felicidad (afectividad positiva) sobre las emociones negativas o productoras de malestar como la desesperanza y hostilidad destructiva. Las emociones placenteras aumentan nuestra vitalidad y promueven el desarrollo individual y el establecimiento de vínculos sociales y amorosos. El interés y la alegría estimulan la conducta exploratoria, tanto en el mundo exterior como en el mundo interior, mientras que la ansiedad patológica y la depresión inhiben la conducta creativa y el desarrollo personal. La persona positiva mantiene un sentido estable de esperanza y optimismo que le permite comprometerse en las tareas que asume según sus valores morales. (Mingote, 2013)

Tal como lo señala el autor, pensar en el bienestar psicológico es indispensable para el desarrollo de cualquier ser humano, es el estimulante para gozar de la vida y mostrar el interés

necesario para desarrollar las actividades cotidianas. Pensar en un adolescente sin dicho bienestar, es abrir la ventana a descubrir los motivos desencadenantes de sus conductas, entre ellos se incluyen la creatividad que es tan necesaria en su desarrollo. A raíz del distanciamiento social muchas actividades se ven afectadas directamente, gran parte de ellas están relacionadas con la soledad, la frustración, ya que la red social le brinda al adolescente un sistema de apoyo social y emocional que le ayuda a alcanzar mayor independencia en relación con los adultos y su propia identidad. Así, dicho aislamiento puede desarrollar malas relaciones interpersonales, déficit en el ámbito escolar, entre otras situaciones que muchos autores han referido. Es entonces que surge y se plantea la interrogante de ¿cómo logra un adolescente mantener mente positiva luego de más de un año de confinamiento? A raíz de este cuestionamiento se analiza la situación actual de los adolescentes ante la pandemia por COVID-19.

Aunque pueda sorprendernos, es evidente que los niños experimentan estrés desde que son muy pequeños y pueden sufrir, igual que los adultos, trastornos de ansiedad y depresión, que además en su caso van a tener consecuencias posteriores más graves (Mingote, 2013).

Ignorar las señales de estas patologías puede traer repercusiones importantísimas para cualquier país, ya que la sociedad estaría enfrentando una nueva pandemia, esta vez, involucraría el bienestar mental y con ello múltiples familias alrededor del país.

Reciente llama la atención sobre cómo casi la mitad de la población adolescente presenta síntomas de depresión y ansiedad en algún grado. Pero además un alto porcentaje de ellos muestran síntomas graves y coexistencia de ambas patologías (O. Velasco, 2010). La autora ya hacía un llamado a prestar atención a estas patologías, sin siquiera imaginar lo que traería años venideros, al poner en la balanza la situación que se vivía hace 11 años y lo que está pasando, si en ese momento se hablaba de casi la mitad, solo... ¡imaginen lo que está sucediendo con esta pandemia!

Millet (2019) señala: en cierto modo la ansiedad como el dinosaurio siempre ha estado aquí. Lo que ha sucedido en los últimos años es que ha salido a la luz, especialmente entre los menores. No olvidemos que, hasta hace relativamente poco, se consideraba, en general, que los trastornos mentales de los niños y adolescentes eran algo pasajero, que desaparecían con la edad. También expone: Jóvenes que desde muy niños han experimentado existencias hiperactivas, bajo una constante supervisión parental (¡sentirse observado constantemente provoca ansiedad!) y en las que la precocidad estaba a la orden del día. La hiperpaternidad y la ansiedad van muy de la mano. Pero en paralelo con los niños y los adolescentes del siglo XXI están rindiendo cuentas a los adultos como nunca antes. Actúan en un sinfín de festivales de fin de curso, en partidos y

en competencias varias, como explican los niños hoy no tienen prácticamente tiempo para una actividad básica en la infancia: jugar, que es además una buenísima vía de escape para la ansiedad.

