

IMPACTO DE UNA PANDEMIA:

Salud mental de los adultos jóvenes

Con más de un año en pandemia, todos hemos vivido momentos de estrés y hemos tenido muchos momentos perdidos. Para los adolescentes y los adultos jóvenes, los ritos de paso, como los deportes y los conciertos, las ceremonias de graduación y los cursos presenciales de las universidades se cancelaron. Y el hecho de sufrir la pérdida de estos acontecimientos y otras reuniones sociales ha tenido un gran impacto.

LAS TRES PREOCUPACIONES PRINCIPALES DE LAS PERSONAS JÓVENES DURANTE EL COVID-19¹:

1 Interrupción de la vida cotidiana

60% DE LOS ENCUESTADOS

1.57 MIL MILLONES DE ESTUDIANTES FUERA DE LAS ESCUELAS

Alrededor del **90%** de los estudiantes no asistió a la escuela².

500 MILLONES

no tuvieron acceso al aprendizaje en línea².

EL TIEMPO FRENTE A LA PANTALLA AUMENTÓ PARA TODOS:

↑72% en Turquía (niños)³

↑87% en Canadá (niños)⁴

↑70% en China (todas las edades)⁵

↑49% en Polonia (todas las edades)⁶



2 Salud mental

55% DE LOS ENCUESTADOS

25% VS. **13%**

En los Estados Unidos, los adultos jóvenes (de entre 18 y 24 años) tienen el **doble de probabilidades** que todos los adultos de presentar un **nuevo o un aumento del consumo de sustancias**⁷.

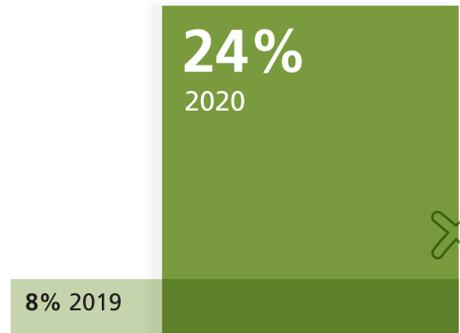
3 Seguridad financiera

44% DE LOS ENCUESTADOS

34% TRABAJOS PERDIDOS

El **34%** de los estudiantes universitarios en Inglaterra informó que había **perdido un trabajo, que había reducido horas o que no le habían pagado por el trabajo finalizado**⁸.

DESEMPLEO DURANTE LA PRIMAVERA EN ESTADOS UNIDOS



El **24.4%** de los trabajadores jóvenes (de entre 16 y 24 años) en los Estados Unidos estuvo **sin empleo durante la primavera de 2020**⁹.

72%

de los países "reportaron interrupciones en los servicios de salud mental para las personas vulnerables, incluidos los niños y los adolescentes"¹⁰.

Si sufre de depresión, ansiedad o estrés relacionado con la pandemia, o es posible que su hijo adolescente o adulto joven lo sufra, **hay ayuda disponible**.

Su Programa de Asistencia al Empleado ofrece apoyo confidencial las 24 horas del día, los 7 días de la semana, de manera gratuita para usted y sus dependientes que figuran en el plan. Incluso es posible que reúna los requisitos para tener visitas presenciales o virtuales con un terapeuta sin costo adicional.



¿ESTÁ PREOCUPADO POR UN ADULTO JOVEN?

Comuníquese con su Programa de Asistencia al Empleado.

