

SECCIÓN BREVES

Factores protectores de la salud mental en población mexicana

Perla del Carpio

Los resultados de esta investigación constituyen una aproximación a la forma en cómo población adulta de diferentes regiones de México vivió la pandemia ocasionada por COVID-19 a mediados del año 2020 y cómo se reflejó y asociaron el miedo, la ansiedad generalizada, la depresión, el apoyo social y el propósito de vida. El estudio señala que si bien existen elementos que afectaron a la salud mental de la población, también existieron factores de protección que permitieron afrontar la contingencia sanitaria, más allá de aquellos factores predisponentes como el miedo y la cantidad de horas de exposición a pensamientos y noticias sobre COVID-19. Las relaciones sociales y la presencia de un propósito de vida reportadas por los participantes contribuyeron a propiciar una mejor adaptación al contexto de pandemia. Ello se suma a la evidencia preexistente que indica que el apoyo social percibido influye en el bienestar y en la calidad de vida de las personas.

Protective factors of mental health in Mexican population

Perla del Carpio

The results of this research constitute an approximation to the way in which the adult population from different regions of Mexico experienced the pandemic caused by COVID-19 in mid-2020. Also how fear, generalized anxiety, and depression as well as social support and life purpose were reflected and associated. The study indicates that although there are elements that affected the mental health of the population, there were also protection factors that made it possible to face the health contingency, beyond the predisposing factors of fear and the number of hours of exposure to internal personal thoughts and external news about COVID-19. The social relationships and the presence of a life purpose reported by the participants contributed to a better adaptation to the pandemic context. This adds to the pre-existing evidence indicating that perceived social support influences people's well-being and quality of life.



REFERENCIA / REFERENCE

Del Carpio, P., Robles, E., Quintero, Y., Gallegos, M., Martino, P., Calandra, M., Caycho-Rodríguez, T., Cervigni, M. y Razumovskiy, A. (2022). Salud mental en población mexicana por COVID-19. *Boletín de Malariología y Salud Ambiental*, 62 (4), 686-695. <https://doi.org/10.52808/bmsa.7e6.624.009>