



Epidemiología de los problemas mentales: Factores de Riesgo y Causas en Habitantes de Latinoamérica

Epidemiology of mental problems: Risk Factors and Causes in Inhabitants of Latin America

Génesis Katherine Tuarez Sosa¹

Génesis Yelene Mero Véliz²

María Fernanda Saldarriaga Alcívar³

Jazmín Elena Castro Jalca⁴

¹Universidad Estatal del Sur de Manabí, Jipijapa, Ecuador, Email: tuarez-genesis5932@unesum.edu.ec, Código Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-3642-7159>

²Universidad Estatal del Sur de Manabí, Jipijapa, Ecuador, Email: mero-genesis1162@unesum.edu.ec, Código Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-3637-9465>

³Universidad Estatal del Sur de Manabí, Jipijapa, Ecuador, Email: saldarriaga-maria8798@unesum.edu.ec, Código Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-6964-7211>

⁴Universidad Estatal del Sur de Manabí, Jipijapa, Ecuador, Email: jazmin.castro@unesum.edu.ec, Código Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-7593-8552>

Contacto: tuarez-genesis5932@unesum.edu.ec

Recibido: 19-09-2022

Aprobado: 16-11-2022

Resumen

Las enfermedades mentales son aquellas que incluyen una amplia variedad de afecciones como en el comportamiento, pensamiento y estado de ánimo de las personas. Adicionalmente diversos factores y causas contribuyen al riesgo de sufrir una enfermedad mental. Bajo este contexto, el objetivo general del presente

trabajo fue analizar la epidemiología de los problemas mentales: factores de riesgo y causas en habitantes de Latinoamérica. El diseño del estudio documental narrativo es de tipo descriptivo con enfoque cualitativo, puesto que se realizó una revisión bibliográfica en bases de datos científicas como Science Direct, Redalyc, Scielo y Dialnet, además, se emplearon

ecuaciones de búsqueda de los descriptores MESH como “epidemiología” “trastornos mentales” “factores de riesgo”. En la búsqueda preliminar se encontraron 87 artículos, fueron evaluados con los criterios de inclusión y exclusión mediante lectura crítica para eliminar los artículos duplicados, quedando como resultados 61 artículos. Se obtuvieron en los resultados que la ansiedad y depresión son unos de los principales problemas mentales en habitantes de Latinoamérica, las causas que conllevan a padecer las mismas son formas de vida, traumas infantiles y disposiciones biológicas. Los factores de riesgo que contribuyen a sufrir enfermedades mentales son el consumo de alcohol, violencia doméstica, edad, aspectos socioeconómicos, genéticos, psicológicos, y cognitivos. En conclusión, los problemas mentales que repercuten a los habitantes de Latinoamérica son la ansiedad y depresión por causas como hábitos tóxicos, formas de vida, disposiciones biológicas y factores de riesgo tales como la economía, estrés, etc.

Palabras clave: Epidemiología, trastornos mentales, factores de riesgo.

Abstract

Mental illnesses are those that include a wide variety of conditions such as behavior, thinking and mood of people. Additionally, various factors and causes contribute to the risk of suffering a mental illness. In this context, the general objective of this study was to analyze the epidemiology of mental problems: risk factors and causes in Latin American inhabitants. The design of the narrative documentary study is descriptive with a qualitative approach, since a bibliographic review was carried out in scientific databases such as Science Direct, Redalyc, Scielo and Dialnet, in addition, search equations of MESH descriptors such as "epidemiology" "mental disorders" "risk factors". In the preliminary search, 87 articles were found, they were evaluated with the inclusion and exclusion criteria through critical reading to eliminate duplicate articles, leaving 61 articles as results. It was obtained in the results that anxiety and depression are one of the main mental problems in inhabitants of Latin America, the causes that lead to suffering from them are lifestyles, childhood traumas and biological dispositions. The risk factors that contribute to mental illness are alcohol consumption, domestic violence, age, socioeconomic, genetic,

psychological, and cognitive aspects. In conclusion, the mental problems that affect the inhabitants of Latin America are anxiety and depression due to causes such as toxic habits, lifestyles, biological

Introducción

La salud física es muy importante en la vida, sin embargo, la salud mental es absolutamente esencial para su existencia social, bienestar, felicidad, capacidad de trabajo y espíritu de supervivencia. Las enfermedades mentales son aquellas que incluyen una amplia variedad de afecciones que influyen en el comportamiento, pensamiento y estado de ánimo de las personas. La investigación ha descubierto una multitud de factores asociados con el inicio, mantenimiento, episodios de recurrencia y grupos de edad, por ejemplo, la vulnerabilidad biológica puede resultar de la dotación genética y de factores prenatales, las influencias ambientales, los procesos de pensamiento, y eventos estresantes de la vida son factores causales que aumenta el riesgo de estos trastornos (1).

Algunas funciones cognitivas se deterioran sólo ligeramente con la edad, mientras que otras parecen incluso aumentar; en estos aspectos, al igual que en la función, influyen diversos factores de

disposiciones and risk factors such as the economy, stress, etc.

Keywords: Epidemiology, mental disorders, risk factors.

riesgo como antecedentes familiares, enfermedades psiquiátricas previas, trastornos adictivos y otros (2). Este deterioro cognitivo se da debido a las enfermedades mentales, por ejemplo, la demencia, un síndrome caracterizado por un deterioro visible de la función cognitiva en una persona despierta que además provoca interferencias en la realización de las actividades cotidianas y es uno de los principales padecimientos (3).

