

Factores psicológicos y estrés post pandemia COVID-19 en adultos de América Latina.

Psychological factors and stress after the COVID-19 pandemic in adults in Latin America.

Mina-Ortiz, Jhon Bryan¹; Morán-Pico, Samantha Guadalupe²; Escalante-Tomalá, Ludy Taina³; Chompol-Morán, Jeraida Nayeli⁴.

Cita: Mina-Ortiz, J. B., Morán-Pico, S. G., Escalante-Tomalá, L. T., & Chompol-Morán, J. N. (2026). Factores psicológicos y estrés post pandemia COVID-19 en adultos de América Latina. *Innova Science Journal*, 4(4), 429-446.

<https://doi.org/10.63618/omd/isi/v4/n4/432>

Recibido: 01/04/2026

Aceptado: 21/08/2026

Publicado: 31/10/2026



Copyright: © 2026 por los autores. Este artículo es un artículo de acceso abierto distribuido bajo los términos y condiciones de la **Licencia Creative Commons, Atribución-NoComercial 4.0 Internacional. (CC BY-NC).**

(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>)

¹ Universidad Estatal del Sur de Manabí; Ecuador, Jipijapa; <https://orcid.org/0000-0002-3455-2503>; jhon.mina@unesum.edu.ec

² Universidad Estatal del Sur de Manabí; Ecuador, Jipijapa; <https://orcid.org/0009-0009-4243-031X>; moran-samantha5369@unesum.edu.ec

³ Universidad Estatal del Sur de Manabí; Ecuador, Jipijapa; <https://orcid.org/0009-0001-5525-9234>; escalante-ludy2521@unesum.edu.ec

⁴ Universidad Estatal del Sur de Manabí; Ecuador, Jipijapa; <https://orcid.org/0009-0008-0762-9078>; chompol-jeraida5360@unesum.edu.ec

¹ Autor Correspondencia



<https://doi.org/10.63618/omd/isi/v4/n4/432>

Resumen: La pandemia por COVID-19 generó consecuencias que trascienden la crisis sanitaria y afectaron particularmente la salud mental de la población adulta latinoamericana, contexto donde las desigualdades estructurales y las carencias sanitarias agravaron el impacto emocional producido por el confinamiento, la incertidumbre económica y el miedo al contagio. El presente trabajo tuvo como propósito identificar y analizar los factores psicológicos vinculados con los niveles de estrés experimentados por adultos de la región tras la emergencia sanitaria, mediante una revisión bibliográfica sistemática elaborada bajo los lineamientos PRISMA. El proceso partió de 543 registros localizados en bases como PubMed, SciELO y Elsevier, de los cuales se seleccionaron 30 publicaciones correspondientes al periodo 2022-2026. Los hallazgos revelaron que la ansiedad, la depresión, la fatiga emocional y el estrés postraumático representaron las manifestaciones predominantes, relacionadas con el aislamiento social, la inestabilidad económica, la sobrecarga académica y laboral, y el bajo nivel socioeconómico. La resiliencia y el apoyo familiar funcionaron como elementos protectores frente a dichas manifestaciones. Se concluye que el estrés post pandemia posee un origen multifactorial y que sus efectos pueden prolongarse en el tiempo, lo cual plantea la necesidad de robustecer las políticas públicas de salud mental para la población adulta.

Palabras clave: estrés; factores psicológicos; salud mental; covid-19; américa latina.

Abstract: The COVID-19 pandemic brought about consequences extending beyond the health crisis itself, particularly affecting the mental health of the adult population in Latin America—a region where structural inequalities and healthcare deficiencies exacerbated the emotional impact of lockdowns, economic uncertainty, and the fear of infection. This study aimed to identify and analyze the psychological factors linked to stress levels experienced by adults in the region following the health emergency, utilizing a systematic literature review conducted in accordance with PRISMA guidelines. The process began with 543 records identified in databases such as PubMed, SciELO, and Elsevier, from which 30 publications covering the 2022–2026 period were selected. Findings revealed that anxiety, depression, emotional fatigue, and post-traumatic stress were the predominant manifestations, associated with social isolation, economic instability, academic and work-related overload, and low socioeconomic status. Resilience and family support served as protective factors against these manifestations. The study concludes that post-pandemic stress has a multifactorial origin and that its effects can persist over time, highlighting the need to strengthen public mental health policies for the adult population.

Keywords: stress; psychological factors; mental health; COVID-19, Latin America.

1. Introducción

La pandemia por COVID-19 transformó de manera significativa las dinámicas sociales, económicas y sanitarias a nivel mundial, dejando efectos que se extienden más allá de la crisis epidemiológica como sostiene Angulo y López (2023), entre las principales secuelas se encuentran las relacionadas con la salud mental, especialmente en la población adulta, que enfrentó cambios abruptos en su estilo de vida, incertidumbre constante y múltiples factores de presión emocional, condiciones las cuales han impulsado el interés científico por comprender cómo los aspectos psicológicos influyen en la respuesta al estrés en el periodo posterior a la pandemia.

Dentro de este panorama, la salud mental de la población adulta ha sido objeto de creciente atención tras la pandemia por COVID-19, considerada por la Organización de Naciones Unidas (ONU) (2026), como una crisis paralela de carácter global vinculada a factores sociales, económicos y sanitarios que actualmente ha dejado de ser amenaza para la salud de las personas, a pesar de esto, informes de la Organización Mundial de la Salud (OMS) (2022), estiman un incremento superior al 25% en los trastornos de ansiedad y depresión durante los primeros años posteriores a la emergencia sanitaria, con mayor impacto en países pertenecientes a Asia, África y Sudamérica, donde investigaciones lideradas por Wang et al. (2020) y Aksunger et al. (2023), reportaron altos niveles de estrés psicológico asociados al confinamiento y la incertidumbre.

En España, Sandín et al. (2020), identificaron que más del 40% de la población adulta presentó síntomas significativos de estrés postraumático, vinculados a factores como el aislamiento social y la percepción de riesgo, a su vez, estudios desarrollados en Reino Unido por Nguyen et al. (2022), mostraron un deterioro sostenido en la salud mental, especialmente en grupos con condiciones socioeconómicas vulnerables. En América del Norte, Müller et al. (2023), documentaron Estados Unidos tuvo caídas transitorias del estado de ánimo y aumentos de depresión que volvieron rápido a la línea base en los primeros meses una vez acabada la pandemia, estas investigaciones configuran antecedentes internacionales que relacionan directamente los factores psicológicos con el incremento del estrés en adultos.

En América Latina, la Organización Panamericana de la Salud (2022), ha reportado que la región enfrenta una carga significativa de afectaciones emocionales posteriores a la pandemia, influenciadas por desigualdades estructurales y limitaciones en los sistemas de salud. En lo que respecta a los países de esta parte del mundo, en Brasil, estudios realizados por Lipp et al. (2023), encontraron niveles elevados de estrés en adultos jóvenes y trabajadores informales, asociados a la inestabilidad económica, en México, por su parte, autores como Hernández-Fuentes et al. (2024), evidenciaron que el miedo al contagio y la pérdida de empleo constituyen factores determinantes en el desarrollo de ansiedad y estrés prolongado en conjunto a la baja autoestima y uso de sedantes se asocian con depresión persistente.

