

ENCUESTA DE MADRID SALUD (AYUNTAMIENTO DE MADRID) SOBRE EL IMPACTO DE LA PANDEMIA DE COVID-19 Y EL CONFINAMIENTO EN LA SALUD DE LA POBLACIÓN

El confinamiento ha aumentado el sentimiento de soledad y ha condicionado importantes modificaciones en los hábitos de salud de la población.

Los efectos de la crisis se manifiestan en el estado emocional de la población y generan mucha incertidumbre sobre el futuro, afectando a todas las esferas de la persona.

Madrid Salud, organismo Autónomo del Ayuntamiento de Madrid encargado de la gestión de las políticas municipales en materia de salud pública, drogodependencias y otros trastornos adictivos dentro del término municipal de la ciudad, ha realizado una amplia encuesta para identificar problemas emergentes derivados de la pandemia y de las medidas implementadas para el control de su difusión.

El Ayuntamiento de Madrid está comprometido con la promoción de la salud de la ciudadanía madrileña, el conocimiento de los problemas generados por esta situación permitirá estar preparados para generar respuestas rápidas y adecuadas a las necesidades detectadas.

La encuesta ha tenido muy buena acogida y ha contado con una gran participación resultando una muestra válida de 39.799 encuestas de las que 24.547 corresponden a personas de la ciudad de Madrid; 12.463 son del resto de la Comunidad de Madrid; 2.681 de otras comunidades de España y 108 de otros países. Los datos que aquí se presentan son los correspondientes a las personas que viven en la ciudad de Madrid (24.547 encuestas).

Este estudio tiene como objetivo el detectar problemas derivados de la pandemia y de las medidas implementadas para el control de su difusión, especialmente sus repercusiones en la salud, con especial atención a los sectores de población que puedan encontrarse en situación más vulnerable

Se ha utilizado un método de muestreo no probabilístico tipo bola de nieve exponencial.

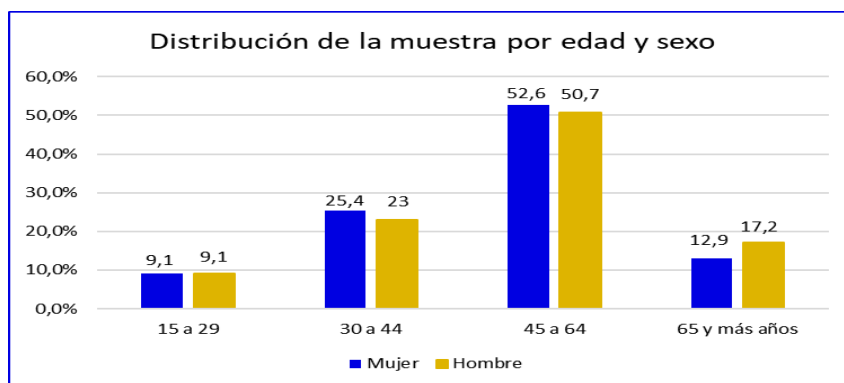
El cuestionario se ha elaborado con una perspectiva biopsicosocial, constaba de 54 preguntas que exploraban aspectos demográficos, socioeconómicos, de salud (en relación con la covid-19, hábitos, salud mental, etc.) y relativos al confinamiento.

La encuesta estuvo abierta para su cumplimentación del 21 al 23 de abril de 2020.

Descripción de la población encuestada

El 67,6% de las respuestas corresponde a mujeres, el 32% a hombres y un 0,4% ha preferido no contestar. La edad media es de 49,9 años (DT+/- 13,8), con un rango de edades entre 15 y 96 años y una mediana de 51 años.

En la población encuestada las mujeres y las personas con estudios superiores tienen mayor representación que en la población de la ciudad. La distribución por edad también difiere de la de la ciudad, con menor proporción de jóvenes y mayores de 65 años y mayor proporción de personas entre 45 y 64 años, la proporción de personas entre 30 y 44 años es semejante a la que hay en Madrid. La de mujeres y hombres en cada grupo de edad es bastante similar a la de la ciudad.