El deterioro no es necesariamente difuso o global, sino que a menudo es multifocal y afecta a múltiples áreas de la función intelectual, estos trastornos adquiridos se manifiestan con un deterioro de la memoria y de las capacidades intelectuales como consecuencia de un funcionamiento anterior (4). Se sabe que hay al menos dos áreas de funcionamiento afectadas debido a las enfermedades mentales, una es la memoria y las otras son la función del lenguaje, la percepción, la función visual-espacial, el cálculo, el juicio, la abstracción y la capacidad de resolución



de problemas (5). Es un fenómeno complejo en el que influyen diversos factores como el estado cognitivo, la afectividad, el médico tratante, los factores sociales, ambientales y económicos, la calidad de vida, entre otros (6).

Asimismo, existen muchos factores que influyen y alteran el estado cognitivo y funcional de la población con trastornos mentales, entre ellos las enfermedades que padecen y los medicamentos que toman, de igual manera, intervienen diversas enfermedades crónicas degenerativas (diabetes mellitus, hipertensión, enfermedades cerebrovasculares, cardiopatías, artrosis, hepatopatías, neoplasias y enfermedades neurológicas) que se asocian al deterioro cognitivo y funcional (7).

Por otra parte, la situación económica de las personas adultas suele ser un factor que varía según las distintas circunstancias y va acompañada de determinados acontecimientos, como el desempleo de los hijos, las crisis matrimoniales, las enfermedades, entre otros (8). También hay factores que pueden atribuirse a las propias personas mayores, como el bajo poder adquisitivo de las pensiones, la inflación económica, la disminución de la capacidad laboral, la necesidad de

atención médica y el aumento del uso de medicamentos. Además, existen factores políticos como la falta de programas de atención social y sanitaria (9).

Se calcula que al menos el 1% de la población adulta a nivel internacional sufre de algún trastorno mental debido a la edad, el 6% está gravemente limitado en las actividades básicas de la vida diaria y hasta el 10% tiene una discapacidad moderada debido a este trastorno (10). Asimismo, se determinó que los trastornos mentales afectan a una parte significativa de la población adulta a nivel mundial, por lo que, se considera importante conocer los principales factores de riesgo y causas relacionadas con estas enfermedades (11). Sin embargo, a la fecha no existen muchos estudios que contengan datos claros sobre los factores de riesgo y las causas de las enfermedades mentales en la población de Latinoamérica, por lo tanto, este artículo científico aporta una revisión de la literatura que tiene como objetivo principal recopilar información acerca de los factores de riesgo y las causas de las enfermedades mentales.

El estudio se realizó debido a la necesidad de contar con datos e información confiable sobre los factores de riesgo y causas de las enfermedades mentales que

afectan el estado cognitivo y funcional de la población, para realizar un análisis que permita mejorar la información existente, tomando en cuenta las condiciones que prevalecen en la población latinoamericana. Es importante destacar que el estudio fue factible, ya que se contó

Materiales y Métodos.

Tipo de estudio

Revisión narrativa documental de tipo descriptiva con enfoque cualitativo.

Estrategia de búsqueda

Se realizó una búsqueda sistematizada de artículos los cuales fueron publicados dentro del periodo comprendido entre el 2002 al 2022, para esto se utilizaron bases de datos como Science Direct, Redalyc, Scielo y Dialnet ya que contienen revistas con alto fundamento científico. Para la búsqueda se utilizaron palabras claves de los descriptores MESH como “factores de riesgo” “epidemiología” y “trastornos mentales”. Se obtuvo como resultado un total de 87 investigaciones relacionadas con el tema de estudio, sin embargo, para garantizar la calidad de la búsqueda bibliográfica, se utilizó el programa Microsoft Excel para

Criterios de inclusión

- Artículos publicados en los últimos 20 años.
- Artículos publicados sobre la temática de enfermedades mentales.
- Artículos publicados sobre la temática factores de riesgo y causales.

Criterios de exclusión

con los recursos económicos, tecnológicos y humanos necesarios para la elaboración del material investigativo. El objetivo de esta revisión fue analizar la epidemiología de los problemas mentales: factores de riesgo y causas en habitantes de Latinoamérica.

de datos como Science Direct, Redalyc, Scielo y Dialnet ya que contienen revistas con alto fundamento científico. Para la búsqueda se utilizaron palabras claves de los descriptores MESH como “factores de riesgo” “epidemiología” y “trastornos mentales”.

Análisis de la información

ordenar y analizar los datos obtenidos, posteriormente, se aplicaron diferentes criterios de inclusión y exclusión, para esto se aplicó un diagrama de flujo.

- Artículos que no estén publicados en revistas indexadas.
- Investigaciones como blogs, cartas al editor, guías y resúmenes.

Consideraciones éticas

Para la revisión de la información se respetó a cada uno de los autores aplicando adecuadamente las normas Vancouver

para la citación y referenciación de la información expuesta.

