

Impacto de la Covid-19 en el estrés que experimentan las mujeres embarazadas atendidas en el Hospital Santo Tomás, agosto-octubre 2022

Impact of Covid-19 on the stress experienced by pregnant women treated at Santo Tomás Hospital, august–october 2022

Manuel Campos

Universidad de Panamá, Facultad de Psicología, Departamento de Investigación, Medición y Evaluación Psicológica, Panamá

Email: mcamposlabrador@gmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6794-6667>

Joselin Mabel Cortez

Universidad de Panamá, Facultad de Psicología. Panamá

E-mail: joselin11mabel@gmail.com

Elzebir de Fuertes

Universidad de Panamá, Facultad de Psicología, Departamento de Psicología Educativa y Escolar, Panamá

E-mail: elzebir.fuertes.s@gmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7785-3253>

Eloy M. Santos

Universidad de Panamá, Facultad de Psicología, Departamento de Investigación, Medición y Evaluación Psicológica, Panamá.

Email: eloy.santos@up.ac.pa ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2791-5895>

Fecha de recepción: 24 de septiembre de 2025

Fecha de aceptación: 11 de febrero de 2026

DOI <https://doi.org/10.48204/red.v5n2.8251>

Resumen

La pandemia de la COVID-19 ha generado un impacto sin precedentes en la salud pública mundial, no solo por sus efectos físicos, sino también por las consecuencias emocionales y psicológicas que desencadenó en diversos grupos poblacionales. Las mujeres embarazadas constituyen un sector particularmente vulnerable, ya que atraviesan un proceso biológico y emocional que, de por sí, implica importantes demandas de adaptación. En este sentido, realizamos esta investigación para saber la crisis sanitaria influyó en sus niveles de estrés y bienestar psicológico. El estudio tuvo como objetivo analizar el impacto de la COVID-19 en los niveles de estrés de mujeres embarazadas

145



atendidas en el Hospital Santo Tomás, entre los meses de agosto y octubre de 2020. Se utilizó un diseño cuantitativo, descriptivo, no experimental y transeccional, con una muestra conformada por 29 mujeres de entre 25 y 30 años con embarazos saludables. La recolección de datos se realizó mediante un cuestionario diagnóstico aplicado de manera virtual a través de Google Forms, lo que permitió obtener información en un ámbito de restricciones sanitarias y de distanciamiento social. Los resultados demostraron que la pandemia contribuyó de manera significativa al incremento del estrés en la población estudiada. El 100% de las participantes reportó síntomas de ansiedad durante el embarazo, mientras que un 28% expresó sentirse incapaz de afrontar la posibilidad de una infección por COVID-19. Estos hallazgos ponen de relieve la importancia de atender la dimensión psicológica en la atención prenatal, ya que el estrés y la ansiedad pueden repercutir no solo en la salud de la madre, sino también en el desarrollo del feto y en la dinámica familiar. Se concluyó la necesidad de implementar estrategias de apoyo psicológico específicas para mujeres embarazadas en contextos de crisis sanitarias, con el fin de reducir los niveles de ansiedad y fortalecer los recursos emocionales durante el proceso de gestación.

Palabras clave: COVID-19, estrés, embarazo, mujeres, pandemia.

Abstract

The COVID-19 pandemic has had an unprecedented impact on global public health, not only due to its physical effects but also because of the emotional and psychological consequences it triggered in various population groups. Pregnant women represent a particularly vulnerable sector, as they undergo a biological and emotional process that inherently involves significant adaptation demands. In this regard, this study was conducted to examine how the health crisis influenced their stress levels and psychological well-being. The objective of the study was to analyze the impact of COVID-19 on the stress levels of pregnant women receiving care at Hospital Santo Tomás between August and October 2020. A quantitative, descriptive, non-experimental, and cross-sectional design was employed, with a sample of 29 women aged 25 to 30 with healthy pregnancies. Data collection was carried out through a diagnostic questionnaire administered virtually via Google Forms, which allowed information to be obtained under conditions of social distancing and health restrictions. The results demonstrated that the pandemic significantly contributed to increased stress in the study population. All participants (100%) reported experiencing anxiety during pregnancy, while 28% expressed feeling unable to cope with the possibility of a COVID-19 infection. These findings highlight the importance of addressing the psychological dimension of prenatal care, as stress and anxiety can affect not only the mother's health but also fetal development and family dynamics. It was concluded that there is a need to implement specific psychological support strategies for pregnant women in the context of health crises, in order to reduce anxiety levels and strengthen emotional resources during the gestation process.