A pesar de que la muestra obtenida no es representativa de la población de la ciudad de Madrid, muchos de sus resultados, como las frecuencias de personas que refieren sentimiento de soledad antes del confinamiento, de personas fumadoras o de las que tienen perro, son muy semejantes a los obtenidas en otros estudios en población madrileña.

Situación de las personas entrevistadas en relación con la enfermedad Covid-19

La pandemia ha afectado muy directamente a la población encuestada.

A nivel personal, la mayoría no ha tenido síntomas y piensa que no se ha contagiado (61%), el 30% cree que se puede haber contagiado, pero no ha tenido síntomas o estos han sido leves y no le han hecho pruebas diagnósticas, el 6% no sabe si se ha contagiado, pero ha guardado cuarentena por haber estado en contacto con personas que han pasado la infección.



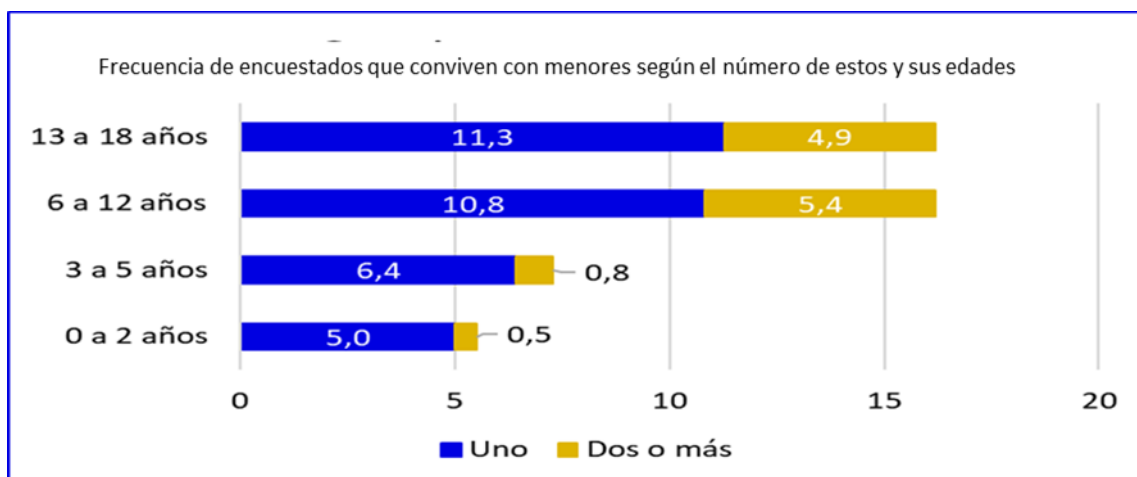
Más de la mitad de las personas entrevistadas no pertenecen a ningún grupo de riesgo, los factores de riesgo declarados con más frecuencia son la edad y el padecer alguna enfermedad crónica.

Casi la mitad de las personas encuestadas tiene algún familiar, amigo o conocido que ha pasado la COVID-19, en aislamiento domiciliario (48,5%) o con ingreso hospitalario. Solo el 20,9% no conoce allegados que hayan pasado la infección.

Aspectos relativos al confinamiento

Más del 80% de las personas entrevistadas han estado acompañadas durante el confinamiento.

Un tercio de las personas entrevistadas (33,6%) convive con menores y en el 4% de los hogares hay personas mayores de 80 años. Solo en el 0,9% de los hogares conviven menores de 18 y mayores de 80 años.