Se resalta la necesidad de los niños ser niños y los adolescentes ser adolescentes, el ímpetu de los padres por convertirlos en los mejores produce que estos experimenten situaciones de ansiedad y depresión, colocándolos en el borde de la vida, donde están entre ser robots que responden a exigencias competitivas o a exigencias de supervivencia, niños que al convertirse en adolescentes no saben cómo expresar sus emociones, y ante el confinamiento no encuentran salidas alternas a sentimientos que van más allá de su comprensión, situaciones que empiezan a experimentar por la falta de interacción social, la pérdida de empleos de sus padres, cambios de colegios por la situación económica, abandono social y muchas otras circunstancias que se ven obligados a experimentar sin poder escapar de ellas y mucho menos sin poder expresarlas con sus iguales. Si antes de la pandemia muchos de ellos se sentían observados, con la pandemia muchos se sienten asfixiados al tener a sus padres como tutores de tiempo completo. Es interesante pensar ¿qué sentimientos experimentan ahora esos jóvenes y cómo canalizan dichos sentimientos?

Los servicios de salud mental se están viendo perturbados por la COVID-19 en la mayoría de los países, según un estudio de la OMS (octubre 2020), de los cuales más del 60% de los países señaló perturbaciones de los servicios de salud mental destinados a las personas vulnerables, incluidos los niños y los adolescentes (72%), las personas mayores (70%) y las mujeres que requieren servicios prenatales o postnatales (61%).[†]

Pregunta guía de la investigación: ¿Cuál es la relación entre la ansiedad y la depresión en una muestra de adolescentes, como afectaciones relacionadas con la pandemia por Covid-19, según los registros de literatura científica existente a la fecha?

La interrogante expuesta avala el análisis situacional de la población adolescente ante patologías como la ansiedad y la depresión, producto del confinamiento que ha traído la pandemia por COVID-19.

MATERIALES Y MÉTODOS

La investigación es de tipo cualitativa documental, durante el mes de junio 2021, ya que interpreta la situación actual de los adolescentes frente a la pandemia por COVID-19 y se brinda un panorama del mismo; es de tipo interpretativo e inductivo, que permite analizar de manera crítica y reflexiva el contenido científico publicado.

La muestra es de tipo censal, ya que toda la información científica es importante para el desarrollo del estudio; es decir, todas las unidades de investigación son tomadas en cuenta. En total se revisaron 20 artículos.

Para delimitar palabras claves, se utilizó el tesoro de Descriptores en Ciencias de la Salud (DeCS) en español y MeSh (Medical Subject Headings) en inglés. La estrategia de búsqueda utilizada en cada base de datos considerada para fines de investigación se reunió mediante la aceptación de los descriptores, dicho esto se utilizó el diagrama de flujo presente.

Figura No. 1: Resumen de base de datos según descriptores y estrategias de búsqueda.

Base de datos	Descriptores	Estrategias de búsqueda
Sage Journal	COVID-19, depresión, ansiedad.	Depresión en adolescentes, Ansiedad por COVID.
Oxford university	COVID-19, depresión, ansiedad, aislamiento social.	COVID y depresión, ansiedad por COVID-19, aislamiento social y depresión.
Elsevier	COVID-19, ansiedad, bienestar mental, adolescentes.	COVID y ansiedad, Covid y bienestar mental, adolescentes y COVID-19
Dialnet	COVID-19, ansiedad, depresión, confinamiento	COVID y ansiedad, depresión y COVID, confinamiento y ansiedad, confinamiento y adolescentes.

Fuente: Recopilación de datos y estudios para el artículo.

A la vez se consultan los recursos Pub Med, Scielo y Google Académico y páginas oficiales (O.M.S, MINSA), con los descriptores señalados (cuadro No. 1):

Además, se realizó una búsqueda ampliada en literatura no científica como informes de organizaciones, notas de prensa y literatura gris.

Criterios de inclusión de estos documentos fueron:

Artículos de investigación, revisiones.

- Páginas web oficiales con información pertinente para la recolección de información apropiada.
- Para el tema relacionado con Covid-19, se seleccionaron documentos publicados durante el 2020.
- Para el tema de la ansiedad y la depresión se tuvo en cuenta documentos publicados en los últimos 20 años.

Criterios de exclusión de estos documentos fueron:

- Documentos escritos en idiomas que no sean inglés o español.
- Documentos que no expongan la situación de la población en relación con el bienestar mental durante la pandemia por Covid-19, o que relacionen la calidad de vida de las personas en este periodo de confinamiento.

