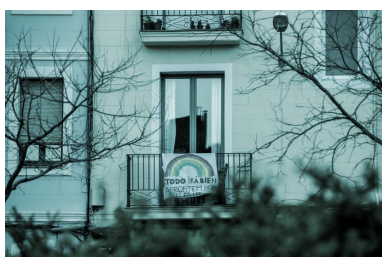


<https://info.nodo50.org/Entre-el-confinamiento-y-la-inseguridad-economica-malos-tiempos-para-la-salud.html>



# Entre el confinamiento y la inseguridad económica: malos tiempos para la salud mental

- Noticias - Noticias Destacadas -



Fecha de publicación en línea: Miércoles 8 de abril de 2020

---

Copyright © Nodo50 - Todos derechos reservados

---

**El impacto de esta crisis económica empieza a ser considerable y las cifras de paro en este mes de marzo se han disparado. Hay economistas que pronostican que llegaremos a los seis millones de desempleados en pocos meses. Sus efectos seguramente serán devastadores en salud mental.**

Malos tiempos, una vez más, para la salud mental. Estar en confinamiento tanto tiempo sin poder salir de casa no va a ser saludable para nuestra salud física ni psicológica. Por supuesto que es necesario el confinamiento para prevenir el contagio del coronavirus y tenemos que quedarnos en casa. Eso aquí no se discute.

Pero al confinamiento también se une la incertidumbre sobre la evolución y duración de la pandemia y cómo nos va a afectar económicamente a nuestros seres queridos y a nosotros.

[[https://info.nodo50.org/local/cache-vignettes/L400xH246/captura\\_de\\_pantalla\\_2020-04-06\\_a\\_la\\_s\\_18.43.31-67dee.jpg](https://info.nodo50.org/local/cache-vignettes/L400xH246/captura_de_pantalla_2020-04-06_a_la_s_18.43.31-67dee.jpg)]

Hay constancia, de otras cuarentenas anteriores respecto al impacto psicológico que suponen. Según una investigación publicada en The Lancet la irritabilidad se da en un 57% de las personas y, junto al bajo estado de ánimo con un 73%, serían los dos efectos psicológicos más frecuentes que se encuentran en individuos sujetos a cuarentena. Pero sabemos que habrá muchos más impactos en la salud mental: depresión, ansiedad, insomnio, ira, miedo, nerviosismo, soledad, etc. Tampoco se va a vivir igual esta pandemia ni va a ser lo mismo si se dispone de mucho espacio, jardín y comodidades, o si se vive en un piso de pocos metros cuadrados y con bastante gente.

Será muy duro psicológicamente si alguien no puede ni abrazarse a un ser querido cuando está en el hospital o despedirse llegado el caso. Serán duelos complicados. Tampoco va ser nada fácil para muchos niños y niñas que no podrán salir a jugar y a relacionarse en los parques o en las escuelas durante varias semanas. Será también difícil y crítico para muchas personas con problemas de aislamiento social y con dificultades de autocuidado con más necesidades de atención y que requieren de apoyo profesional presencial.

Pero en este artículo trataré principalmente de la salud mental de la población que va a padecer penurias económicas si la situación política no da un vuelco importante y se puede garantizar a toda la población una robusta protección social como una Renta básica universal, para que esta vez la crisis no la vuelva a pagar la misma gente de abajo.

## Algunas lecciones de otras crisis

Si alguna cosa evidenció la mayoría de estudios e investigaciones sobre las consecuencias de la gran crisis mundial iniciada en el 2008 y las políticas de austeridad devastadoras que la siguieron fue su impacto en la salud mental de la población en muchos países. En esto no hubo prácticamente polémica. Los datos fueron nefastos en diferentes frentes: aumento de los suicidios, alcoholismo, ansiedad, depresión, consumo de ansiolíticos y depresivos, etc. Y, como recordaba certeramente Naomi Klein en un reciente artículo de El Salto: “El sur de Europa fue la zona cero de las políticas de austeridad más sádicas”.

El factor común en la mayoría de los casos tuvo que ver con la incertidumbre y la inseguridad económica que entre la población se generó cuando se cerraron empresas con el consiguiente aumento del paro, crecimiento de la pobreza, miles de desahucios... que como es bien sabido no se han detenido hasta ahora, con la pandemia del

covid19.

Esto sucedió en lugares como el Reino de España que a diferencia de otros países optaron por políticas de austeridad económica y de contención del déficit público a costa de la salud y la vida de una parte de su ciudadanía. Los números están ahí. Encontrar paralelismos y semejanzas entre la gran depresión económica anterior y la que vamos a padecer próximamente dependerá fundamentalmente de las políticas de protección social que se lleven a cabo.