Estudios realizados en Argentina por Moirano et al. (2021), reportaron un incremento en síntomas depresivos y estrés en adultos durante el periodo post pandemia, destacando la influencia del aislamiento social y la incertidumbre económica mientras que, en Chile, estudios como los realizados por Borrescio-Higa et al. (2022), identificaron una relación significativa entre sobrecarga laboral, estrés y afectaciones en la salud mental en población adulta asociándolos a peor bienestar, deterioro de salud mental y problemas

de sueño. En Colombia, por su parte, investigadores como Silgado y Zarante (2025), analizaron el impacto psicológico en trabajadores de la salud, encontrando altos niveles de agotamiento emocional y estrés crónico mostrando patrones comunes vinculados a factores psicosociales que intensifican el impacto emocional en adultos latinoamericanos.

A nivel nacional, la situación refleja tendencias similares, con particularidades propias del contexto social y sanitario, por ejemplo, dentro de investigaciones realizadas en Babahoyo se lograron distinguir altos niveles de estrés en población adulta relacionados con la crisis económica y las secuelas del sistema sanitario durante la pandemia (Ochoa et al., 2022). De igual manera, en otros estudios como los de Vaca et al. (2023), se reportaron síntomas de ansiedad y agotamiento emocional en trabajadores del sector salud, asociados a la sobrecarga laboral en la zona norte del Ecuador, a su vez, en estudiantes universitario de Manta se obtuvieron resultados que resaltaban que el confinamiento prolongado generó alteraciones en el bienestar psicológico, evidenciando dificultades en la adaptación emocional post pandemia según Camas et al. (2024).

De manera similar, a escala local, el análisis de los factores psicológicos adquiere relevancia al considerar las dinámicas sociales específicas de cada comunidad, donde intervienen variables como el entorno familiar, la estabilidad económica y el acceso a servicios de salud, estudios realizados en Jipijapa han identificado que el estrés post pandemia se mantiene como una respuesta frecuente ante experiencias acumuladas durante la crisis sanitaria, de igual manera investigaciones locales como las de Bravo y Matute (2023), resaltan la presencia de síntomas persistentes de ansiedad, fatiga emocional y dificultades en la regulación del estrés en adultos reforzando la necesidad de profundizar en el estudio de los factores psicológicos desde una mirada contextualizada que integre aspectos sociales y biológicos (Zambrano & Quijije, 2021) (Veliz et al., 2026).

Bajo este panorama, el abordaje desde la carrera de laboratorio clínico adquiere pertinencia al vincular los factores psicológicos con posibles indicadores fisiológicos asociados al estrés, en este contexto, la presente investigación está vinculada al proyecto “Estrategias de intervención en poblaciones vulnerables identificadas con secuelas post COVID-19 de la Zona Sur de Manabí. Fase II 2026”, y posee como objetivo identificar y analizar los principales factores psicológicos relacionados con los niveles de estrés post pandemia por COVID-19 en adultos de América Latina a partir de la revisión de estudios científicos, con el propósito de generar evidencia que contribuya a una mejor comprensión de las secuelas emocionales derivadas de la emergencia sanitaria. De esta manera, se aporta información relevante para el campo científico y se fortalece la bibliografía existente en torno a la salud mental en el escenario post pandemia, al mismo tiempo que se da cumplimiento al componente de vinculación con la colectividad propio de la formación universitaria. Finalmente, surge la siguiente interrogante de investigación: ¿Cómo influyen los factores psicológicos en los niveles de estrés post pandemia por COVID-19 en adultos de América Latina?

2. Materiales y Métodos

2.1. Diseño del estudio

La presente investigación corresponde a una revisión bibliográfica de literatura científica, con un diseño sistemático, orientada a analizar los principales factores psicológicos relacionados con el estrés post pandemia por COVID-19 en adultos de América Latina, así como las manifestaciones y estrategias de abordaje reportadas en la evidencia científica disponible.

La búsqueda se realizó en PubMed, SciELO, Elsevier y Google Académico, siguiendo los lineamientos PRISMA, los estudios se analizaron mediante un enfoque ascendente, cuya selección se presenta en el flujograma PRISMA.

2.2. Preguntas de investigación

El objetivo fundamental de esta investigación buscó responder las siguientes preguntas sobre los factores psicológicos y el estrés post pandemia:

RQ1: ¿Cuáles son los principales factores psicológicos asociados al estrés post pandemia en adultos, según la evidencia internacional y latinoamericana?

RQ2: ¿Qué niveles y manifestaciones del estrés post pandemia se han reportado en la población adulta de América Latina en estudios recientes?

RQ3: ¿De qué manera se relacionan los factores psicológicos con el desarrollo y persistencia del estrés post pandemia en adultos, según la literatura científica revisada?

Palabras clave de búsqueda

La búsqueda se realizó utilizando términos clave relacionados con el tema de investigación, combinados mediante los operadores booleanos "AND", "OR" y "NOT", para identificar estudios relevantes.

Tabla 1.

Palabras clave utilizadas en la búsqueda bibliográfica

Palabras clave	Artículos
"Estrés post pandemia"	128
"Factores psicológicos"	156
"Salud mental COVID-19"	142
"Adultos América Latina"	117
Total bruto	543
Total después de eliminar duplicados entre palabras clave	393

Nota: Elaborado por los autores

2.3. Filtrado de datos

Los resultados iniciales incluyeron artículos científicos, capítulos de libros y documentos académicos, para esta investigación se excluyeron todos los documentos que no correspondían a artículos científicos con metodología claramente descrita, limitando la búsqueda a títulos y palabras clave relacionados con la temática de estudio.

Tras el filtrado inicial, se obtuvo un total aproximado de 264 artículos; posteriormente, se eliminaron los documentos duplicados y aquellos que no cumplían con los criterios establecidos, seleccionándose finalmente 30 publicaciones para el análisis.

2.4. Criterios de selección de los estudios

Los estudios seleccionados cumplieron con criterios de actualidad, relevancia científica y pertinencia temática, los cuales se describen en el diagrama de flujo PRISMA. Se establecieron los siguientes criterios de inclusión:

- Estudios publicados entre 2022 y 2026, centrados específicamente en población adulta.
- Investigaciones que aborden directamente los factores psicológicos y su relación con el estrés post pandemia por COVID-19.
- Publicaciones disponibles en idioma español e inglés.
- Estudios originales, revisiones sistemáticas y artículos de revisión provenientes de bases de datos y revistas científicas.

Se excluyeron estudios duplicados, investigaciones centradas en población infantil o adolescente, documentos sin acceso al texto completo y artículos que no guardaban relación directa con las variables de estudio.