Para el procesamiento de la información se elabora una matriz con el fin de recabar la siguiente información: autor, título, fecha, país de publicación y tipo de publicación, base de datos donde se enfatizó en temas como: ansiedad y depresión en adolescentes, bienestar mental y los efectos de la pandemia. Partiendo de la matriz diseñada, se describen los resultados obtenidos, atendiendo a las categorías de la revisión, todo con base en el objetivo del estudio.

RESULTADOS:

Se ha confeccionado una tabla con algunos estudios con el fin de resaltar la relación entre el confinamiento por la pandemia por COVID-19 y enfermedades como la ansiedad y depresión.

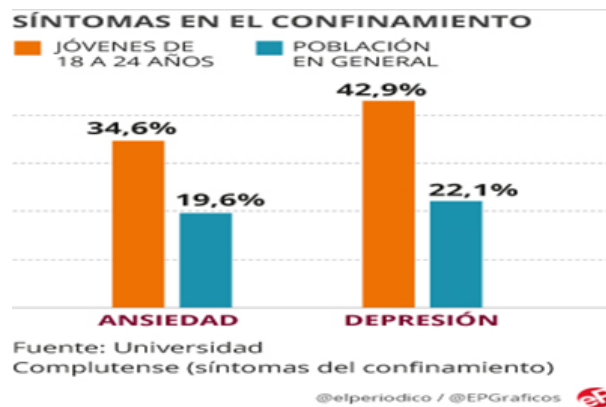
Figura No. 2: Esquematización de la búsqueda realizada para el artículo.

Autor	País/ Universidad	Año	Resultados	Nº de entrevistados
Pineda Díaz, D, A, et al.	Santander Colombia	(2020)	2. Me siento desgraciado (a) con un porcentaje de 80.5% 16. Estoy decaído (a) con un porcentaje de 60.9% 18. Estoy hundido (a) con un porcentaje de 85.9% Indicadores de depresión	130
Orellana, C. I.,	Universidad de Almería	(2020)	Los resultados indican que las mayores dificultades psicológicas se centran en los problemas emocionales, los problemas de conducta y la puntuación de dificultades totales. Además, se evidencia una relación positiva entre los miedos asociados a la COVID-19 y la presencia de esos problemas en la población infanto-juvenil. Se destaca que, según avanza el confinamiento, aumenta la presencia de dificultades psicológicas y que estas afectan de manera diferencial en la infancia y en la adolescencia.	972 familias con hijos/as entre 3 y 18 años.

Autor	País/ Universidad	Año	Resultados	Nº de entrevistados
Molina, A.	La Habana	2020	Predominó la ansiedad como estado con niveles alto (30,96 %) y medio (26,90 %); la depresión se manifestó como estado en los niveles medio (36,54 %) y alto (13,70 %) y medio (12,20 %) como rasgo; el 66,49 % de las personas presentaron niveles de estrés alterado; el 98,47 % no mostró idea suicida. No se reveló asociación entre el estrés, la ansiedad ($p=0,90$) y la depresión como rasgo y estado ($p=0,97$).	1125 personas
Sierra, P.D. M	Universidad Nacional Autónoma de México/ México	2021	Los hallazgos dieron cuenta de las similitudes en las realidades latinoamericanas y un sentimiento de preocupación generalizado por la ausencia de estrategias de los Estados para atender las necesidades de los sectores vulnerables, como las familias de escasos recursos y quienes no tendrán la posibilidad de regresar a las escuelas	Participaron seis adolescentes, tres de cada sexo de 15 a 18 años provenientes de México, Panamá, Paraguay, Guatemala y Bolivia.
Catagua-Meza	Universidad Técnica de Manabí, Portoviejo	2020	Revelan que hay una clara relación entre el confinamiento por la pandemia sanitaria y la ansiedad en los adolescentes, evidenciando en la mayoría de ellos un nivel de ansiedad moderada.	25 adolescentes

Fuente: Fimia Rodríguez 2021.