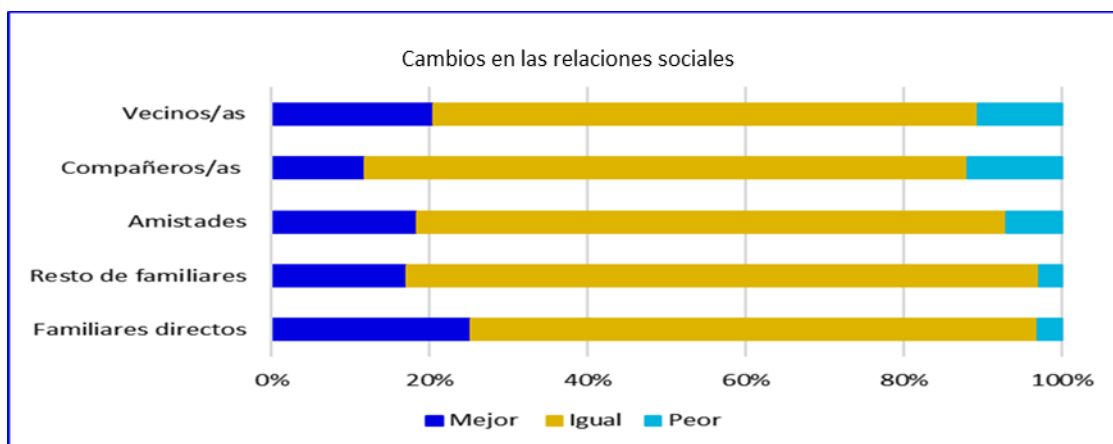


Más del 80% de las personas encuestadas se ha sentido bien o muy bien durante el confinamiento con sus convivientes.

El 16,3% afirma tener perro (este dato es casi idéntico al obtenido en la Encuesta de Salud de la Ciudad de Madrid 2017 sobre una muestra representativa de la población madrileña)

La mayoría de las personas entrevistadas afirma contar con apoyo social, solo un 1,7% dice no tener a nadie dispuesto a ayudarle.

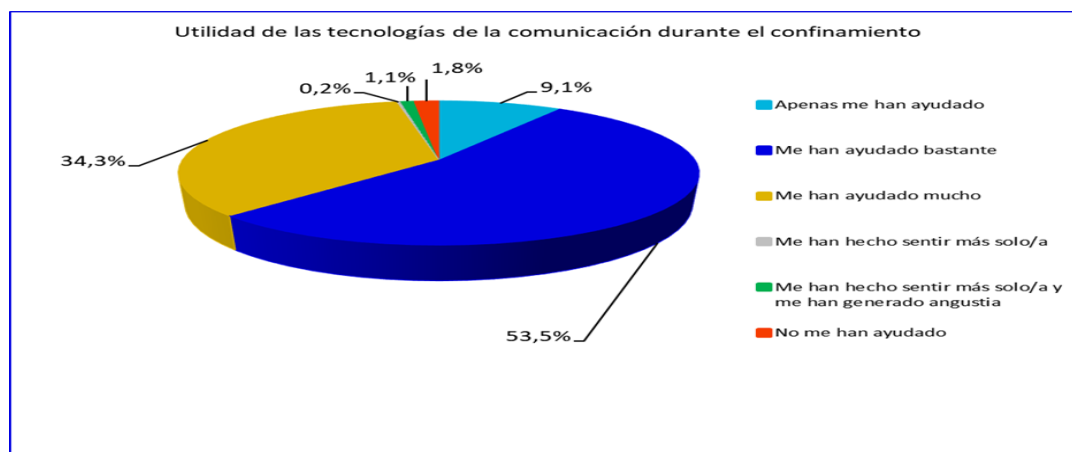
La situación de confinamiento ha generado cambios en las relaciones sociales, sobre todo con los vecinos y familiares cercanos. Una tercera parte de las personas entrevistadas así lo afirma, en la mayoría de los casos el cambio ha sido a mejor.