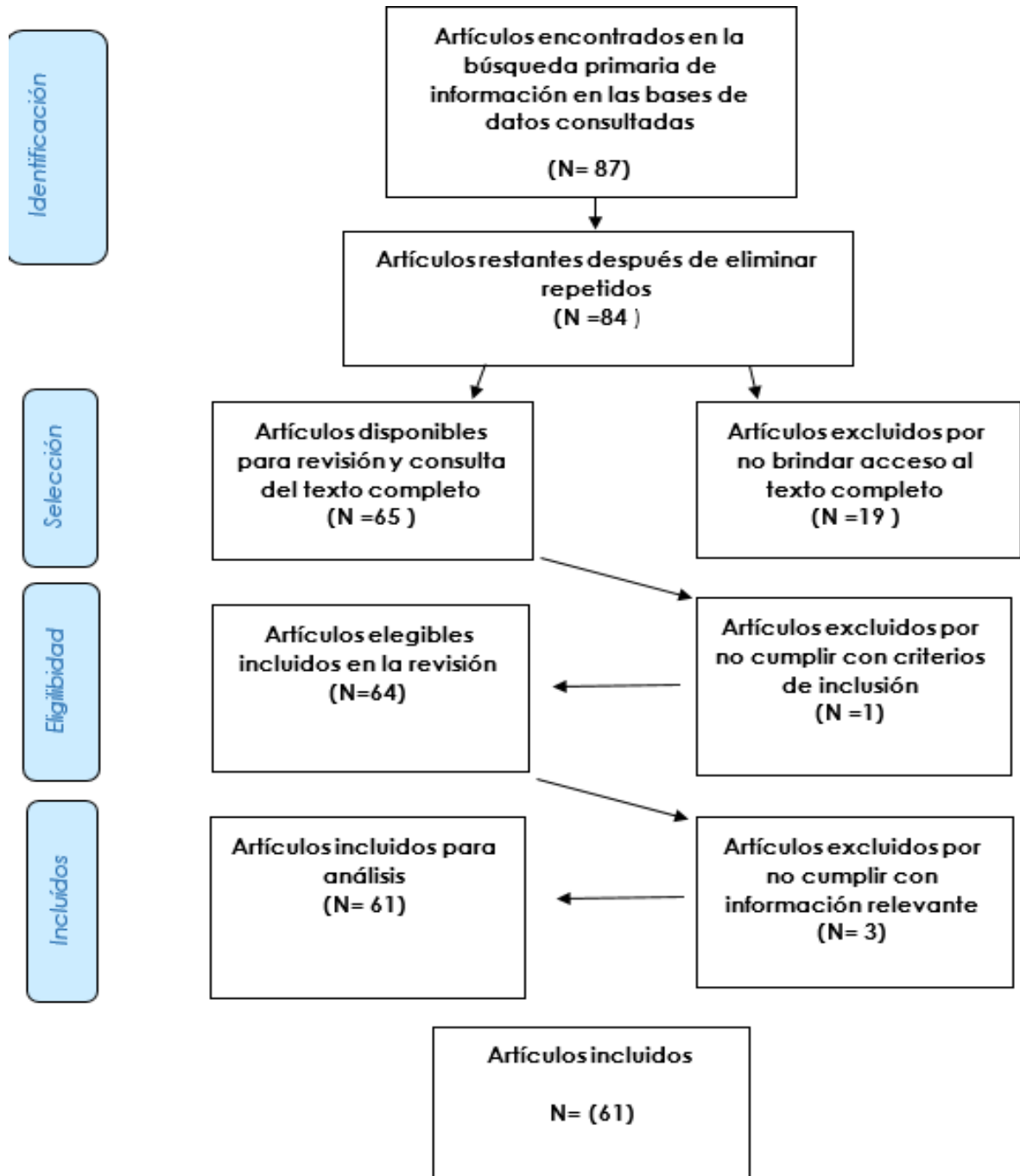


Figura 1. Diagrama de flujo de la búsqueda de la información para la revisión bibliográfica.

RESULTADOS

Tabla 1: Problemas mentales y factores de riesgo

Ref.	País	Título	Año	Problemas mentales	Factores de Riesgos
(12)	Bolivia	Calidad de vida en la tercera edad	2015	Ansiedad y depresión	Armonía psicoemocional
(13)	Brasil	¿Cómo influyen las redes sociales en la salud mental?	2020	Ansiedad y depresión.	Aspectos biológicos, culturales y sociales.
(14)	Cuba	Caracterización de los Factores de Riesgo Individuales Asociados a Trastornos Mentales en Adolescentes Tuneros Hospitalizados	2021	Trastorno de Conducta Suicida y los Trastornos Afectivos, Ansiedad.	Desvinculados, baja autoestima, sexo femenino y adolescencia temprana.
(15)	Ecuador	La demencia y su efecto en la salud mental de los adultos mayores en Latinoamérica	2021	Demencia	Físicas, emocionales y económicas.
(16)	Venezuela	Salud Mental en América Latina: Luces y Sombras	2009	Depresión, alcoholismo y abuso de drogas.	Consumo de alcohol Y violencia doméstica.
(17)	Perú	Salud mental en adolescentes Abstract universitarios Latinoamericanos	2020	Depresión, estrés y ansiedad.	Carencia de habilidades sociales, autoestima y familias disfuncionales.
(18)		El desafío de la política de salud mental en Latinoamérica	2022	Enfermedades mentales en general.	Manejo de la percepción.
(19)		Prevención e	2016	Ansiedad y	Pobreza,

