



## EDITORIAL

# *Pandemia: los otros desafíos*

Un estudio conducido por la Universidad Iberoamericana muestra que durante el confinamiento por la pandemia de covid-19 creció de manera significativa el consumo de comida chatarra, videojuegos y televisión entre niños y adolescentes. En el caso de los alimentos no saludables, el aumento en su ingesta fue de 24 por ciento en quienes cursan la educación primaria, de 30 por ciento en los de secundaria y de 44 por ciento en los de nivel medio superior. En estos dos últimos grupos se registró también un incremento en el consumo de café, de 48 y 55 por ciento, respectivamente, así como en el uso de las redes sociales (49 y 65 por ciento). De acuerdo con la directora del Departamento de Educación de dicho centro de estudios, lo anterior refleja situaciones "de mucho malestar emocional, sobre todo porque la escuela les proporciona un espacio para socializar".

Por otra parte, el mes pasado la Organización Mundial de la Salud (OMS) dio a conocer nuevos datos sobre el impacto de la emergencia sanitaria en la salud mental. En un informe científico, el organismo destaca que los casos de ansiedad y depresión aumentaron

en más de 25 por ciento a escala global, con picos en lugares muy afectados por la enfermedad, con altas tasas de infecciones diarias y una disminución de la movilidad, y además con mayor impacto sobre las mujeres. Sólo en 2020, los casos de trastorno depresivo grave registraron un alza de 27.6 por ciento, en un contexto en que, para colmo, la propia pandemia impidió de manera significativa el acceso a los servicios de salud mental. El estudio también considera demostrado que el agotamiento entre los trabajadores de la salud, la soledad y los diagnósticos positivos por covid-19 aumentan la posibilidad de abrigar

pensamientos suicidas.

Si bien puede abrigarse la esperanza de que algunas de estas problemáticas remitan conforme se recupera la normalidad y se dejan atrás las medidas drásticas de confinamiento y distanciamiento social, debe tenerse en cuenta que muchos de los efectos de esta etapa serán duraderos y no desaparecerán por sí solos, sino que requieren un esfuerzo decidido y específico por parte de las autoridades y del conjunto de la sociedad. Cuando se habla del aumento en la ingesta de comida chatarra, por ejemplo, es necesario tener presente que estos productos resultan adictivos por su alto contenido de azúcares, por lo cual retomar hábitos más saludables excede el marco de la voluntad individual y reclama políticas de concienciación y acompañamiento. Lo anterior es de particular importancia en un país que, como México, enfrenta alarmantes tasas de obesidad y diabetes entre la población más joven.

Asimismo, el alza en los padecimientos de salud mental exige un despliegue de capacidades institucionales y un cambio en los paradigmas sociales, incluido el dejar atrás el estereotipo de que se trata de asuntos meramente personales para incluirlos como tema prioritario de salud pública. En este sentido, especialistas señalan como paso en la dirección correcta, la reforma a la Ley General de Salud que elimina el modelo de aislamiento para pacientes psiquiátricos y establece la figura de consentimiento informado en la atención médica y mental, aprobada por la Cámara de Diputados hace unos días.

Lo que está claro es que los efectos de la pandemia y de las medidas tomadas para tratar de controlarla continuarán entre nosotros por tiempo indefinido, por lo cual es necesario prepararse para encararlos con el mayor acierto posible.