2.5. Análisis de datos

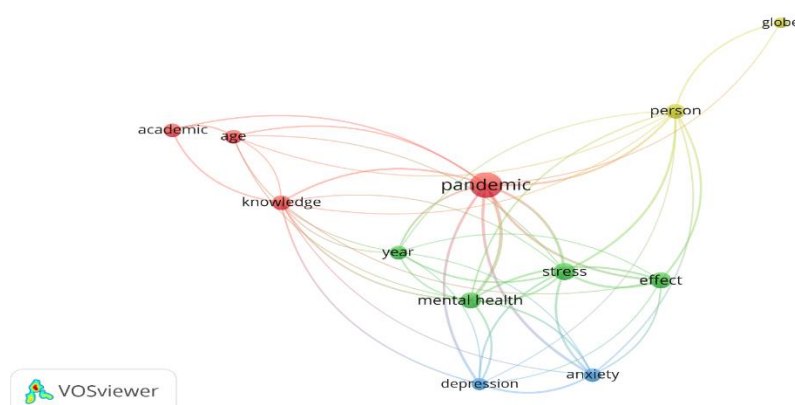
El análisis se basó en la identificación de autores, año de publicación, país de procedencia, palabras clave y enfoques temáticos, permitiendo establecer tendencias investigativas relacionadas con los factores psicológicos, las manifestaciones del estrés post pandemia y las estrategias de intervención en salud mental reportadas para la población adulta de América Latina.

2.6. Análisis bibliométrico

Se realizó un análisis bibliométrico de co-ocurrencia de palabras clave para visualizar las principales líneas de investigación relacionadas con los factores psicológicos, el estrés post pandemia por COVID-19 y la salud mental en adultos de América Latina.

Figura 1.

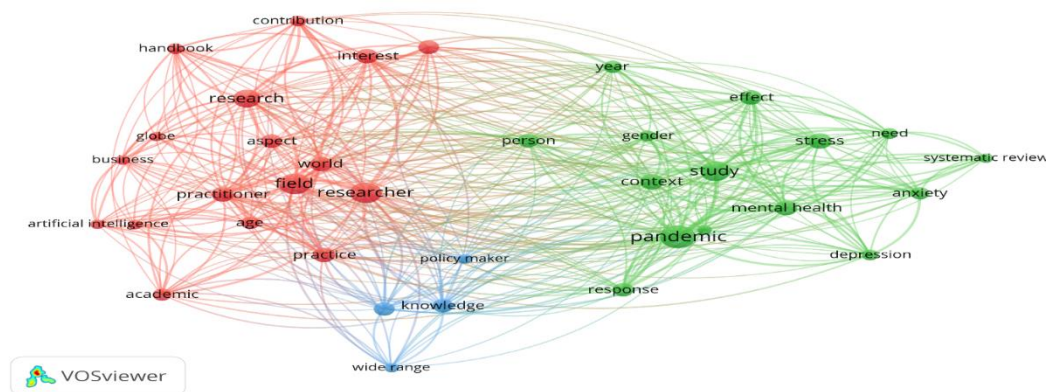
Se muestran las palabras claves.



Nota: Elaborado por los autores

Figura 2.

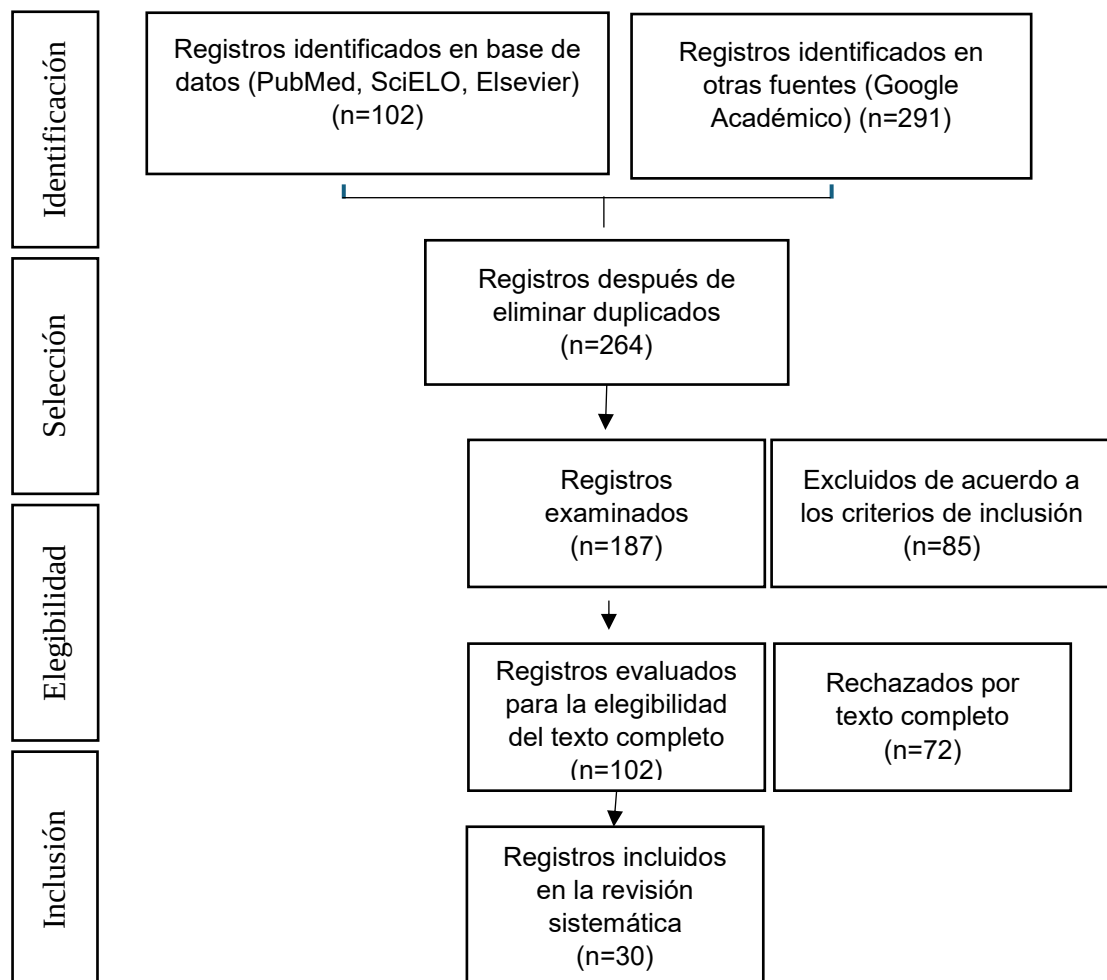
Red de co-ocurrencia de palabras claves relacionadas con factores postpandemia



Nota: Elaborado por los autores

Figura 3.

Diagrama de flujo PRISMA utilizado para la selección de artículos en las bases de datos PubMed, SciELO, Elsevier y Google Académico.