	Chile	intervenciones tempranas en salud mental: una perspectiva internacional		depresión.	aislamiento social, abuso y maltrato infantil, alcohol y drogas.
(20)		Estigma hacia los trastornos mentales: características e intervenciones	2015	Depresión y esquizofrenia.	Bajo nivel de autoestima y una menor calidad de vida.
(21)		Salud mental de los estudiantes e la carrera de psicología. Implicancias para la formación en autocuidado de los psicólogos en formación	2014	Ansiedad y depresión.	Factores sociales y familiares.
(22)	Colombia	Trastornos mentales más frecuentes: prevalencia y algunos factores sociodemográficos asociados.	2008	Trastorno de presivo mayor y dependencia al alcohol	Factores socioeconómicos y culturales
(23)		Dimensiones para abordar la salud mental en el contexto de la migración. Revisión de literatura científica entre 2016 y 2019	2020	Desórdenes del estado de ánimo, problemas mentales severos, desorden obsesivo compulsivo.	Factores estresantes.
(24)		Salud mental en la educación superior: una mirada desde la salud pública.	2016	Ansiedad y depresión, el alcoholismo.	Malos hábitos de alimentación, sedentarismo.
(19)		Prevención e	2016	Ansiedad y	Pobreza,

	Chile	intervenciones tempranas en salud mental: una perspectiva internacional		depresión.	aislamiento social, abuso y maltrato infantil, alcohol y drogas.
(25)		Situación actual de los trastornos mentales en Colombia y en el mundo: prevalencia, consecuencias y necesidades de intervención	2016	Depresión, esquizofrenia, demencia, ansiedad.	Situación del cuidador, edad, factores socioeconómicos.
(26)		Efectos del ejercicio físico sobre la depresión y la ansiedad	2019	Ansiedad y depresión.	Factores personales y sociales.
(27)	España	La epidemiología y los factores de riesgo de los trastornos alimentarios en la adolescencia; una revisión	2012	Anorexia y bulimia.	Presión social, insatisfacción con la imagen corporal, dieta restrictiva, depresión y baja autoestima.
(28)		Salud mental infanto-juvenil y pandemia de Covid-19 en España: cuestiones y retos	2020	Ansiedad, depresión y estrés.	Aislamiento y la violencia intrafamiliar, la pobreza.
(29)		El trabajador con problemas de salud mental. Pautas generales de detección, intervención y prevención	2011	Ansiedad y depresión.	Factores estresantes laborales.

(30)		Prevalencia de problemas de salud mental y su asociación con variables socioeconómicas, de trabajo y salud: resultados de la Encuesta Nacional de Salud de España	2010	Ansiedad y depresión.	Apoyo social y desempleo.
(31)		Patología dual: situación actual y retos de futuro	2008	Trastornos inducidos por sustancias.	Anomalías neurobiológicas.
(32)		La simulación de enfermedad física o trastorno mental	2005	Estrés post-traumático.	Condiciones económicas y laborales.
(33)	México	El papel de la epidemiología en la investigación de los trastornos mentales	2004	Desórdenes bipolares, el suicidio, los trastornos obsesivo-compulsivos, la esquizofrenia y el alcohol.	Depresión mayor unipolar.
(34)		Trastornos mentales y problemas de salud mental. Día Mundial de la Salud Mental 2007	2007	Trastornos neuropsiquiátricos y del comportamiento.	Biológicos, genéticos, psicológicos, emocionales, psicosociales, cognitivos, ambientales y sociales.
(35)		Escala de Depresión del Centro de Estudios Epidemiológicos (CES-D) en México: análisis bibliométrico	2012	Depresión	Enfermedades, consumo de tabaco, conductas suicidas.
(36)		DSM-5: ¿Cambio de paradigma en la clasificación de los trastornos mentales?	2013	Ansiedad, depresión y esquizofrenia.	Vulnerabilidad, sintomatología aso-ciada a la edad.

Interpretación

En relación con los problemas mentales como la Ansiedad, depresión y el estrés sus principales factores de riesgos son: el consumo de sustancias como el alcohol,

el tabaco, así mismo la violencia y el aislamiento social que repercuten negativamente en los habitantes de Latinoamérica.

Tabla 2: Causas para diversos problemas mentales

Ref.	País	Título	Año	Metodología	Causas	Problemas mentales
(37)	Ecuador	Alteración de la salud mental y consumo de alcohol en estudiantes de la Universidad Nacional de Chimborazo	2020	Estudio analítico transversal, de campo.	Ingesta de alcohol	Trastorno mental y el consumo de alcohol.
(38)		Factores de riesgo asociados a depresión y ansiedad por covid-19 (SARS-Cov-2)	2021	Enfoque cualitativo	Estrés ambiental, miedos pandémicos y restricciones sociales	Estrés, ansiedad, presión e insomnio
(39)		Tendencia de la mortalidad por trastornos mentales: un panorama epidemiológico en México (1980-2011)	2014	Diseño longitudinal descriptivo.	Psicosis alcohólica; trastorno alcohólica.	Psicosis alcohólica (PA), esquizofrenia, trastornos neuróticos, trastornos del humor y trastornos mentales orgánicos senil y presenil.
(40)		Factores de riesgo para deterioro cognitivo y funcional en el	2009	Enfoque cuantitativo	Condiciones psiquiátricas.	Demencia