Keywords: COVID-19, stress, pregnancy, women, pandemic.

Introducción



El coronavirus (COVID-19) fue una enfermedad respiratoria que, debido a su alto nivel de contagio, se propagó a nivel mundial durante los años 2020 a 2022 (Mejía, 2022). En ese período, no existían informes oficiales abiertos al público que detallaran sus efectos específicos en mujeres embarazadas, por lo que las posibles complicaciones eran poco conocidas. Sin embargo, a partir del análisis de epidemias previas, como el SARS-CoV (síndrome respiratorio agudo grave) y el MERS (síndrome respiratorio de Oriente Medio), como lo señala Tizón, (2020) se observó que podían producirse cambios en la salud mental de mujeres embarazadas derivados del estrés experimentado durante dichas crisis sanitarias. Estas alteraciones emocionales afectaron tanto el embarazo como el período posterior, ya que el organismo está íntimamente relacionado con las emociones y los cambios del entorno, que pueden influir de manera positiva o negativa (Díaz Medina, 2022). En este contexto, las mujeres embarazadas tuvieron mayor probabilidad de verse afectadas por el virus.

Legarra, et al, (2024) sugieren que la pandemia de COVID-19 generó altos niveles de estrés y ansiedad en mujeres embarazadas en diversas regiones del mundo. Este estrés se asoció con efectos adversos durante la gestación, tales como preeclampsia, depresión, aumento de náuseas y vómitos, parto prematuro, bajo peso al nacer y puntajes Apgar reducidos (Connecticut Children's, 2018). Según Cobo Blanco, (2021) "los cambios biológicos adaptativos durante el embarazo podrían hacer que las mujeres sean más vulnerables a las infecciones respiratorias virales, como la influenza, el SARS y el MERS".

Aunque había información limitada sobre la transmisión vertical y el manejo clínico de mujeres embarazadas con COVID-19, el rápido aumento de casos generó mayor ansiedad y estrés en esta población. En condiciones normales, se estimaba que alrededor del 10 % de las mujeres embarazadas presentaban trastornos mentales, principalmente depresión, cifra que ascendía a 16 % en países en desarrollo. Esta prevalencia se agravó durante la pandemia, debido al acceso restringido a servicios de salud mental. La afectación psicológica de la pandemia en mujeres en edad fértil representó un desafío importante de salud pública, que requirió intervenciones oportunas y adecuadas para prevenir resultados adversos (Fakari, 2020).

El distanciamiento social limitó los apoyos emocionales habituales para las mujeres embarazadas, separándolas de sus redes de apoyo y generando mayor vulnerabilidad a la depresión. Además, la conexión con los servicios de salud se vio restringida, y el estigma asociado con los hospitales redujo la utilización de servicios esenciales. Muchas mujeres evitaron acudir a consultas por miedo a contagiarse (Negrón, 2013). Corbett (2020) encontró que el 35 % de las embarazadas en segundo y tercer trimestre se autoaislaron para evitar el contagio, mientras que Roy (2020) señaló que la sobrecarga de información imprecisa incrementó la ansiedad y el pánico, afectando incluso el crecimiento fetal.



La investigación sobre los efectos de la COVID-19 en mujeres embarazadas fue incipiente y se proyectó que requeriría años de estudio para obtener conclusiones definitivas. Sin embargo, se reconoció la necesidad de implementar programas prenatales que detectaran anomalías derivadas del embarazo o de la infección, así como estrategias de apoyo psicológico, tales como teleconsulta, psicoeducación y programas de crisis de salud mental (Pereira Duarte, 2024). También se sugirió fortalecer la colaboración internacional para reducir las brechas de información y formar al personal de salud en intervenciones sensibles a la cultura local (Harris, 2024).

Como bien sostiene Álvarez Paredes, (2024) El aumento de la conciencia materna sobre los riesgos del coronavirus, junto con el acceso a asesoría psicológica y atención perinatal integral, contribuyó a disminuir la ansiedad y prevenir complicaciones. Asimismo, en localidades donde se permitió el parto domiciliario, se recomendó disponer de equipos médicos especializados para garantizar la seguridad de madre e hijo.