Nota: Elaborado por los autores

3. Resultados

Se presentan los resultados de las investigaciones relacionadas el tema de estudio a continuación:

Tabla 2.

Manifestaciones del estrés post pandemia por COVID-19 en adultos de América Latina

Autores/Ref.	País	Muestra	Prevalencia de estrés	Manifestaciones identificadas	Principales hallazgos
Sanabria-Enríquez et al. (2024)	México	101	TEPT 26.7%; ansiedad 29.7%; depresión 26.1%	TEPT, ansiedad, depresión (reducción progresiva a 3 meses)	Depresión predominante; mayor afectación en mujeres y baja escolaridad
Cabezas-Heredia et al. (2022)	Ecuador	139	Leve 54.0% Moderado 25.9% Severo 4.3% Muy severo 2.9%	Ansiedad, depresión, estrés	Síndrome mental leve-moderado; afrontamiento bajo; necesidad de programas preventivos
Izurieta-Brito et al. (2022)	Ecuador	359	Mujeres: 51,5% Hombres: 34,5%	Estrés académico alto, ansiedad generalizada	Mujeres más afectadas; correlación moderada estrés–ansiedad (rho=0,638)
Suárez-Villa et al. (2024)	Colombia	212	20% al 70%	Estrés, ansiedad, perturbación psicosocial, dificultades de adaptación presencial	Inestabilidad económica e interrupción de rutinas, factores clave del deterioro
Caldichoury-Obando et al. (2024)	América Latina	5.437	59.8%	Agotamiento laboral, síntomas emocionales y cognitivos	Mayor riesgo en jóvenes, mujeres y médicos; se recomienda apoyo psicosocial
Hernández-Duarte (2023)	Colombia	300	18%	Dolor musculoesquelético, fatiga, ansiedad laboral, disminución de hábitos saludables	Estrés ligado a sedentarismo y sobrecarga laboral
Avalos y Trujillo (2022)	México	765	19%–82.5%	Estrés académico moderado; sobrecarga; deficiencias metodológicas	Mujeres y estudiantes de ciencias de la salud más afectados; diferencias por sexo, campo disciplinar y disponibilidad tecnológica
Romero y Mosquera (2022)	Perú	400	50.7% nivel medio, 26.8% alto, 22.5% bajo	Estrés académico, sobrecarga de tareas, insomnio, irritación, consumo de alcohol/tabaco	Predominan niveles medios; mujeres con ligera ventaja en confianza y satisfacción

Moreno y Baculima (2023)	Ecuador	119	(Spearman = -0,903; p=0,000)	Ansiedad, depresión, TEPT, insomnio, cambios comportamentales	Soporte social reduce riesgo; antecedentes mentales aumentan vulnerabilidad
Moya et al. (2023)	Chile	129	40.9%	Síntomas ansiosos, depresivos y estrés postraumático persistentes	Haber tenido COVID-19 aumenta riesgo de trastornos mentales a un año
Ramírez y Roncancio (2023)	Ecuador	108	67,97%	Burnout, ansiedad clínica, agotamiento emocional, despersonalización	Exposición laboral directa desencadenó burnout con agotamiento emocional
Cavalcanti et al. (2025)	Brasil	301	52.3%	Fatiga, pérdida de memoria, caída del cabello, dificultad de concentración, ansiedad, alteraciones del sueño	Fatiga afectó vida personal y laboral; mayor riesgo en UCI y emergencias
Merino (2023)	México	280	27% y 40%	Malos hábitos alimentarios, ansiedad, depresión, estrés exacerbado	Confinamiento alteró salud mental y alimentación
Tito (2022)	Perú	120	52% y 83%,	Dificultades de concentración, destreza motriz, equilibrio, coordinación; síntomas físicos como dolor muscular, palpitaciones, sudoración	Relación significativa entre dependencia funcional y estrés percibido
Ramos-Vera y Serpa (2022)	Perú	609	40%	Depresión, ansiedad, hipervigilancia, pensamientos intrusivos, miedo intenso	Depresión y miedo como síntomas centrales; comorbilidad con TEPT

Nota: Elaborado por los autores

La información obtenida da paso a interpretar que el estrés post pandemia en adultos se manifiesta como un fenómeno complejo que integra dimensiones emocionales, cognitivas y físicas, evidenciando una afectación integral en la calidad de vida. Se observa que los síntomas pueden persistir con el tiempo, lo que indica que las secuelas psicológicas no desaparecen tras superar la enfermedad, además, las afectaciones identificadas en distintos grupos poblacionales muestran que el impacto también está relacionado con factores laborales, académicos y sociales, lo que evidencia el carácter multifactorial del estrés post pandemia.

Tabla 3.

Factores psicológicos asociados al estrés post pandemia por COVID-19 en adultos de América Latina

Autores/Ref.	País	Factor psicológico identificado	Relación con el estrés	Resultados
Jiménez-Villamizar et al. (2023)	Argentina	Soledad percibida y neuroticismo	Mayores niveles de soledad y neuroticismo se asociaron con mayor ansiedad, depresión y somatización	En 7.601 universitarios, la soledad fue el predictor más fuerte de angustia psicológica (46.15% de prevalencia), seguida del neuroticismo
Viza (2023)	Perú	Ansiedad y depresión	Elevados niveles de ansiedad y depresión se vinculan con el aislamiento social, la incertidumbre y la sobrecarga de responsabilidades	47% de jóvenes latinoamericanos reportaron ansiedad o ataques de pánico; mujeres más afectadas (54%) que hombres (45%).
Méndez-Molina y Yagual-Rivera (2023)	Ecuador	Impacto psicosocial	Mindfulness como factor modulador que redujo el estrés	Mindfulness mejoró la regulación emocional en universitarios
Sánchez-Caicedo y Aguilar-Salazar (2024)	Ecuador	Ansiedad, depresión, consumo de sustancias	Aumentaron por aislamiento, miedo al contagio e incertidumbre económica	Alta incidencia en estudiantes de medicina; burnout y TEPT en personal sanitario
Toribio y Andrade (2024)	México	Resiliencia y afrontamiento funcional	Factor protector que redujo el impacto del estrés	Resiliencia y afrontamiento activo correlacionaron negativamente con el estrés
Rodríguez et al. (2022)	Colombia	Depresión y ansiedad	Asociadas a edad, comorbilidades y nivel socioeconómico	Mayor prevalencia de síntomas depresivos y ansiosos en población de riesgo
García-Borjas y Arce-Huamani (2024)	Perú	Síntomas de TEPT	Asociados a ser trabajador de salud y convivir con casos de COVID-19	35.23% de estudiantes con síntomas de TEPT, mayoría moderados
Angelucci y Rondón (2025)	Venezuela	Ansiedad, depresión, disfunción social	Mayor vulnerabilidad en mujeres y jóvenes con secuelas físicas	Ser mujer y menor edad predicen peor salud mental
Hernández et al. (2024)	Ecuador	Aislamiento social y pérdida económica	Principales factores de riesgo psicosocial post pandemia	Aumento de depresión, ansiedad y alcoholismo vinculado al aislamiento