		adulto mayor				
(41)	México	Adultos Mayores. Un estudio socioeducativo en Ciudad Juárez, Chihuahua, México	2013	Enfoque cuantitativo	Trastornos relacionados con el estado cognitivo.	Depresión, autopercepción, demencia, ansiedad.
(42)		Sintomas psicopatológicos en adultos urbanos	2004	Descriptivo-correlacional.	Ambiente social y formas de vida.	Depresión, ansiedad, sensibilidad.
(43)		Prevalencia de trastornos mentales y uso de servicios: Resultados de la Encuesta Nacional de Epidemiología Psiquiátrica en México	2003	Enfoque cuantitativo	Eventos inesperados, estrés crónico	Ansiedad
(44)	Cuba	Trastornos mentales y homicidio	2018	Estudio descriptivo, transversal y retrospectivo.	Disposiciones biológicas	Trastorno de la Personalidad Antisocial.
(45)		Epidemiología de los trastornos mentales en Chile y su impacto en las políticas públicas de salud mental, 1950-1973	2021	Enfoque cuantitativo	Alcoholismo familiar	Trastornos por alcoholismo
(46)	Chile	Salud mental y estrés por aculturación en inmigrantes	2016	Enfoque cuantitativo	Cambios que conlleva la inmigración.	Estrés por aculturación.

(47)		Relacion de Bienestar Psicologico, apoyo social, estado de salud fisica y mental con calidad de vida en adultos mayores de la ciudad de Arica	2016	Enfoque cuantitativo	Factores sociales	Depresion y ansiedad
(48)		Factores protectores y de riesgo en salud mental en niños y adolescentes de la ciudad de Calama	2004	Enfoque cuantitativo	Falta de destrezas sociales y pertenencia a grupo, bajo autoconcepto/autoestima y situación familiar irregular	Depresión
(49)		Bienestar social y trauma psicosocial: una visión alternativa al trastorno de estrés protraumático	2004	Enfoque cuantitativo	Tráumas infantiles, maltrato, agresión.	Estrés postraumático
(50)		Psicología positiva: una nueva forma de entender la psicología	2006	Enfoque cuantitativo	Ausencia de emociones positivas.	Depresión
(51)		Incidencia de la Actividad Física en el adulto mayor	2005	Enfoque cualitativo	Falta de actividad física.	Depresión
(52)		Pobreza y trastornos mentales en la	2016	Enfoque cuantitativo	Situación de pobreza.	Trastornos mentales en general.

		población colombiana, estudio nacional de salud mental 2015				
(53)	España	¿Podemos mejorar nuestra salud mental a través de la Danza?: una revisión sistemática	2013	Enfoque cualitativo	Falta de actividad física.	Depresión, ansiedad, deterioro cognitivo.
(54)		Desarrollo infantil y adolescente: trastornos mentales más frecuentes en función de la edad y el género	2012	Enfoque cuantitativo	Problemas socioeconomicos	Trastornos de conducta, Trastornos de ansiedad y Trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH).
(55)		Propuestas para un enfoque transdiagnóstico de los trastornos mentales y del comportamiento: evidencia, utilidad y limitaciones	2012	Enfoque cualitativo	Dimensiones patológicas comunes	Trastorno de ansiedad, depresión y alimentación
(56)		Factores que determinan la mala salud mental en las personas de 16 a 64 años residentes en una gran ciudad	2012	Enfoque cuantitativo	Ser bebedor o fumador	Problemas mentales: ansiedad y depresión
(57)		Suicidabilidad en adolescentes, una	2010	Enfoque cuantitativo	Trastornos adaptativos.	Abuso de sustancias,

		comparacion con poblacion adulta				trastornos mentales severos.
(58)	Colombia	Declaración de Cartagena para el Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH): rompiendo el estigma	2010	Enfoque cualitativo	Problemas en el sistema nervioso.	Depresión, ansiedad
(59)		Factores de riesgo y protectores para intento suicida en adultos colombianos con suicidabilidad	2010	Enfoque cualitativo	Salud mental.	Conductas suicidas.
(60)		El estudio de los trastornos emocionales en la infancia colombiana	2014	Enfoque cualitativo	Problemas socioeconomicos	Depresion infantil y ansiedad
(61)	Perú	Trastornos mentales en estudiantes de medicina humana en tres universidades de Lambayeque, Perú.	2016	Enfoque cuantitativo	Factores sociales, familiares y estrés académico.	Depresion y ansiedad

Interpretación

En relación con las causas para diversos problemas mentales se denota que las formas de vida, traumas infantiles, el maltrato, disposiciones biológicas,

condiciones psiquiátricas, hábitos tóxicos, son causas que conllevan a padecer un problema mental de los cuales aquellos que repercuten negativamente en los habitantes de

Latinoamérica son la ansiedad y depresión.