En general, la pandemia generó un impacto significativo tanto en la salud física como en la mental de las embarazadas (Cisneros Hilario, 2022). Encuestas realizadas en ese período revelaron que más de la mitad de las mujeres gestantes (50,7 %) se sintieron ansiosas con frecuencia, mientras que el 66,7 % se preocupó por la salud de sus otros hijos y el 63,4 % por el bienestar del feto (Corbett, 2020). Esta situación, sumada a la ruptura de servicios esenciales y a las dificultades económicas globales, reforzó la urgencia de estrategias de apoyo integral (Roy, 2020).

Por lo tanto, se planteó el siguiente problema de investigación: ¿El estrés experimentado por las mujeres embarazadas atendidas en el Hospital Santo Tomás entre agosto y octubre de 2020 se vio afectado por la situación de pandemia provocada por la COVID-19?

Materiales y métodos

La investigación se llevó a cabo bajo un enfoque cuantitativo, descriptivo, no experimental y transeccional. Este diseño permitió analizar de manera puntual el impacto de la pandemia de COVID-19 en el estrés de las mujeres embarazadas atendidas en el Hospital Santo Tomás durante el período comprendido entre agosto y octubre de 2020.

La población estuvo conformada por mujeres embarazadas atendidas en el Hospital Santo Tomás durante el período del estudio. La muestra incluyó a 29 mujeres embarazadas, seleccionadas mediante un muestreo por conveniencia.

Los criterios de inclusión fueron edad entre 25 y 30 años, control de embarazo en el Hospital Santo Tomás, embarazo sano, sin complicaciones previas. Y los criterios de exclusión fueron mujeres con



diagnóstico previo de trastornos psiquiátricos graves, embarazos de alto riesgo, mujeres que no aceptaron participar en el estudio.

En esta investigación se aplicó un cuestionario de manera virtual a la muestra participativa del estudio. El instrumento fue diseñado por la autora y estaba compuesto inicialmente por 15 ítems, con las siguientes opciones de respuesta: nunca, casi nunca de vez en cuando, casi siempre y siempre. la validez del instrumento se logró mediante la evaluación de cinco expertos profesionales con formación en psicología social, psicología clínica y psicología general. Estos especialistas emitieron su juicio por escrito sobre el documento presentado por la investigadora, con el fin de determinar la pertinencia, claridad y redacción del cuestionario

Con relación al procedimiento, se obtuvo la autorización del Hospital Santo Tomás y el consentimiento informado de todas las participantes, garantizando confidencialidad y anonimato. Se aplicó el cuestionario de manera virtual entre agosto y octubre de 2020. Los datos recolectados fueron descargados de Google Forms y organizados en hojas de cálculo para su posterior análisis estadístico.

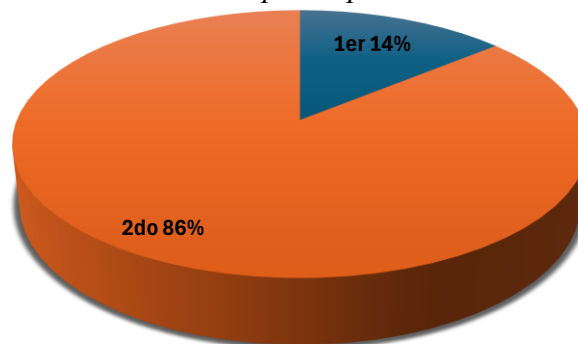
Los datos se analizaron utilizando estadística descriptiva, incluyendo frecuencias, porcentajes, medias y desviaciones estándar. Este análisis permitió identificar los niveles de estrés experimentados por las mujeres embarazadas durante la pandemia, así como sus principales preocupaciones relacionadas con la COVID-19.

Resultados y Discusión

Con relación al trimestre de embarazo en que se encontraban las mujeres de la muestra, en la figura 1 se puede apreciar que la mayoría de las mujeres embarazadas participantes (86%) se encontraban en el segundo trimestre de gestación, mientras que un 14% se hallaba en el primero; no se registraron casos en el tercer trimestre. Este dato es importante, ya que el segundo trimestre suele coincidir con una etapa de mayor estabilidad física, aunque en el contexto de la pandemia se identificaron altos niveles de estrés y ansiedad.