Las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) han jugado un importante papel durante esta crisis. Prácticamente la totalidad de las personas entrevistadas utiliza



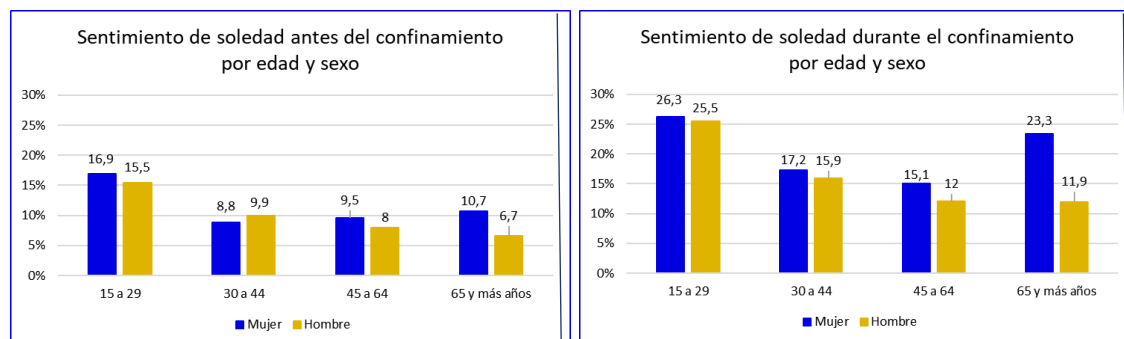
diversos medios para comunicarse, en la mayoría de los casos a través de internet. Más del 80% de las personas entrevistadas ha utilizado videollamadas. El 60,6% afirma comunicarse más que antes con familiares, amigos y vecinos y la mayoría opina que las TIC les han resultado muy útiles durante el confinamiento.



Las TIC han resultado muy útiles para comunicarse durante el confinamiento y han sido muy utilizadas, sería necesario asegurar el acceso universal a internet para evitar la brecha digital

Sentimiento de soledad y estado emocional

La soledad no deseada es uno de los problemas que está siendo objeto de una cada vez mayor atención en el ámbito de la salud pública, en la ciudad de Madrid se estima que cerca del 10% de la población manifiesta sentirse sola. Entre las personas entrevistadas, un porcentaje muy similar afirmaba que se sentía solo siempre, casi siempre o bastantes veces **antes del confinamiento**, este porcentaje se habría visto muy incrementado durante el confinamiento alcanzando al 16,6%.



El sentimiento de soledad ha experimentado un aumento durante el confinamiento en todas las edades, pero de forma más marcada en las personas más jóvenes de ambos sexos y en las mujeres mayores.

Para conocer cómo está afectando la crisis al estado emocional, la encuesta incluyó las preguntas estandarizadas del cuestionario general de salud GHQ-12 (General Health Questionnaire), cuestionario ampliamente utilizado en estudios poblacionales.

Dos de cada tres personas entrevistadas estarían en riesgo de mala salud mental. Los resultados muestran que este malestar psicológico (sensación de no poder superar las dificultades, estado anímico bajo y sentirse deprimido/a, entre otros) es tres veces superior a la frecuencia hallada en estudios de salud con poblaciones de similares características a la estudiada, en condiciones habituales.

Hábitos de salud

Como era esperable la actividad física ha disminuido mucho durante el confinamiento, aunque solo el 4,8% afirma que no realiza ninguna actividad física ni antes ni en esta situación. A pesar de ello, algo más de dos de cada diez personas afirman tener más actividad.

Respecto a las horas de sueño diarias, el confinamiento ha supuesto un cambio de ese hábito en más del 60% de las personas, en uno u otro sentido, el 34,8% afirma dormir menos.

Algo más del 40% de las personas entrevistadas dedica tiempo a cuidarse, siempre o casi siempre, por el contrario, más del 50% afirma que no lo hace nunca o solo a veces.

Durante el confinamiento también se han producido muchos cambios en los hábitos de consumo.

Respecto al consumo de fruta y verduras, solo el 1,4% de la población encuestada dice que no come fruta y/o verdura nunca y dos de cada 10 personas han aumentado su consumo diario.