Chirinos (2026)	Venezuela	Ansiedad, depresión, duelo	Aumentaron por confinamiento e incertidumbre económica	Alta prevalencia de alteraciones emocionales; se requiere psicoeducación comunitaria
Restrepo et al. (2022)	Colombia	Depresión y ansiedad	Amplificadoras del estrés académico durante y post pandemia	Prevalencias clínicamente significativas en 1.004 estudiantes; mayor afectación en mujeres
Ocampo-Eyzaguirre et al. (2023)	Bolivia	Resiliencia	Factor protector que amortiguó el estrés y la depresión	Estrés y depresión en niveles moderados; resiliencia y autoestima como protectoras
Sánchez-Padilla et al. (2023)	México	Depresión, ansiedad y estrés	Persistieron de forma simultánea tras el retorno presencial	Confinamiento prolongado fue el principal desencadenante psicológico
Jimenez et al. (2024)	México	Secuelas psicológicas pos-COVID-19	Generaron estrés sostenido que afectó el rendimiento académico	Ansiedad y fatiga emocional, factores de mayor persistencia
Cáceres-González et al. (2023)	Paraguay	Aislamiento social y factores socioeconómicos	Predictores de ansiedad, depresión y estrés	Aislamiento social y factores económicos como principales predictores; mujeres más vulnerables

Nota: Elaborado por los autores

La presente tabla evidencia que el estrés post pandemia está estrechamente condicionada por factores psicológicos que actúan tanto como detonantes como moduladores de su intensidad, destacándose una interacción dinámica entre elementos de riesgo y de protección. Se identifica que las condiciones personales, sociales y emocionales influyen en la vulnerabilidad de las personas, por lo que el impacto del estrés varía según las características de cada contexto, además, la presencia de factores protectores muestra que sus efectos pueden reducirse mediante estrategias de afrontamiento y el apoyo social, favoreciendo una mejor adaptación en el escenario post pandemia.

4. Discusión

El estrés post pandemia por COVID-19 en adultos de América Latina representa un problema de salud pública que se mantiene más allá de la emergencia sanitaria, las consecuencias psicológicas asociadas al confinamiento, la incertidumbre económica y las desigualdades de la región continuaron después del control de la pandemia y, en algunos casos, se intensificaron con el tiempo. Frente a esta problemática, los resultados obtenidos en la presente revisión coinciden de forma considerable con el cuerpo de literatura analizado, al confirmar que el estrés, la ansiedad, la depresión y la fatiga emocional constituyen manifestaciones persistentes que continúan afectando a la

población adulta latinoamericana mucho después de superada la fase crítica de la emergencia sanitaria.

Los hallazgos de Sanabria-Enríquez et al. (2024) y de Suárez-Villa et al. (2024), presentados en la Tabla 2, muestran que la depresión y la ansiedad se mantienen como las secuelas psicológicas predominantes en pacientes recuperados y en estudiantes universitarios, coincidiendo con lo reportado por Matud et al. (2025), quienes documentaron en población adulta española una prevalencia de malestar psicológico cercana al 47,5% en mujeres jóvenes adultas y del 34,7% en mujeres de mediana edad durante el periodo posterior a la pandemia, frente a porcentajes considerablemente menores en hombres, lo que sugiere un patrón de vulnerabilidad diferenciado por género que también se observa en los datos ecuatorianos y colombianos de esta revisión. La correspondencia observada entre contextos europeos y latinoamericanos refuerza la idea de que la disparidad de género en la respuesta emocional al estrés post pandémico trasciende factores culturales específicos y responde más bien a mecanismos psicosociales compartidos.

Continuando, la elevada prevalencia de burnout encontrada por Caldichoury-Obando et al. (2024) en profesionales sanitarios de la región, con un 59,8% de los casos analizados, guarda relación directa con lo descrito por Muñoz-Ortega et al. (2024) en su revisión sobre la salud mental del personal de salud latinoamericano en el periodo post-COVID-19, donde se advierte que el agotamiento laboral continúa manifestándose con fuerza incluso años después de superado el pico pandémico, particularmente entre quienes trabajaron en primera línea durante las olas de contagio más severas, esta relación de estudios permite considerar que el desgaste emocional del personal sanitario no respondió únicamente a la presión asistencial inmediata, sino que se consolidó como una condición crónica que demanda intervención sostenida en el tiempo.

En esta línea, el estudio cualitativo de Lema-Saransig y Muñoz-Guanga (2026), realizado con enfermeros de áreas críticas en Ecuador que laboraron durante la pandemia, evidenció que el burnout se cronifica por condiciones laborales desfavorables como la sobrecarga y la inestabilidad contractual, mientras que la resiliencia y el apoyo familiar emergen nuevamente como factores protectores frente a su cronificación.

Por su parte, los resultados de Tito (2022) y Moya et al. (2023), relacionados con la dependencia funcional y el incremento de trastornos de ansiedad, depresión y estrés postraumático en pacientes con antecedente de infección por COVID-19, se alinean con los hallazgos descritos en estudios sobre afrontamiento y resiliencia en estudiantes universitarios mexicanos, los cuales señalan que quienes atravesaron experiencias estresantes durante la pandemia desarrollaron, a mediano plazo, niveles más altos de compromiso académico y fortaleza psicológica cuando contaron con redes de apoyo adecuadas (Reyes-Díaz et al., 2023). El contraste entre los estudios se torna relevante a considerar, por una parte, están quienes presentan secuelas persistentes y quienes logran una reorganización psicológica favorable, lo cual pone de relieve que el desenlace post pandémico depende en gran medida de la disponibilidad de recursos de afrontamiento y soporte social más que de la exposición al virus en sí misma.

Seguidamente, dentro de la Tabla 3 se evidenció que el aislamiento social, la inestabilidad económica y el bajo nivel socioeconómico actúan como predictores recurrentes de ansiedad y depresión en distintos países de la región, tal como lo

reportan autores como Hernández et al. (2024) y Cáceres-González et al. (2023). La presente tendencia guarda estrecha similitud con lo documentado por Caballero et al. (2022), en su programa de afrontamiento del estrés post-COVID-19, donde se concluye que las intervenciones psicológicas estructuradas logran reducir significativamente los niveles de ansiedad y estrés percibido cuando se combinan con estrategias de fortalecimiento del apoyo familiar y comunitario. De manera complementaria, el estudio de Roca-Can et al. (2024) y Vélez-Almea et al. (2026), sobre estrés y motivación de logro en estudiantes preparatorianos confirman que la motivación intrínseca y el acompañamiento institucional funcionan como amortiguadores frente a la sobrecarga académica derivada del retorno a la presencialidad en conjunto intervenciones de terapia ocupacional, orientadas a la organización de rutinas y la reintegración social.