Figura 1

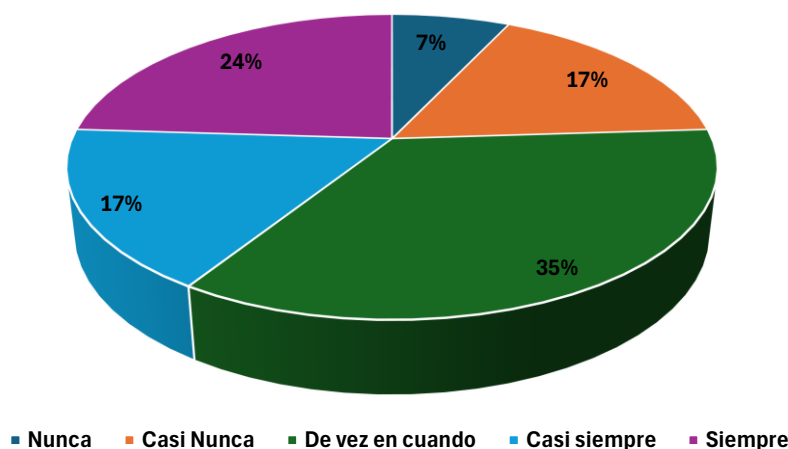
Trimestre de embarazo que se encuentran las participantes



En relación con el impacto emocional, en la figura 2, se puede observar que un 35% de las participantes manifestó que “de vez en cuando” sintieron temor ante la posibilidad de que ocurriera algo grave relacionado con la pandemia, ya fuera para ellas o para sus bebés; un 24% indicó sentirlo “siempre”, mientras que un 17% lo refirió “casi siempre” y otro 17% “casi nunca”. Estos hallazgos reflejan que gran parte de la muestra se vio emocionalmente afectada por la situación sanitaria.

Figura 2

Frecuencia de sentir miedo a que ocurra algo grave durante la pandemia



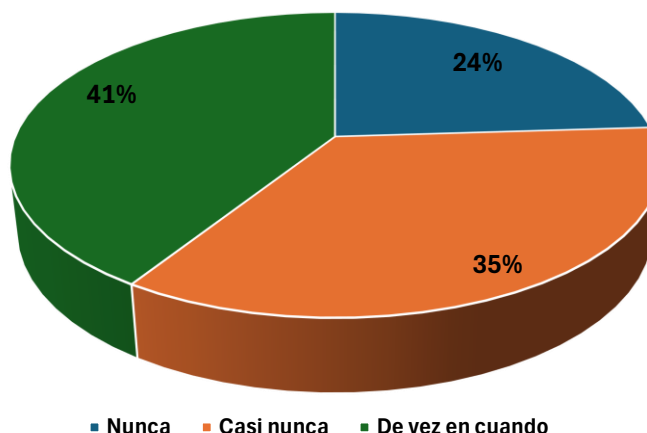
Asimismo, un 41% señaló que “casi siempre” sintió incapacidad para controlar aspectos importantes de su vida durante la pandemia.

De manera consistente, todas las participantes afirmaron sentirse ansiosas por cursar un embarazo en tiempos de pandemia. Este resultado coincide con lo señalado por los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC), los cuales identifican a las embarazadas como una población vulnerable, con mayores riesgos de hospitalización, uso de ventilación mecánica y partos prematuros en caso de infección por COVID-19.

Respecto al afrontamiento, en la figura 3 se puede ver que los datos muestran 41% de las mujeres indicó sentirse seguras “de vez en cuando” para enfrentar problemas personales relacionados con la pandemia, mientras que un 35% manifestó que “casi nunca”.