El consumo de café y té se ha mantenido bastante estable. En este estudio, manifiestan tomar café o té el 89,2% de las personas entrevistadas, bebidas de cola, el 50,6% y bebidas energizantes el 3,1%. Respecto de las bebidas de cola y las llamadas energizantes, en general, ha disminuido su consumo, sobre todo el de estas últimas probablemente porque su consumo se asocia a contextos de grupos de jóvenes que no se han podido dar durante el confinamiento.

En lo relativo al consumo de tabaco, afirman ser fumadores el 23,1% de las personas entrevistadas, cifra muy semejante a la obtenida en otros estudios. El consumo de tabaco ha aumentado en más del 40% de las personas fumadoras.

¿Cómo se ha visto afectado el consumo de sustancias y medicamentos?			madrid salud	
Han consumido menos %	Personas que han consumido durante el confinamiento %			Han consumido más %
17,2	 Tabaco 23,1			43,4
34,8	 Alcohol 65,9			21,5
26,2	 Bebidas de cola 50,6			18,4
51,1	 Bebidas energizantes 3,1			12,9
11,3	 Café o té 89,2			15
6,4	 Tranquilizantes 24,3			41,6
6,3	 Antidepresivos 10,5			11,7
16,2	 Analgésicos 18,6			22,9
30	 Cannabis 3,7			29,6
52	 Otras drogas ilegales 1,2			12,6

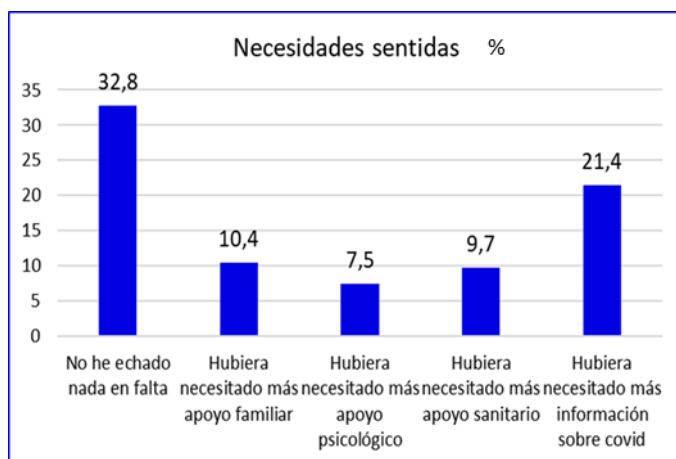
Respecto al consumo de alcohol, un 34,1% declara que no lo ha consumido. De las personas que sí lo toman se comprueba que el confinamiento también ha dado lugar a cambios en el consumo en más la mitad de los casos, en muchos de ellos en el sentido de un menor consumo.

El consumo de medicamentos también ha experimentado bastantes cambios durante el confinamiento, especialmente en el caso de los tranquilizantes. En lo relativo al consumo de psicofármacos, un 24,3% de las personas entrevistadas toma tranquilizantes, un 10,5% antidepresivos y un 18,6% medicamentos fuertes para el dolor. Estas cifras difieren poco de las encontradas en la población de la ciudad en la Encuesta de Salud de la ciudad de Madrid de 2017

Respecto al consumo de drogas ilegales, un 3,7% afirma haber consumido cannabis y un 1,2% drogas de otro tipo (cocaína, anfetaminas u otras drogas ilegales). En ambos casos se comprueban grandes variaciones en el consumo durante el confinamiento, sobre todo en las últimas. Como es lógico, estas cifras deben tomarse con mucha cautela dado que se han recogido en una encuesta anónima a través de internet.

Necesidades no atendidas durante el confinamiento

Tres de cada diez personas afirman que no han echado nada en falta durante el confinamiento. Lo que más se demanda es información sobre la Covid-19. Algo más del 7,5% hubiera necesitado más apoyo de profesionales de la psicología, en torno al 10% hubiera necesitado más apoyo de profesionales de la medicina o enfermería y un porcentaje similar hubiera necesitado más apoyo de familia y amigos.



