



## *TÍTULO: IMPACTO PSICOLÓGICO DEL CONFINAMIENTO EN UNA MUESTRA COMUNITARIA DE MUJERES ADOLESCENTES Y JÓVENES ESPAÑOLAS*

Autoras: Helena Vall-Roqué (1), Ana Andrés (2) y Carmina Saldaña (1)

Entidades: (1) Universidad de Barcelona. (2) Universidad Ramon Llull, Blanquerna, Barcelona

**Objetivo:** este trabajo quiso estudiar el estado psicológico de las personas adolescentes y jóvenes durante el confinamiento decretado por la pandemia por COVID-19. Asimismo, se quiso determinar el cambio en diferentes áreas vitales a raíz del confinamiento, y analizar si existe relación entre ciertas variables relacionadas con la COVID-19 y las variables psicológicas.

**Método:** 2709 mujeres de entre 14 y 35 años residentes en España completaron los cuestionarios Depression, Anxiety and Stress Scales-21 (DASS-21) y Eating Attitudes Test-26 (EAT-26), y respondieron a preguntas relacionadas con su vivencia de la pandemia y el confinamiento en la plataforma SurveyMonkey.

**Resultados:** alrededor de una cuarta parte de la muestra presentó niveles severos o muy severos de depresión, ansiedad y estrés. Los sentimientos de tristeza y ansiedad, la calidad del sueño, los hábitos alimentarios, y las preocupaciones por la apariencia física, por el futuro y por la salud habían empeorado a raíz del confinamiento en gran parte de la muestra. El hecho de no estar segura de haber contraído la COVID-19 o no, el fallecimiento de un ser querido por el coronavirus, y no tener un lugar donde poder relajarse en casa fueron factores asociados al malestar psicológico y a las alteraciones alimentarias.

**Conclusiones:** a pesar de tratarse de un estudio de tipo correlacional, los resultados hallados sugieren que la pandemia puede haber tenido un efecto profundo en la salud mental de las mujeres jóvenes residentes en España.