Figura 3

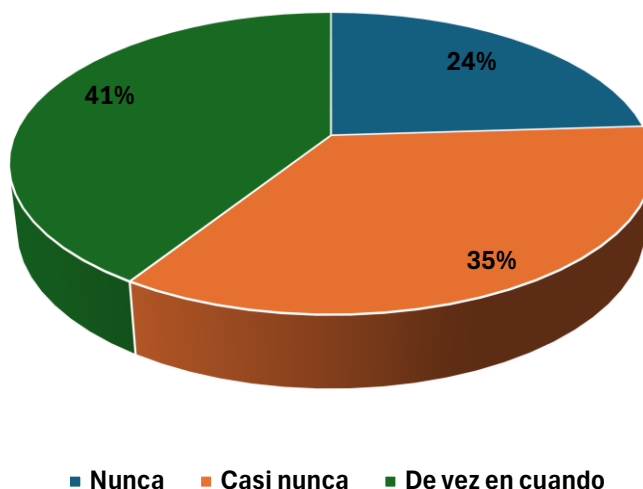
Frecuencia de sentir seguridad para manejar problemas personales en la pandemia



En cuanto al optimismo, la figura 4 pone de manifiesto que un 41% refirió sentirse optimista “a veces”, mientras que un 35% declaró que “casi nunca” se sintió así. Estas cifras revelan que la capacidad de resiliencia se vio limitada por la preocupación de contraer y transmitir el virus al recién nacido, lo que incrementa los niveles de ansiedad y estrés.

Figura 4

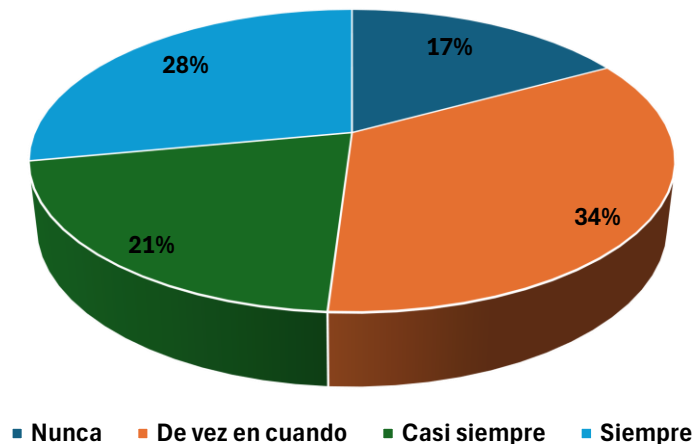
Frecuencia de sentirse optimismo por las participantes



Otro aspecto relevante fue la percepción de control, en la figura 5 se puede apreciar que un 28% de las participantes señaló sentirse “siempre” incapaz de manejar situaciones relacionadas con la posible infección, mientras que un 21% lo expresó “casi siempre”. Este elemento es de gran importancia pues evidentemente impacta en los niveles de estrés de las embarazadas.

Figura 5

Percepción de la capacidad de afrontamiento frente a la COVID-19



En general, todas manifestaron sentirse sin capacidad de control frente a las dificultades derivadas de la pandemia, lo cual constituye un indicador importante de estrés.

Los resultados también reflejan sentimientos de frustración ante la falta de control de la situación sanitaria, acumulación de dificultades, miedo y ansiedad constantes. Estas experiencias se relacionan con hallazgos de investigaciones previas que señalan cómo el estrés psicológico durante el embarazo puede afectar tanto la salud materna como la infantil, incidiendo en el desarrollo neurológico, cognitivo y emocional de los hijos (Silvestre y Codina, 2024)

El estrés prenatal, además, se ha vinculado con complicaciones como partos prematuros y mayor mortalidad materna e infantil, particularmente en mujeres de grupos étnicos y socioeconómicos vulnerables (Barraza Muñoz, 2024) La literatura coincide en la necesidad de intervenciones tempranas de cribado y apoyo psicosocial durante el embarazo, pues el afrontamiento y el apoyo social son elementos que pueden amortiguar los efectos del estrés perinatal.

Finalmente, aunque aún no existe suficiente evidencia empírica publicada sobre los efectos de la pandemia en la salud mental perinatal, reportes recientes sugieren un incremento de la ansiedad y el estrés en mujeres embarazadas, sobre todo en aquellas primíparas, con embarazos no planeados, en situación de riesgo o pertenecientes a minorías étnicas (Benítez Domínguez, 2022). Este panorama resalta la urgencia de implementar programas de acompañamiento psicológico para mujeres gestantes en contextos de crisis sanitarias.