Discusión

Se pudo denotar algunos problemas mentales y factores de riesgos en adultos de Latinoamérica entre los cuales se puede mencionar la ansiedad y depresión, esta posee algunos factores de riesgo como la falta de armonía psicoemocional, baja autoestima, índice de pobreza, aislamiento social, aspectos laborales, presencia de abuso, maltrato infantil y familias disfuncionales. Es necesario mencionar que con base a los resultados obtenidos se encontró que los pacientes que padecen de ansiedad y depresión llegan a tener carencia de habilidades sociales, biológicas y culturales. De acuerdo con varios autores la depresión puede originarse por varias causas como la ausencia de emociones positivas (50), falta de actividad física (51) (53), aspectos relacionados con el estado cognitivo (41), el ambiente social y formas de vida (42).

Otro problema mental localizado es el trastorno de conducta suicida y los trastornos Afectivos, Castro y col. mencionaron que las conductas suicidas se producen por la salud mental (59). No obstante, Navarro y col. expresaron que los trastornos de conducta, ansiedad y déficit de atención e hiperactividad (TDAH) se generan a causa de

problemas socioeconómicos (54). Los resultados evidenciaron que los principales factores de riesgo son la baja autoestima y adolescencia temprana, los casos registrados identifican mayor presencia de este en el sexo femenino. Además, este se ve relacionado con el problema mental de la anorexia y bulimia, donde generalmente se origina por presión social, insatisfacción con la imagen corporal, dieta restrictiva, depresión y baja autoestima.

Así mismo la demencia, esquizofrenia, los trastornos neuropsiquiátricos y del comportamiento llegan a generar algunos factores de riesgo como la vulnerabilidad, sintomatología asociada a la edad, aspectos físicos, emocionales, económicos, biológicos, genéticos, psicológicos, psicosociales, cognitivos, ambientales y sociales. De acuerdo con varios autores las disposiciones biológicas y las condiciones psiquiátricas podrían ser el origen de estos trastornos (44) (40). Además, dentro de los resultados se pudo encontrar el desorden del estado de ánimo, problemas mentales severos, desorden obsesivo compulsivo, donde se identificó que los factores de riesgo son aspectos estresantes y depresión mayor unipolar.

De manera semejante se develó que el alcoholismo actúa como otro problema

mental donde los factores de riesgo son el consumo de alcohol, violencia doméstica, malos hábitos de alimentación, presencia del sedentarismo, aspectos socioeconómicos y culturales, debido a esto los pacientes con frecuencia terminan siendo dependientes al alcohol. Según algunos estudios las causas que originan este tipo trastorno mental es la psicosis alcohólica, ingesta de alcohol y el alcoholismo familiar (39) (37) (45). Así mismo, se identificó que las personas adultas también pueden sufrir el trastorno por sustancias inducidas donde los factores de riesgo comúnmente son las anomalías neurobiológicas.

Finalmente, se develó que otro problema mental que es frecuente en los adultos de Latinoamérica es el estrés postraumático donde los factores de riesgo son las condiciones económicas y laborales. Diaz asegura en su estudio que las causas que originan el estrés postraumático son los traumas infantiles, el maltrato y agresión (49).

Conclusión

A lo largo de la investigación se pudo identificar que los problemas mentales como depresión y ansiedad, en Latinoamérica, son los que mayor repercuten en sus habitantes, teniendo en cuenta que estos se dan por factores de riesgos como presión social, economía

de la familia, desempleo, estrés laboral y familiar, principalmente.

Por otro lado, las principales causas de los problemas mentales son falta de actividad física o estilos de vida, los cuales conllevan a la depresión, hábitos tóxicos como fumar o beber alcohol, van ligados a la ansiedad o trastornos de personalidad. Siendo estos factores y causas alarmantes para la población debido a que se presentan en el diario vivir de las personas y nadie esta excepto de padecer alguna enfermedad mental.

Se recomienda realizar investigaciones que refuercen las medidas de prevención de los problemas mentales en todos los grupos de edad, así como el tratamiento de estos problemas para reducir la incidencia de complicaciones a un futuro y de esta manera fortalecer a la ciudadanía con conocimientos para evitar algún problema mental a lo largo de sus vidas.

De igual forma, promover la Salud Mental como un hábito positivo y apoyar políticas y, actualizaciones para lograr visibilidad en plena inclusión social, enfocar la atención de estos problemas mentales hacia la completa recuperación de la persona y situarla en centros de atención mismos que están capacitados para sobre llevar situaciones que los amerita.