- World Health Organization. COVID-19 Youth Survey: Report. Global Shapers Community, et al. Available at: https://cdn.who.int/media/docs/default-source/epi-win/covid-19-survey_report_for_who---final.pdf?sfvrsn=f23bd740_4. Accessed February 16, 2021.
- United Nations. Ensure inclusive and equitable quality education and promote lifelong learning opportunities for all. Available at: <https://unstats.un.org/sdgs/report/2020/goal-04/>. Accessed February 16, 2021.
- Eyimaya AO, Irmak AY. Relationship between parenting practices and children's screen time during the COVID-19 pandemic in Turkey. J Pediatr Nurs. 2021 January–February; 56: 24–29. Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7534794/>. Accessed February 16, 2021.
- Carroll N, et al. The impact of COVID-19 on health behavior, stress, financial and food security among middle to high income Canadian families with young children. Nutrients. 2020 Aug; 12(8): 2352. Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7468859/>. Accessed February 16, 2021.
- Hu Z, et al. Impact of the COVID-19 epidemic on lifestyle behaviors and their association with subjective well-being among the general population in mainland China: Cross-sectional study. J Med Internet Res. 2020 Aug; 22(8): e21176. Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7458584/>. Accessed February 16, 2021.
- Górnicka M, et al. Dietary and lifestyle changes during COVID-19 and the subsequent lockdowns among Polish adults: A cross-sectional online survey PLifeCOVID-19 Study. Nutrients. 2020 Aug; 12(8): 2324. Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7468840/>. Accessed February 16, 2021.
- Pachal N, et al. The implications of COVID-19 for mental health and substance use. Kaiser Family Foundation. Available at: https://www.kff.org/coronavirus-covid-19/issue-brief/the-implications-of-covid-19-for-mental-health-and-substance-use/?utm_campaign=KFF-2021-Coronavirus&utm_medium=email&_hsmi=110418889&_hsenc=p2ANqtz-9sijNjVfcQw_zPK3dxxYt2KvSTQ2c6wzKHG5j251mpyJOa_RBNWnX4JHa0KVFPSKbC6FLcavJ6CPWZwlCt-bhMzTCFmOXIVBjMzR_TvgpCOzO2t3E&utm_content=110418889&utm_source=hs_email. Accessed February 16, 2021.
- Montacute R, Holt-White E. COVID-19 and social mobility impact brief #2: University access & student finance. The Sutton Trust. Available at: <https://www.suttontrust.com/wp-content/uploads/2020/05/COVID-19-and-Social-Mobility-Impact-Brief-2.pdf>. Accessed February 16, 2021.
- Gould E, Kassa M. Young Workers Hit Hard by the COVID-19 Economy. Economic Policy Institute. Available at: <https://www.epi.org/publication/young-workers-covid-recession/>. Accessed February 16, 2021.
- World Health Organization. COVID-19 disrupting mental health services in most countries, WHO survey. Available at: <https://www.who.int/news/item/05-10-2020-covid-19-disrupting-mental-health-services-in-most-countries-who-survey>. Accessed February 16, 2021.

Este programa no debe usarse para necesidades de emergencia ni de atención de urgencia. Ante una emergencia, llame al 911 si está en los Estados Unidos o al número de los servicios de emergencia locales si está fuera de los Estados Unidos, o dirijase a la unidad de accidentes y emergencia más cercano. Este programa no sustituye a la atención brindada por un médico o profesional. Debido a la posibilidad de un conflicto de interés, no se brindará asesoramiento jurídico sobre asuntos que puedan implicar acciones contra profesional o sus filiales, o cualquier entidad a través de la cual la persona que llama está recibiendo estos servicios de forma directa o indirecta (p. ej., el empleador o el plan de salud). El programa y todos sus componentes, en particular los servicios a los miembros de familias menores de 16 años, pueden no estar disponibles en todos los centros y están sujetos a cambio sin aviso previo. Los niveles de experiencia o de educación de los recursos del Programa de Asistencia al Empleado pueden variar según los requisitos de contrato o los requisitos reguladores del país. Es posible que se apliquen exclusiones y limitaciones de cobertura.

Optum® es una marca comercial registrada de Optum, Inc. en los Estados Unidos y otras jurisdicciones. Todas las otras marcas o los nombres de productos son marcas comerciales o marcas registradas o de la propiedad de sus respectivos dueños. Optum es un empleador que ofrece igualdad de oportunidades. © 2021 Optum, Inc. Todos los derechos reservados. WF4045877 208364-032021