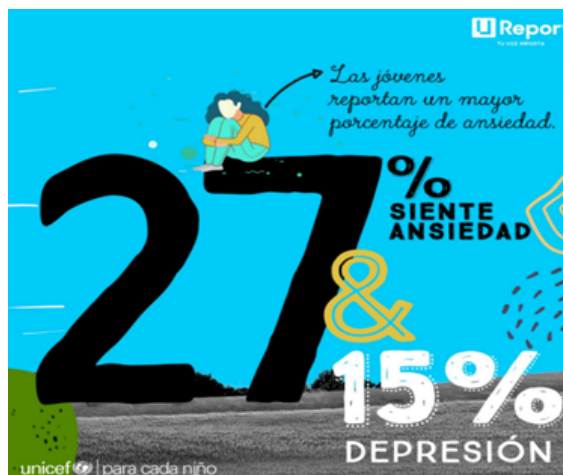
Figura No. 3: Los jóvenes entre 18 y 39 años reflejan un menor auto-cuidado emocional y presentan más ansiedad, depresión y sentimientos de soledad que las personas mayores de 60.



Fuente: Manuel Muñoz, Abril 2020.

La grafica indica la ansiedad y depresión con niveles elevados en los jóvenes con respecto al resto de la población, en Madrid, psicólogo de la UCM.

Figura No. 4: El impacto del COVID-19 en la salud mental de adolescentes y jóvenes.



Fuente: Reporte de UNICEF 2020.

La UNICEF resalta el porcentaje de ansiedad y depresión en los jóvenes, lo cual es un objeto de preocupación, ya que el bienestar mental es uno de los factores determinantes en el futuro de adultos funcionales para la sociedad.

Figura No. 5: La Salud Mental de los jóvenes en medio de la pandemia

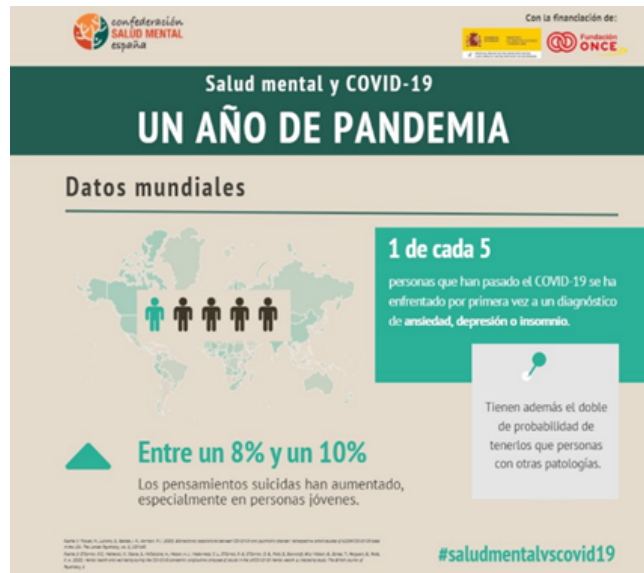


Fuente: Universidad de la Sabana/Min Educación/MinSalud 2020.

La sola presencia de ansiedad y depresión en su forma severa es una alerta para el sistema de salud, ya que es una población en riesgo, que puede llegar a desencadenar consecuencias que

impliquen la vida de esta población, es decir, la muerte.

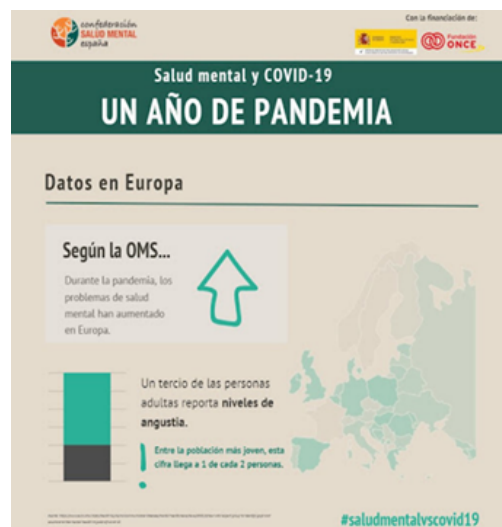
Figura No. 6: Salud mental y COVID-19, un año de pandemia.



Fuente: Confederación de Salud Mental de España, 2020.

El aumento de las ideas suicidas en los jóvenes son banderas rojas de alerta que no puede pasar desapercibido, es el grito de esta población etaria por ser escuchados, la pandemia por COVID-19, agrava la acción del personal de salud en la intervención en estas necesidades de la población.