Bibliografía

1. D. CM. Epidemiología de la depresión en el adulto mayor. Rev Medica Hered. 2018 octubre; 29(3).
2. Medina-Mora ME BGLMCBCJFFBCea. Prevalencia de trastornos mentales y uso de servicios: Resultados de la Encuesta Nacional de Epidemiología Psiquiátrica en México. Salud Mental. 2003; 26(4).
3. Rodríguez-Romo G BMSPGMM. Relaciones entre Actividad Física y Salud Mental en la Población Adulta de Madrid. Revista de Psicología del Deporte. 2015; 24(1).
4. Maza ACO LKSS. Impacto psicologico de la pandemia COVID-19 en adultos residentes en Carabayllo. Rev Científica Ágora. 2021 diciembre; 8(2).
5. Banda-Ccana DE IRVCMYSJ. Diet and risk of mental illness in Peruvian adults, cross-sectional study. Arch Latinoam Nutr. 2021; 71(3).
6. Martínez-Mendoza JAM-O CG, VM. VR. Prevalencia de depresión y factores de riesgo en el adulto mayor hospitalizado. Rev Med Inst Mex Seguro Soc. 2007; 45(1).
7. Cuadra-Peralta A FECMSGK. Relación de bienestar psicológico, apoyo social, estado de salud física y mental con calidad de vida en adultos mayores de la ciudad de Arica. Rev Interdiscip Filos y Psicol. 2016; 11(35).
8. Abarca CBLMVGKMKVRea. Relación entre educación, envejecimiento y deterioro cognitivo en una muestra de adultos mayores de Arequipa. Rev Chil Neuropsicol. 2008; 3(7).
9. Ramírez N JFPA. Afectaciones Psicológicas, Estrategias de Afrontamiento y Niveles de Resiliencia de Adultos Expuestos al Conflicto Armado en Colombia. Rev Colomb Psicol. 2016; 25(1).
10. Vélez E FMVMSJ. El envejecimiento del adulto mayor y sus principales características. RECIMUNDO Rev Científica la Investig y el Conoc. 2019 junio; 3(1).
11. Rehm J SK. Global Burden of Disease and the Impact of Mental and Addictive Disorders. Curr Psychiatry Rep. 2019 junio; 21(2).
12. Daza VCA. CALIDAD DE VIDA EN LA TERCERA EDAD. Reista La Paz. 2015 Agosto; 13(02).

13. Abjaude SAR. ¿Cómo influyen las redes sociales en la salud mental? Revista electronica Saude Mental Alcool Drog. 2020 Jan/mar; 16(01).
14. González LP. Caracterización de los Factores de Riesgo Individuales Asociados a Trastornos Mentales en Adolescentes Tuneros Hospitalizados. Revista Científica Hallazgos21. 2020 Enero; 06(01).
15. LA DEMENCIA Y SU EFECTO EN LA SALUD MENTAL DE LOS ADULTOS MAYORESEN LATINOAMÉRICA. Revista Científica SAPIENTIAE. 2021 Enero/Junio; 04(07).
16. Alarcón. RD. Salud Mental en América Latina: Luces y Sombras. REVISTA DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD. 2009 Diciembre; 13(01).
17. Robles NEC. Salud mental en adolescentes universitarios latinoamericanos. Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica. 2020 Septiembre; 39(06).
18. Carrasco JCB. El desafío de la política de salud mental en Latinoamérica. Revista multiisciplinar. 2022 Enero; 06(03).
19. Irarrázaval M. Prevención e intervenciones tempranas en salud mental: una perspectiva internacional. Acta bioeth. 2016 Junio; 22(01).
20. Tapia FM. Estigma hacia los trastornos mentales: características e intervenciones. Reista de Salud Mental. 2015 Enero/Febrero; 38(01).
21. Salud mental en estudiantes de la carrera de psicología, implicadas para la formación en autocuidado de los psicólogos en formación. Integración Académica en Psicología. 2014 Enero; 02(06).
22. Campo-Arias. Trastornos mentales más frecuentes: prevalencia y algunos factores sociodemográficos asociados. Revista Colombiana de Psiquiatría. 2008 Febrero; 37(04).
23. León DCR. Dimensiones para abordar la salud mental en el contexto de la migración. Revisión de literatura científica entre 2016 y 2019. Revista Gerencia y Políticas de Salud. 2020 Octubre; 19(01).
24. Mogollón-Cana OM. Salud mental en la educación superior: una mirada desde la salud pública. Revista ciencia y cuidado. 2016 Enero; 13(01).
25. Morales PAT. SITUACIÓN ACTUAL DE LOS TRASTORNOS MENTALES EN COLOMBIA Y EN EL MUNDO: PREVALENCIA, CONSECUENCIAS Y

- NECESIDADES DE INTERVENCIÓN. Revista Salud Bosque. 2016 Noviembre; 06(02).
26. Salazar CFD. Efectos del ejercicio físico sobre la depresión y la ansiedad. Revista Colombiana de Rehabilitación. 2019 Junio; 02(1,28).
27. Santana MLPd. La epidemiología y los factores de riesgo de los trastornos alimentarios en la adolescencia; una revisión. Nutrición Hospitalaria. 2012 Marzo/Abril; 27(02).
28. Castillo RPd. Salud mental infanto-juvenil y pandemia de Covid-19 en España: cuestiones y retos. Revista de Psiquiatría Infanto-Juvenil. 2020 Junio; 24(12).
29. Adán JCM. El trabajador con problemas de salud mental. Pautas generales de detección, intervención y prevención. 2011 Junio; 57(01).
30. Rocha KB. Prevalencia de problemas de salud mental y su asociación con variables. Redalyc.org. 2010 Marzo; 22(03).
31. Mèlich MT. Patología dual: situación actual y retos de futuro. Redalyc.org. 2008 Febrero; 20(04).
32. Caro MI. LA SIMULACIÓN DE ENFERMEDAD FÍSICA O TRASTORNO MENTAL. 2005 Febrero; 26(01).
33. Borges G. El papel de la epidemiología en la investigación de los trastornos mentales. Salud Pública de México. 2004 Septiembre/Octubre; 46(05).
34. Collazos MV. Trastornos mentales y problemas de salud mental. Salud Mental. 2007 Marzo/Abril; 30(02).
35. González-Forteza C. Escala de Depresión del Centro de Estudios epidemiológicos. Salud Mental. 2012 Enero/Febrero; 35(01).
36. Sandín B. DSM-5: ¿Cambio de paradigma en la clasificación de los trastornos mentales? Uned. 2013 Abril; 18(03).
37. Ponce Guerra C, Pilco Guadalupe , Santos Pazo. Alteración de la salud mental y consumo de alcohol en estudiantes de la Universidad Nacional de Chimborazo. Revista Medica. 2020; 20(1).
38. Rodriguez N, Padilla L, Jarro I, Suarez B, Robles M. Factores de riesgo asociados a depresión y ansiedad por covid-19 (SARS-Cov-2). Journal of American Health. 2021; 4(1).