Los resultados del presente estudio evidencian que la mayoría de las participantes se encontraban en el segundo trimestre de embarazo, etapa que usualmente se asocia con una mayor estabilidad

física y emocional. Sin embargo, en el contexto de la pandemia por COVID-19, incluso en este periodo de aparente equilibrio, se identificaron niveles significativos de estrés y ansiedad. Este hallazgo sugiere que la situación sanitaria introdujo factores de riesgo adicionales que trascienden las etapas fisiológicas propias de la gestación, coincidiendo con estudios previos que han señalado al embarazo como un periodo de especial vulnerabilidad frente a estresores externos (Cortés Siegle y Sanhueza Cornejo, 2023)

En cuanto al impacto emocional, la proporción elevada de mujeres que manifestó temor ante posibles consecuencias graves para ellas o para sus bebés refuerza la idea de que la incertidumbre generada por la pandemia intensificó la percepción de amenaza. Este temor se relaciona directamente con los niveles de ansiedad observados, los cuales, de acuerdo con lo señalado por Tizón, (2020) pueden repercutir negativamente en la salud materna e infantil. El hecho de que todas las participantes reportaran ansiedad concuerda con la clasificación de las embarazadas como población de riesgo frente al COVID-19 incrementó en la probabilidad de hospitalización, ventilación mecánica y parto prematuro.

El afrontamiento y la percepción de control también emergen como factores críticos en los hallazgos. Una parte importante de la muestra indicó sentirse solo “de vez en cuando” capaz de enfrentar los problemas relacionados con la pandemia, mientras que una proporción similar expresó carecer de optimismo. Estos resultados sugieren un déficit en las estrategias de afrontamiento adaptativo, lo que a su vez puede amplificar la experiencia del estrés. En este sentido, la literatura enfatiza que el apoyo social y los recursos psicológicos disponibles son determinantes para moderar los efectos del estrés prenatal (Contreras Cantoral, 2023). La limitada percepción de control identificada en las participantes constituye un hallazgo alarmante, ya que la falta de capacidad percibida para manejar la situación sanitaria puede exacerbar el distrés emocional y afectar la evolución del embarazo.

El análisis de estos resultados permite establecer un vínculo con investigaciones previas que han documentado las consecuencias del estrés prenatal, entre ellas, el incremento en la incidencia de partos prematuros, mayor riesgo de mortalidad materna e infantil y alteraciones en el desarrollo cognitivo y emocional de los hijos (Arranz Betegón, 2017). Asimismo, se confirma que los grupos en condiciones de vulnerabilidad social o económica presentan un riesgo mayor de complicaciones, lo que subraya la necesidad de políticas de salud que contemplen factores contextuales y socioculturales en la atención perinatal.

Finalmente, los hallazgos de este estudio se corresponden con reportes internacionales que señalan un incremento en la prevalencia de ansiedad y estrés en mujeres embarazadas durante la pandemia, especialmente en primíparas y mujeres con embarazos no planificados o pertenecientes a minorías



étnicas (Cisneros Hilario 2022). Este panorama resalta la importancia de implementar programas de cribado sistemático de la salud mental perinatal, así como estrategias de acompañamiento psicológico y fortalecimiento de redes de apoyo social. La evidencia disponible y los resultados obtenidos en esta investigación refuerzan la necesidad de diseñar intervenciones preventivas y de promoción del bienestar materno que contribuyan a mitigar los efectos del estrés en contextos de crisis sanitarias.

Conclusiones

- Los resultados demuestran que la pandemia por COVID-19 generó un incremento significativo en los niveles de ansiedad y estrés en mujeres embarazadas, incluso en el segundo trimestre de gestación, etapa que suele considerarse de mayor estabilidad emocional y física.
- La percepción de falta de control frente a la situación sanitaria se constituyó como un factor central en la experiencia de malestar psicológico, lo cual se asocia con sentimientos de frustración, miedo e incertidumbre sobre el futuro tanto de la madre como del bebé.
- El afrontamiento y el optimismo resultaron limitados en la mayoría de las participantes, evidenciando la necesidad de fortalecer estrategias de resiliencia y redes de apoyo social que amortigüen el impacto de situaciones de crisis.
- Se confirma, en concordancia con la literatura previa, que el estrés prenatal no solo afecta a la madre, sino que también puede tener repercusiones en el desarrollo neurológico, cognitivo y emocional de los hijos, así como en la evolución del embarazo.
- La investigación resalta la importancia de implementar programas de acompañamiento psicológico, cribado sistemático y políticas de salud perinatal que integren factores sociales, culturales y económicos, especialmente en grupos en situación de vulnerabilidad.
- En contextos de crisis sanitarias como la vivida con el COVID-19, es urgente que los sistemas de salud prioricen la atención integral de la salud mental de las gestantes, reconociéndolas como población de alto riesgo y garantizando intervenciones preventivas y de promoción del bienestar.