[[https://info.nodo50.org/local/cache-vignettes/L399xH259/captura\\_de\\_pantalla\\_2020-04-06\\_a\\_la\\_s\\_18.47.42-0224f.jpg](https://info.nodo50.org/local/cache-vignettes/L399xH259/captura_de_pantalla_2020-04-06_a_la_s_18.47.42-0224f.jpg)]

Hay una relación directa entre la protección social y sus efectos en la salud. A lo largo de la historia tenemos algunos ejemplos en un sentido y en otro. Un ejemplo importante fue el del New Deal en los Estados Unidos post-depresión de los años treinta y que tuvo un efecto muy considerable en la salud de la población, aunque esa no fuese su intención; al proporcionar una ayuda indirecta para mantener el bienestar de la población está considerado el programa más importante de salud pública en los EEUU.

Un ejemplo contrario lo podemos tener con la devastación del sistema soviético y su paso rápido al capitalismo en los años 90 del siglo XX, con las políticas de privatizaciones masivas y recortes que llevó entre otras cosas a una disminución de la esperanza de vida de los 64 a los 57 años entre 1991 y 1994. La mortalidad aumentó en un 40% por infartos, accidentes cardiovasculares, alcoholismo, suicidios, etc. ¡La pobreza en Rusia pasó de un 2% en 1987 a más de un 40% el 1995!

Por estos ejemplos y otros muchos que nos proporciona la epidemiología, la Sociología, la Historia y demás ciencias sabemos que la inseguridad económica de no tener empleo o de tener empleo precario, deudas, hipotecas, impago de alquileres... repercute mucho en la salud mental. El desempleo involuntario deteriora la salud a través de la reducción de los ingresos económicos y la consiguiente dificultad para acceder a bienes saludables. También es un factor de precipitación de enfermedades mentales, incrementado el riesgo de ingreso psiquiátrico para trabajadores con períodos largos de paro. La prevalencia de patologías psicológicas entre personas desempleadas es más del doble comparada con quienes tienen un empleo.

## El contexto actual

El impacto de esta crisis económica con la pandemia del coronavirus entre la población ya empieza a ser considerable y las cifras de paro en este mes de marzo se han disparado. Hay economistas que pronostican que llegaremos a los seis millones de desempleados en pocos meses. Sus efectos seguramente serán devastadores en salud mental.

Una vez llegados aquí considero interesante y útil revisar los experimentos y proyectos pilotos de Renta Básica (RB) o de complementos de ingresos realizados en muchos y variados países. Lugares tan diferentes como Finlandia, la India, Estados Unidos, Namibia, Barcelona, Canadá, Kenya, México... que tienen un factor común casi todos: sus efectos positivos en la salud y la salud mental principalmente.

[[https://info.nodo50.org/local/cache-vignettes/L392xH244/captura\\_de\\_pantalla\\_2020-04-06\\_a\\_la\\_s\\_18.49.27-c7ecf.jpg](https://info.nodo50.org/local/cache-vignettes/L392xH244/captura_de_pantalla_2020-04-06_a_la_s_18.49.27-c7ecf.jpg)]

En contextos de crisis y de elevado desempleo hacen falta propuestas robustas de protección social como la RB incondicional, dirigidas a toda la población sin excepción, con las variadas y diversas circunstancias de necesidades sociales y económicas que ya teníamos antes y que se van a agudizar próximamente con la crisis económica espoleada por la pandemia del covid19 y con las probables repercusiones en la salud mental que vamos a tener por nuestro conocimiento de experiencias previas.

## **Entre el confinamiento y la inseguridad económica: malos tiempos para la salud mental**

---

La seguridad económica de una RB a toda la población y sin excepciones sería una medida preventiva a la altura de esta emergencia, para eliminar la incertidumbre vital y económica que supone una pandemia terrible cómo esta, en un contexto económico marcado por un mercado laboral hinchado de empleo precario y temporal. Una RB reduciría el estrés y sufrimiento psicológico que sufren determinados sectores de la población como son las personas sin empleo, con contratos precarios, afectadas por ERTES, trabajadoras pobres, familias endeudadas, trabajadoras del hogar, inmigrantes de países pobres y en definitiva la mayoría de la población. Ahora más que nunca hace falta una RB para garantizar la existencia de la población.

*Posdata:*

*Sergi Raventós es Trabajador social de una Fundación de salud mental en Barcelona. Doctor en Sociología y miembro de la Red Renta Básica*