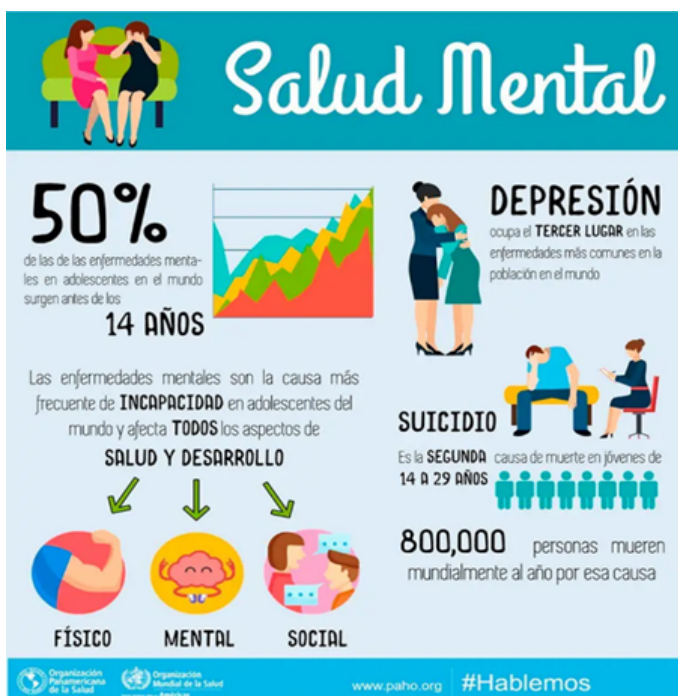
Figura No. 7: Salud mental y COVID-19, un año de pandemia.



Fuente: Confederación de Salud Mental de España, 2021.

Es alarmante conocer que la situación de Europa se vea reflejada, que en la población más joven la cifra de angustia sea de 1 a 2 personas, ya que nos indica que el problema puede llegar a ser más severo de lo que podamos imaginar, y que probablemente se avecine una nueva pandemia, que aseche contra el bienestar mental de la población mundial, en este caso ya no sería 1 virus, por el contrario sería el efecto que este ha ido dejando a su paso.

Figura No. 8: Boletín de la O.M.S. “Los jóvenes y la salud mental en un mundo en transformación”.



Fuente: O.M.S., octubre 2018.

Si para el 2018 estas cifras eran alarmantes, no es difícil imaginar el escenario actual frente a la pandemia, donde la interacción social que es tan importante en los adolescentes. Fue cercenada por las medidas de aislamiento a fin de mitigar la propagación del virus, es indispensable determinar la situación actual, analizarla y actuar.

Figura No. 9: Salud mental y COVID-19, un año de pandemia.



Fuente: Confederación de Salud Mental de España, 2021.

Los padres son los primeros en identificar las señales de alarma en el comportamiento de los hijos, con la cuarentena los porcentajes de dichos cambios poseen cifras significativas, que atraen la atención de profesionales de la salud a cargo de la prevención y promoción en el nivel primario.

Figura No. 10: Predictores de síntomas emocionales durante la cuarentena domiciliar por pandemia de COVID-19 en El Salvador.

Tabla 1

Niveles de los estados emocionales en la muestra participante

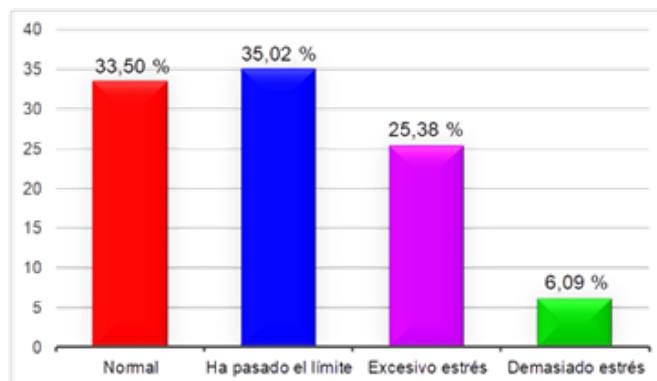
Estados	Leve	Moderado	Severo	Extremadamente severo
Depresión	74.9%	13.3%	2.7%	9.1%
Ansiedad	73.2%	8.6%	5.6%	12.7%
Estrés	77.9%	8.3%	10.0%	3.8%

Nota. Elaboración propia con base en datos recabados y los criterios del Clinic Lab (s.f).