Referencias

- Álvarez, Nelly Eugenia Paredes. (2024). Complicaciones maternas durante la pandemia en áreas comunitarias: Riesgos y estrategias. *Revista Social Fronteriza* 4.5.
- Arranz Betegón, Á. (2017). Evaluación de un programa de intervención prenatal en embarazadas con fetos pequeños para la edad gestacional. Universitat de Barcelona (Spain).
- Benítez Domínguez, F. M. (2022). Salud mental en mujeres en etapa perinatal a partir de la pandemia por el COVID-19 en México. Universidad Autonoma del Estado de Morelos.



- Cisneros Hilario, C. (2022). Ser gestante en tiempos de pandemia: Una mirada de la salud mental antes y durante la pandemia. *Revista de la Facultad de Medicina Humana* 22.2, 402-408.
- Cobo Blanco, M. (2021). Embarazo y sistema inmunitario en tiempos de pandemia. Universidad de Cantabria.
- Connecticut children's. (10 de febrero de 2018). connecticut children's. Obtenido de ¿Qué es la puntuación de Apgar?: <https://www.connecticutchildrens.org>
- Corbett, M. (2020). Ansiedad sanitaria y cambios de comportamiento de las mujeres embarazadas durante la pandemia de COVID-19. . *EUR. J. Obstet. Gynecol. Reprod. Biol.* 2020, 249 : 96.
- Cortés Siegle , J., y Sanhueza Cornejo, C. (2023). Familias y salud mental. Relatos biográficos de jóvenes del sector sur poniente de Santiago de Chile sobre las composiciones familiares y su relación con la salud mental . Universidad Tecnología de la Comunicación.
- Díaz Medina, R. P. (2022). Estrés percibido y niveles de ansiedad post cuarentena COVID-19 en gestantes de la consulta externa del Hospital Regional Moquegua. Universidad Católica Santa María.
- Fakari, S. (2020). Pandemia de coronavirus y preocupaciones durante el embarazo; una carta al editor. *Arco. Acad. Emerg. Medicina* , 8.
- Harris, C. (2024). Transformando los paradigmas de la salud pública: Lecciones del COVID-19 para mejorar la preparación y la resiliencia ante pandemias globales. *Public Health Spectrum* (Ed. española) 1.1.
- Legarra, L., Gómez-Gutiérrez, M., Valverde, N., y Mollejo, E. (2024). Salud Mental en Mujeres Embarazadas y COVID-19: Un Estudio. *Psykhé* (Santiago) 33.1 , 1-15.
- Mejía, K. M. (2022). Percepción de riesgo de contagio por COVID-19 en estudiantes de enfermería. *Revista Eugenio Espejo*, 16(1), 50-58.
- Negron, M. (2013). Apoyo social durante el período posparto: opiniones de las madres sobre las necesidades, expectativas y movilización de apoyo. . *Matern. Child Health*, 17 : 616–623.
- Pereira Duarte, A. (2024). Constructo epidemiológico relacionado con los factores de riesgo de mortalidad materna asociados al covid-19: estudio comparativo. Universidad de ciencias Empresariales y Sociales.
- Roy, T. (2020). Estudio del conocimiento, la actitud, la ansiedad y la necesidad de atención mental percibida en la población india durante la pandemia de COVID-19. . *Asian J. Psychiatr.*
- Silvestre , E., y Codina, E. (2024). Los primeros mil días: Hábitos para un embarazo, una infancia y una vida saludables. RBA Libros y Publicaciones.
- Tizón, J. L. (2020). Salud emocional en tiempos de crisis (2da ed.): Reflexiones desde una pandemia. Herde