Junto a lo anterior, los resultados obtenidos por Ramírez y Roncancio (2023) sobre burnout y ansiedad clínica encuentran un antecedente directo en el estudio de Ruiz-Frutos et al. (2022), los cuales a partir de una muestra de 1.056 trabajadores de salud distribuidos en todas las provincias del país identificaron que la exposición laboral directa al virus y la sobrecarga asistencial constituyeron los principales determinantes del malestar psicológico durante la crisis sanitaria. La persistencia de estos hallazgos durante el periodo post pandémico, tanto en la zona norte del Ecuador descrita por Vaca et al. (2023) como en los hospitales del sur de Manabí analizados por Bravo y Matute (2023) y por Zambrano y Quijije (2021), confirma que el sector salud ecuatoriano enfrentó un desgaste emocional generalizado que trascendió las particularidades regionales y se mantuvo como una condición estructural del sistema sanitario nacional.

Por otra parte, la relación entre vulnerabilidad socioeconómica y deterioro de la salud mental, identificada por Jiménez-Villamizar et al. (2023) y por Rodríguez et al. (2022) en población colombiana, guarda correspondencia con lo reportado en el análisis de Moreta et al. (2024) sobre el impacto del COVID-19 en la salud mental y el entorno social, donde se sostiene que la magnitud del malestar emocional depende en gran medida del acceso a redes de apoyo familiar, de la disponibilidad de recursos económicos y de la capacidad individual de resiliencia frente a la adversidad. Bajo esta lógica, los estudios revisados en la presente investigación apuntan de manera consistente hacia un mismo núcleo explicativo, donde las desigualdades estructurales preexistentes en la región latinoamericana actuaron como amplificadoras del impacto psicológico derivado de la pandemia, en lugar de operar como factores independientes del contexto sanitario.

A nivel local, los resultados obtenidos por Camas et al. (2024) en estudiantes universitarios de Manta coinciden con las observaciones recogidas en investigaciones desarrolladas en Jipijapa, donde se ha identificado que el estrés post pandemia se mantiene como respuesta frecuente ante experiencias acumuladas durante la crisis sanitaria, particularmente en jóvenes adultos que combinaron exigencias académicas con responsabilidades familiares y económicas. Esta relación entre los cantones de la provincia de Manabí muestra que las características del contexto costero ecuatoriano, como la informalidad laboral y las limitaciones en el acceso a los servicios de salud mental, influyeron en el escenario post pandemia.

En síntesis, el conjunto de la evidencia analizada permite sostener que el estrés post pandemia en adultos de América Latina responde a una configuración multifactorial en la que intervienen de manera simultánea condiciones individuales, biológicas, sociales, económicas y contextuales. La convergencia sistemática entre los hallazgos de los

estudios ecuatorianos revisados y los reportados en otros países de la región y fuera de ella confirma que las secuelas psicológicas derivadas de la pandemia no constituyen un fenómeno transitorio, sino una condición que tiende a consolidarse cuando no existen mecanismos adecuados de soporte social, económico e institucional.

5. Conclusiones

La presente revisión confirma que el estrés post pandemia en los adultos de América Latina no fue algo pasajero, sino una condición que persiste en el tiempo manifestándose principalmente como ansiedad, depresión y fatiga emocional, que suelen presentarse juntas y reforzarse entre sí, afectando el funcionamiento cognitivo y la vida diaria. Impacto el cual no fue igual para toda la población ya que estuvo condicionado por las desigualdades estructurales de la región como el aislamiento social, la inestabilidad económica y el bajo nivel socioeconómico se repiten como los principales factores de riesgo en los distintos países analizados lo cual sugiere que la vulnerabilidad psicológica dependió más de las condiciones de vida previas que de la pandemia en sí.

Ciertos grupos, como el personal de salud, los estudiantes universitarios y los trabajadores informales, presentaron un desgaste emocional más marcado, reflejado en burnout, agotamiento académico y dificultades para adaptarse al retorno presencial. La presión por retomar la normalidad, en lugar de aliviar el malestar acumulado, en muchos casos lo intensificó, sin embargo, este estrés puede mitigarse cuando existen recursos adecuados: la resiliencia, el apoyo familiar y las estrategias de afrontamiento activo funcionaron de forma consistente como factores protectores en los estudios revisados.

Finalmente, los resultados en Manabí ya sea en estudiantes y trabajadores de salud, coinciden con las tendencias regionales confirmando que el contexto ecuatoriano, marcado por la informalidad laboral y las brechas en el acceso a salud mental, es un escenario especialmente sensible. Por ello, es necesario fortalecer el vínculo entre las carreras de ciencias de la salud y la comunidad, promoviendo la detección temprana, el acompañamiento psicológico oportuno y políticas públicas orientadas al bienestar emocional de la población adulta latinoamericana en el escenario post pandémico.

Referencias Bibliográficas

- Aksunger, N., Meriggi, N., Vernot, C., Littman, R., Voors, M., Abajobir, A., Beber, B., Dai, K., Egger, D., Islam, A., Kelly, J., Matabaro, A., Moya, A., Kharel, A., Mwachofi, P., Nekesa, C., Ochieng, E., Rahman, T., Walker, M., Scacco, A., . . . Mobarak, A. (2023). COVID-19 and mental health in 8 low- and middle-income countries: A prospective cohort study. *PLOS Medicine*, 20(4).
- Angelucci, L., & Rondón, J. (2025). Salud psicológica en personas que sufrieron COVID-19: Factores predictores. *Revista Población y Salud en Mesoamérica*, 22(2). <https://doi.org/10.15517/psm.v22i2.59398>
- Angulo, Y., & López, M. (2023). *Los efectos de una pandemia*. Universidad Nacional Autónoma de México. <https://ru.iis.sociales.unam.mx/handle/IIS/6118>