Fuente: Orellana 2020.

Las cifras de este estudio son preocupantes, porque conocer que hay porcentajes de adultos con estas patologías, ayuda a sustentar la necesidad de conocer la situación actual de los adolescentes como resultado de la pandemia y el confinamiento social.

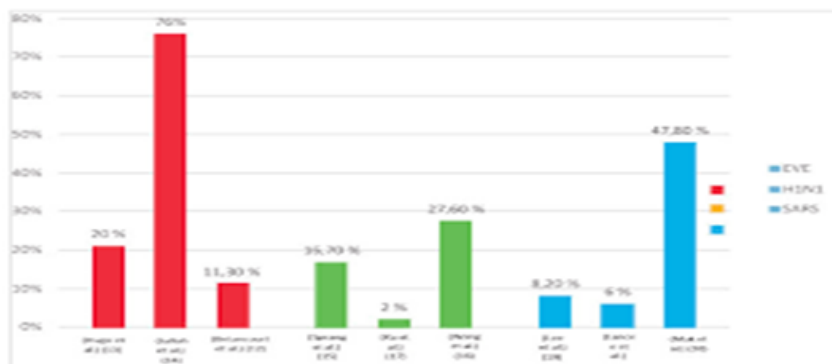
Figura No. 11: Manifestaciones psicológicas frente a la situación epidemiológica causada por la Covid 19.



Fuente: Arias; Herrero; Cabrera; Chibás; García; 2020.

En tal estudio se observó la ansiedad como una de las afecciones de mayor incidente ante la situación epidemiológica; sin embargo, también predominó la depresión y el estrés de nivel medio, sin estas antes mencionada guarda relación con la ansiedad ni con pensamientos suicidas.

Figura No. 12: Prevalencias de síntomas de trastornos postraumáticos según diversos estudios en otras pandemias.



Fuente: (Palomino; Jeff; 2020).

Este estudio fue basado en diversas investigaciones ante la prevalencia de los síntomas de trastornos del estrés en las distintas epidemias que han surgido durante este siglo XXI, y se demostró que los individuos guardaban estrecha relación con los síntomas y el manejo de la situación con el estrés de la evolución de la enfermedad, el aislamiento social y el uso de elementos de bioseguridad y un área de atención intensiva ante situaciones agravantes.

DISCUSIÓN

La revisión de los distintos estudios, recopilados en este documento, coinciden en el promedio de ansiedad en los adolescentes que se promedian en un 29.7% para depresión de 26.3 y el estrés de 25.6, resaltando las ideas suicidas con un 8 a 10% de la población, de las cuales las cifras con respecto al nivel de extremo severo para la ansiedad son de 12.7, para la depresión 9.1 y para el estrés entre 3.8 a 6.09%. Las cifras obtenidas coinciden con las cifras publicadas por la OMS, se debe resaltar el incremento de riesgo de suicidio en adolescentes, relacionado a los niveles elevados de ansiedad que experimentan los estos, considerados como extremo, de ello se representa como la mitad del porcentaje de los casos de ansiedad.

Como podemos observar los hallazgos de este estudio coinciden con las observaciones de los autores Muñoz 2020, quien resalta el alto porcentaje en la población de ansiedad 34.6% y depresión 42.9%, según el CEO en Estados Unidos 2021, con cifras de ansiedad de 28.2% y depresión de 24.4%; la UNICEF 2020 con cifras de ansiedad de 27% y depresión de 15%, con cifras alarmantes de ideas suicidas en adolescentes, de los cuales 8% a 10%, 1 de cada 2 jóvenes con cambios en el estado emocional, representando un 85.7%. Orella 2020 clasificó estas 3 afecciones en leve, moderado, severo y extremadamente severo; en niveles leves estas 3 afecciones se presentan en valores entre 73.2% y 77.9%; moderado entre 8.6% y 13.3%; severo entre 2.7% y 10%; muy severa entre 3.8% y 12.7%.

La Universidad de Sabana en 2020 las clasificó de forma parecida en severa muy severa para las tres afecciones, donde severa se maneja entre un 10% a 18%, y la muy severa entre 8% y 16%. Arias en 2020 trabajó la ansiedad dividiéndolas en: exceso 25.38%, demasiado 6.09%, he pasado el límite 35.02%. Estos estudios concuerdan en que existen afecciones mentales que se presentan en porcentajes significativos en la población, con cifras alarmantes como la de la OMS, quienes indican el suicidio como la segunda causa de muerte en jóvenes entre 14 y 29 años.