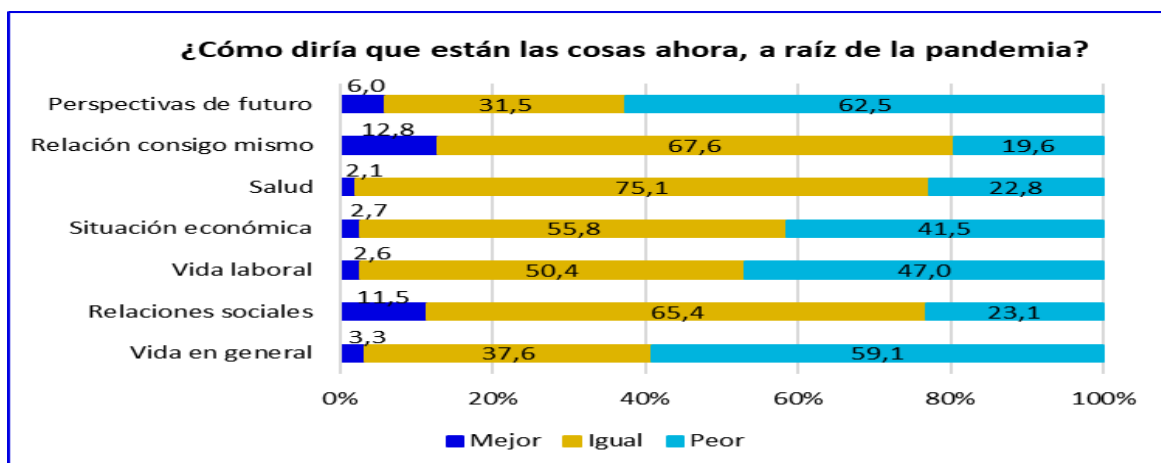
Además, muchas personas que no se han sentido atendidas manifiestan quejas de muy diversos tipos: necesidad de disponer de patio o jardín, de pasear, hacer deporte, de ver a los/as nietos/as, abrazos, etc.

También son muy frecuentes las quejas relativas a la falta de pruebas diagnósticas y materiales de protección y algunas piden información más veraz.

Situación laboral, dificultades económicas y perspectivas de futuro

Esta crisis también ha dado lugar a grandes cambios en el ámbito laboral, muchas personas realizan teletrabajo, otras han sido despedidas, han sufrido un ERTE o han visto desaparecer su negocio. Otras han tenido que acudir a trabajar con miedo a contagiarse o a contagiar a los suyos. Casi un tercio de las personas entrevistadas afirma que tiene dificultad para llegar a fin de mes.

Entre las personas entrevistadas existe un sentimiento general de pesimismo frente al futuro.



Reflexiones finales

La encuesta ha tenido una gran participación, con una importante cantidad de comentarios en las preguntas que permitían respuesta abierta, a pesar de haber estado disponible menos de 48 horas. Parece que ha respondido a una necesidad de la población de expresar sus vivencias, sobre todo de las mujeres.

De los resultados de la encuesta se desprende la necesidad de contar con programas y actuaciones para paliar los problemas observados y profundizar en las dificultades específicas de colectivos más vulnerables (adolescentes y jóvenes, personas mayores, quienes han estado enfermos o han perdido a seres queridos, quienes han perdido su puesto de trabajo, etc.).

Es necesario prever un incremento de la demanda asistencial y el refuerzo de los programas de prevención y apoyo ya existentes (prevención de la soledad no deseada, promoción de hábitos saludables, promoción de la salud mental y prevención de adicciones, entre otros), así como adaptar estrategias de intervención a la nueva situación, combinando actividades presenciales con otras no presenciales (telefónicas, online, etc.) y asegurando que estén al alcance de toda la población.