- Avalos, M., & Trujillo, F. (2022). Variables involucradas con el estrés académico y el afrontamiento en universitarios durante el confinamiento por COVID-19. *Psicología Iberoamericana*, 29(3).
- Borrescio-Higa, F., Droller, F., & Valenzuela, P. (2022). Financial distress and psychological well-being during the COVID-19 pandemic. *International Journal of Public Health*, 67. <https://doi.org/10.3389/ijph.2022.1604591>
- Bravo, D., & Matute, J. (2023). *Burnout versus engagement y su impacto en el rol de enfermería post pandemia en el Hospital Básico Jipijapa* [Trabajo de titulación, Universidad Estatal del Sur de Manabí].
- Caballero, K., Ramos, P., & Landeo, A. (2022). Afrontamiento del estrés post COVID-19 mediante un programa psicológico virtual. *Boletín de Malariología y Salud Ambiental*, 62(4).
- Cabezas-Heredia, E., Herrera-Chávez, R., Ricaurte-Ortiz, P., & Novillo, C. (2022). Depresión, ansiedad, estrés en estudiantes y docentes: Análisis a partir del COVID-19. *Revista Venezolana de Gerencia*, 26(94).
- Cáceres-González, C., Budian, R., González-Rojas, H., Brítez-Silvero, J., & Ferrari, E. (2023). Impactos del COVID-19 en la salud mental en universitarios de Paraguay. *Psicoperspectivas*, 22(1). <https://doi.org/10.5027/psicoperspectivas-Vol22-Issue1-fulltext-2763>
- Caldichoury-Obando, N., Ripoll-Córdoba, D., Morales-Asencio, B., Ibañez-Reyes, S., Flórez, Y., Reyes-Cervantes, C., Coronado-López, J., Gargiulo, P., Quispe-Ayala, C., Herrera-Pino, J., Cárdenas, J., Flores-Poma, I., Rojas-Orellana, F., Ocampo-Barba, N., Cuevas-Montes, F., Camargo, L., Martínez, J., Salazar, D., Soto-Añari, M., Castellanos, C., . . . López, N. (2024). Burnout en profesionales sanitarios de América Latina durante la pandemia de COVID-19. *Revista Colombiana de Psiquiatría*. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2024.04.008>
- Camas, V., Cedeño, Y., Chavarría, O., Calvache, K., & Velasco, A. (2024). Factores psicosociales de la salud mental postpandemia en estudiantes ULEAM Manta, 2023. *Revista Científica de Psicología NUNA YACHAY*, 6(12). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9898269>
- Cavalcanti, S., Ferreira, M., Cordeiro, V., Carneiro, C., Gir, E., & Oliveira, A. (2025). Impacto de la fatiga en enfermeros recuperados de COVID-19 en el noreste de Brasil. *Enfermería Global*, (77). <https://doi.org/10.6018/eglobal.647361>
- Chirinos, L. (2026). Impacto psicoemocional y psicoeducación post-pandemia: Una revisión documental sobre la salud mental. *Encuentro Educativo*, 22(1). <https://doi.org/10.5281/zenodo.20583502>

- García-Borjas, C., & Arce-Huamani, M. (2024). Factores asociados a síntomas de trastorno por estrés posttraumático postpandemia COVID-19 en estudiantes de Medicina. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 87(2).
- Hernández, M., Pianchiche, L., Narváez, D., & Escariz, L. (2024). Aislamiento social en las comunidades en tiempos de COVID-19: Desafíos y afrontamientos. *Revista Social Fronteriza*, 4(4).
- Hernández-Duarte, W. (2023). Hábitos de vida saludables, sistema musculoesquelético y su impacto en la población trabajadora en la pospandemia. *Revista de Salud Pública*. <https://orcid.org/0000-0003-2965-975X>
- Hernández-Fuentes, G., Romero-Michel, J., Guzmán-Sandoval, V., Díaz-Martínez, J., Delgado-Enciso, O., García-Pérez, R., Godínez-Medina, M., Zamora-Barajas, V., Hilerio-López, A., Ceja-Espíritu, G., Toro-Equihua, M., Martínez-Fierro, M., Garza-Veloz, I., Rodríguez-Sánchez, I., Sánchez-Ramírez, C., Ramírez-Flores, M., & Delgado-Enciso, I. (2024). Substance use and mental health in emerging adult university students before, during, and after the COVID-19 pandemic in Mexico: A comparative study. *Diseases*, 12(12), 303. <https://www.mdpi.com/2079-9721/12/12/303>
- Izurieta-Brito, D., Poveda-Ríos, S., & Naranjo-Hidalgo, T. (2022). Trastorno de ansiedad generalizada y estrés académico en estudiantes universitarios ecuatorianos durante la pandemia COVID-19. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 85(2).
- Jiménez, Y., Campuzano, M., & Isaac, K. (2024). Pos-COVID-19 en jóvenes universitarios. *Revista de Medicina e Investigación Universidad Autónoma del Estado de México*, 12(1). <https://doi.org/10.36677/medicinainvestigacion.v12i1.21509>
- Jiménez-Villamizar, M., Muro-Rodríguez, A., Navarro, J.-B., Carmona-Cervelló, M., Cladellas, R., Feliu-Soler, A., Reche-Camba, E., López-Fernández, D., Méndez-Ulrich, J., Selva, C., & Sanz, A. (2023). Factores predictivos del impacto psicológico de la pandemia de COVID-19 en estudiantes universitarios: Un estudio en seis países iberoamericanos. *Ansiedad y Estrés*, 29(3).
- Lipp, M., Sagradim, D., Saar, M., Araújo, S., & Lipp, L. (2023). Estrés en Brasil 2022: El legado de la pandemia de COVID-19. *Boletim - Academia Paulista de Psicologia*, 43(104), 26–37. <https://pepsic.bvsalud.org/pdf/bapp/v43n104/1415-711X-bapp-43-104-0026.pdf>
- Lema-Saransig, B. R., & Muñoz-Guanga, A. P. (2026). Síndrome de burnout en enfermeros del área crítica: Factores de riesgo y condiciones laborales asociadas. *Innova Science Journal*, 4(2), 445–455. <https://doi.org/10.63618/omd/isi/v4/n2/284>

- Matud, M. P., Medina, L., Ibáñez, I., & Pino, M.-J. de. (2025). Salud mental entre adultos españoles durante la pandemia de COVID-19 y en el período posterior a la pandemia: Un análisis de género. *Medicina*, 61(10).
- Méndez-Molina, C., & Yagual-Rivera, S. (2023). Impacto psicosocial y mindfulness en universitarios/post pandemia. *Revista Científica y Arbitrada de Ciencias Sociales y Trabajo Social: Tejedora*, 6(11). <https://doi.org/10.56124/tj.v6i11.0077>
- Merino, I. (2023). *Efecto de la pandemia por la COVID-19 sobre la conducta alimentaria, la depresión, el estrés y la ansiedad en la población de la zona oriente del Estado de México* [Tesis, Universidad Autónoma del Estado de México]. <https://ri.uaemex.mx/handle/20.500.11799/138562>
- Moirano, R., Ibarra, L., Riera, V., & Baritoli, F. (2021). Impacto del teletrabajo y el aislamiento social en el estrés laboral: Un diagnóstico preliminar para la Argentina. *Escritos Contables y de Administración*, 12(1). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8009631>
- Moreno, E., & Baculima, J. (2023). Dimensiones relacionadas con las enfermedades psicosociales post COVID en personal de servicio de la Universidad de Guayaquil, Ecuador. *Pacha: Revista de Estudios Contemporáneos del Sur Global*, 4(12). <https://doi.org/10.46652/pacha.v4i12.229>
- Moreta, R., Sanabria, M., Álava, E., & Rodas, J. (2024). Impacto de la percepción de riesgo del COVID-19 en el malestar psicológico de adultos mayores. *Revista Ecuatoriana de Ciencia, Tecnología e Innovación en Salud Pública*, 18(24).
- Moya, C., Inostroza, C., Yáñez, C., & Díaz, D. (2023). Comparación de la incidencia de trastornos ansiosos, depresivos y de estrés postraumático en adultos con antecedente de infección por COVID-19 versus no expuestos a un año de seguimiento. *Personas Cuidando Personas*, 16(1). <https://www.revistachilenademedicinafamiliar.cl/index.php/sochimef/article/view/431/374>
- Müller, S., Delahunty, F., & Matz, S. (2023). The impact of the early stages of COVID-19 on mental health in the United States, Germany, and the United Kingdom. *Journal of Personality and Social Psychology*, 124(3). <https://psycnet.apa.org/record/2023-46422-001>
- Muñoz-Ortega, S., Santamaría-Guayaquil, D., Pluas-Borja, J., Alvarado-Villa, G., Sandoval, V., Alvarado, R., Cherrez-Ojeda, I., & Faytong-Haro, M. (2024). Salud mental en los trabajadores de la salud después de la COVID-19: Una revisión latinoamericana y perspectivas sobre estrategias de manejo personalizadas. *Journal of Personalized Medicine*, 14(7).
- Nguyen, L., Drew, A., Anyane-Yeboah, A., Klaser, K., Merino, J., Ma, W., Joshi, D., Mehta, R., Graham, M., Kim, D., Sudre, C., Warner, E., Thompson, E., Joshi, A., May, A., Hu, C., Jørgensen, S., David, P., Selvaraj, S., Berry, S., . . . Chan, A.