La literatura es clara, los adolescentes son propensos a desarrollar ansiedad y depresión. El entorno, la convivencia con sus pares y el desarrollo de actividades fuera de casa son algunas de las necesidades del adolescente para el desarrollo del bienestar mental.

Con solo algunos estudios se puede interpretar que la población de adolescente está desarrollando estas patologías, a raíz del confinamiento por la pandemia por COVID-19. Hay estadísticas que demuestran que la nueva pandemia a experimentar podría ser el deterioro del bienestar mental en la población.

El conocimiento de la situación de otros países de primer mundo nos brinda un punto de partida para desarrollar estrategias ante las carencias que están experimentando los adolescentes, por lo cual se considera oportuno que el gobierno diseñe estrategias dirigidas a la prevención de secuelas ocasionadas por patologías como la depresión, ansiedad y estrés; entre las más delicadas podemos mencionar las ideas suicidas y el suicidio en sí.

CONCLUSIONES

Se demuestra la necesidad que se realicen estudios en Panamá con respecto al tema expuesto, ya que permitirá conocer si la población de adolescentes panameña es también parte de la situación que experimentan otros países, donde patologías como la ansiedad, la depresión y el estrés están en aumento; y lo que causa mayor incertidumbre y cierto nivel de preocupación si existen adolescentes con ideas suicidas, donde las cifras estén en aumento.

La O.M.S., considera estas patologías como temas de importancia para la salud, por tanto, como funcionarios del sector salud, exaltamos la importancia de rescatar programas de atención primaria, dirigidos al cuidado del adolescente. Es indiscutible que tener a los adolescentes en el entorno escolar (institutos, colegios), es una herramienta que permite al sector primario captar una población significativa para la atención preventiva.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arias Molina, et al. (2020). Manifestaciones psicológicas frente a la situación epidemiológica causada por la COVID-19. Revista Habanera de Ciencias Médicas, 19.
- Catagua Meza, et al. (2021). Ansiedad en adolescentes durante el confinamiento (Covid 19) del barrio Santa Clara - cantón Manta - 2020. Polo del Conocimiento: Revista científico - profesional, ISSN-e 2550-682X, [https://dialnet.unirioja.es/servlet/revista?codigo=26585\(6\),](https://dialnet.unirioja.es/servlet/revista?codigo=26585(6),) 2094-2110.<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7926846>
- Gómez Becerra, et al. (2020). Evolución del estado psicológico y el miedo en la infancia y adolescencia durante el confinamiento por la COVID-19. Revista de Psicología Clínica Con Niños y Adolescentes, 7(3), 11-18.
- Hernández Sampieri (2010). Metodología De La Investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta (Quinta edición). McGraw-Hill.
- Millet, (2019). Niños, adolescentes y ansiedad: ¿Un asunto de los hijos o de los padres? (1.a ed.) [Libro electrónico]. Plataforma Editorial.https://books.google.com.pa/books?id=zQSzDwAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=ansiedad+y+depresión+patologías+en+adolescentes&hl=es&sa=X&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false

- Mingote, (2013). El bienestar-malestar de los jóvenes. Google Books. https://books.google.com.pa/books?id=EOw8-oyuqssC&printsec=frontcover&dq=ansiedad+y+depresion+en+adolescentes&hl=es&sa=X&redir_esc=y#v=onepage&q=ansiedad%20y%20depresion%20en%20adolescentes&f=false
- Orellana, (2020). Predictores de síntomas emocionales durante la cuarentena domiciliar por pandemia de COVID-19 en El Salvador. *Actualidades en Psicología*, 34(128), 103-120.
- Ozamiz Etxebarria, et al (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, e00054020.
- Pineda Díaz, et al (2020). Depresión y ansiedad (estado-rasgo) en el confinamiento obligatorio por covid-19 en Bucaramanga, Santander.
- Sierra, et al. (2021). Voces desde Latinoamérica: adolescentes ante la pandemia por COVID19. *Revista sobre la infancia y la adolescencia*, (20), 78-95.