39. Campuzano Rincón , Hernández-Álvarez , González Robledo C, Hernández-Girón. Tendencia de la mortalidad por trastornos mentales: un panorama epidemiológico en México (1980-2011). Revista de la Facultad de Medicina (México). 2014 Junio; 57(3).
40. León-Arcila , Milián-Suazo , Camacho-Calderón. Factores de riesgo para deterioro cognitivo y funcional en el adulto mayor. Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social. 2009; 47(3).
41. Gómez Zermeño , Peña Cerecere. Adultos Mayores. Un estudio socioeducativo en Ciudad Juárez, Chihuahua, México. Revista Interamericana de Educación de adultos. 2013 Diciembre; 35(2).
42. Casullo MM. Sintoma psicopatológicos en adultos urbanos. Psicología y ciencia social. 2004; 6(1).
43. Medina ME, Borges G, Lara C, Benjet C, Blanco J, Fleiz C, et al. Prevalencia de trastornos mentales y uso de servicios: Resultados de la Encuesta Nacional de Epidemiología Psiquiátrica en México. Salud Mental. 2003 agosto; 26(4).
44. Padrón Galarraga C, García Pérez I. Trastornos mentales y homicidio. Revista Cubana de Medicina General Integral. 2018 Marzo; 34(1).
45. Araya Ibacache , Villavicencio. Epidemiología de los trastornos mentales en Chile y su impacto en las políticas públicas de salud mental, 1950-1973. Revista de Historia de la Medicina y de la Ciencia. 2021 Junio; 73(1).
46. Urzúa , Heredia O, Caqueo-Urizar. Salud mental y estrés por aculturación en inmigrantes sudamericanos en el norte de Chile. Revista médica de Chile. 2016 Mayo; 144(5).
47. Cuadra A, Medina E, Salazar K. Relación de Bienestar Psicológico, apoyo social, estado de salud física y mental con calidad de vida en adultos mayores de la ciudad de Arica. Limite. 2016; 11(35).
48. Haquin F Carlos LQMCAJ. Factores protectores y de riesgo en salud mental en niños y adolescentes de la ciudad de Calama. Revista chilena de pediatría. 2004; 75(5).
49. Diaz ABD. Bienestar social y trauma psicosocial: una visión alternativa al trastorno de estrés protraumático.. Clínica y Salud. 2004; 15(3).
50. Poseck BV. Psicología positiva: una nueva forma de entender la psicología.. Papeles del Psicólogo. 2006; 27(1).

51. Moreno González A. INCIDENCIA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EN EL ADULTO MAYOR. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. 2005; 5(19).
52. Quitian H, Ruiz-Gaviria , Gómez-Restrepo , Rondón. Pobreza y trastornos mentales en la población colombiana, estudio nacional de salud mental 2015. Revista Colombiana de Psiquiatría. 2016 Diciembre; 45(1).
53. Padilla Moledo , Coterón López. ¿Podemos mejorar nuestra salud mental a través de la Danza?: una revisión sistemática. RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación. 2013;(24).
54. Navarro-Pardo EMMJC,SBMDSGA. Desarrollo infantil y adolescente: trastornos mentales más frecuentes en función de la edad y el género. Psicothema. 2012; 24(3).
55. Belloch A. Propuestas para un enfoque transdiagnóstico de los trastornos mentales y del comportamiento: evidencia, utilidad y limitaciones. Asociación Española de Psicología Clínica y Psicopatología. 2012; 17(3).
56. Esteban M.M. PML,FCX,JGR,GdMA,HBV. Factores que determinan la mala salud mental en las personas de 16 a 64 años residentes en una gran ciudad. Anales Sis San Navarra. 2012; 35(2).
57. Rueda-Jaimes , Martínez-Villalba. Suicidabilidad en adolescentes, una comparación con población adulta. Revista Colombiana de Psiquiatría. 2010 Agosto.
58. De la Peña Olvera , Palacio Ortiz. Declaración de Cartagena para el Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH): rompiendo el estigma. Revista Ciencias de la Salud. 2010 Abril; 8(1).
59. Castro-Rueda VA, Martínez Villalba R. Factores de riesgo y protectores para intento suicida en adultos colombianos con suicidabilidad / Risk and protective factors in Colombian suicidal adults. Revista colombiana psiquiatría. 2010 Diciembre; 39(4).
60. Argumedos C, Pérez D, Romero K. El estudio de los trastornos emocionales en la infancia colombiana. Revista Busqueda. 2014; 1(13).
61. Sánchez-Marín César CPJLJFAPP. Trastornos mentales en estudiantes de medicina humana en tres universidades de Lambayeque, Perú. Revista de Neuro-Psiquiatría. 2016; 79(4).