- (2022). The mental health burden of racial and ethnic minorities during the COVID-19 pandemic. *PLOS ONE*, 17(8). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0271661>
- Ocampo-Eyzaguirre, D., & Correa-Reynaga, A. (2023). Situación emocional y resiliencia de estudiantes universitarios, pos-pandemia de la COVID-19: Norte de Potosí, Bolivia. *La Educación y el Desarrollo Social*, 6(1). <https://doi.org/10.51247/st.v6i1.322>
- Ochoa, L., Litardo, E., & Ortega, E. (2022). La crisis económica ante la pandemia COVID-19 en el Ecuador, periodo 2021. *Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, 9(1). https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-78902021000800113&script=sci_arttext
- ONU México. (2022). OPS establece Comisión de Alto Nivel sobre Salud Mental y COVID-19. <https://coronavirus.onu.org.mx/ops-establece-comision-de-alto-nivel-sobre-salud-mental-y-covid-19>
- Organización de las Naciones Unidas. (2026). *Respuesta a la COVID-19*. <https://www.un.org/es/coronavirus>
- Organización Mundial de la Salud. (2022). *Salud mental y COVID-19: Datos iniciales sobre las repercusiones de la pandemia*. <https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/be34dcb2-7272-4b86-97b7-c00b70cdeb37/content>
- Ramírez, K., & Roncancio, M. (2023). Burnout y ansiedad clínica en trabajadores de la empresa “Luminox Láser Ecuador” expuestos a la pandemia COVID-19. *Revista U-Mores*, 2(1). <https://doi.org/10.35290/ru.v2n1.2023.772>
- Ramos-Vera, C., & Serpa, A. (2022). Análisis de red de síntomas de angustia psicológica, estrés postraumático y miedo por COVID-19 en adultos peruanos. *Revista Virtual de la Sociedad Paraguaya de Medicina Interna*, 8(2). <https://doi.org/10.18004/rvspmi/2312-3893/2021.08.02.57>
- Restrepo, J., Castañeda, T., & Zambrano-Cruz, R. (2022). Sintomatología de depresión y ansiedad en estudiantes universitarios colombianos durante la pandemia COVID-19. *Ciencia y Enfermería*, 28. <https://doi.org/10.29393/CE28-19SDJR30019>
- Reyes-Díaz, J., Arizmendi-Cotero, D., Velázquez-Garduño, G., & Rivera-Ramírez, F. (2023). Compromiso y resiliencia en estudiantes universitarios postpandemia de COVID-19. *Revista RedCA*, 6(17).
- Roca-Can, O., Estrada-Carmona, S., & Pérez-Aranda, G. (2024). Estrés, ansiedad y motivación de logro en estudiantes de preparatoria. *Revista Científica Arbitrada de la Fundación MenteClara*, 9.

- Rodríguez, N., Padilla, L., Jarro, I., Suárez, B., & Robles, M. (2022). Factores de riesgo asociados a depresión y ansiedad por COVID-19 (SARS-CoV-2). *Journal of American Health*, 4(1). <https://jah-journal.com/index.php/jah/article/view/64>
- Romero, R., & Mosquera, M. (2022). Resiliencia y estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes preuniversitarios de Lima Metropolitana en tiempos de COVID-19. *Revistas de Investigación*, 46(108). <https://doi.org/10.56048/mqr20225.7.3.2023.4332-4348>
- Ruiz-Frutos, C., Arias-Ulloa, C., Ortega-Moreno, M., Romero-Martín, M., Escobar-Segovia, K., Adanaque-Bravo, I., & Gómez-Salgado, J. (2022). Factors associated to psychological distress during the COVID-19 pandemic among healthcare workers in Ecuador. *International Journal of Public Health*, 67.
- Sanabria-Enríquez, B., Cardona-Torres, L., Lira-Carmona, R., & Ramos-Ramos, X. (2024). Ansiedad, depresión y estrés postraumático en pacientes sobrevivientes a COVID-19: Estudio longitudinal. *Psicumex*, 14. <https://doi.org/10.36793/psicumex.v14i1.683>
- Sánchez-Caicedo, C., & Aguilar-Salazar, A. (2024). Impacto de la pandemia por COVID-19 en la salud mental. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria de Ciencias de la Salud. Salud y Vida*, 8(16). <https://doi.org/10.35381/s.v.v8i16.4030>
- Sánchez-Padilla, L., Hernández-Benítez, R., & González-Muñoz, S. (2023). Depresión, ansiedad y estrés post COVID-19 en estudiantes del Área Académica de Enfermería del Instituto de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo. *Educación y Salud Boletín Científico Instituto de Ciencias de la Salud Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo*, 11(22).
- Sandín, B., Valiente, R., García-Escalera, J., & Chorot, P. (2020). Impacto psicológico de la pandemia de COVID-19: Efectos negativos y positivos en población española asociados al periodo de confinamiento nacional. *Journal of Psychopathology and Clinical Psychology*, 25(1). <https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/82249731/pdf-libre.pdf>
- Silgado, L., & Zarante, M. (2025). *Impacto psicológico a lo largo de la pandemia de COVID-19 en el personal de enfermería de UCI de Sahagún Córdoba entre 2021-2024* [Trabajo de grado, Universidad de Córdoba]. <https://repositorio.unicordoba.edu.co/entities/publication/ef2c47bc-3b1c-46f4-a74e-476f698b01e0>
- Suárez-Villa, M., Camacho-Suárez, J., Barraza-Caballero, M., & Franco-Rodríguez, Y. (2024). Factores asociados a salud mental post COVID-19

CONFLICTO DE INTERESES

“Los autores declaran no tener ningún conflicto de intereses”.