

Impacto emocional motivado por la Covid-19 en población millennial española

González-Casas, David; Mercado-García, Esther; Corchado-Castillo, Ana I.
Impacto emocional motivado por la Covid-19 en población millennial española
Revista de Ciencias Sociales (Ve), vol. XXVIII, núm. 1, 2022
Universidad del Zulia, Venezuela
Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28069961005>

Impacto emocional motivado por la Covid-19 en población millennial española

Emotional impact motivated by Covid-19 in the Spanish millennial population

David González-Casas

Universidad Complutense de Madrid, España

davgon14@ucm.es

Redalyc: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28069961005>

Esther Mercado-García

Universidad Complutense de Madrid, España

emercado@ucm.es

Ana I. Corchado-Castillo

Universidad Complutense de Madrid, España

aicorcha@ucm.es

Recepción: 02 Septiembre 2021

Aprobación: 21 Noviembre 2021

RESUMEN:

La presente investigación tiene como objetivo analizar el impacto del confinamiento decretado a raíz del estado de alarma causado por la Covid-19 en el estado emocional de la población millennial española. Se trata de una investigación transversal, descriptiva y correlacional con metodología de carácter cuantitativo realizada entre el 28 de Marzo y el 26 de Abril de 2020. Participaron 1.137 personas de entre 19 años (cumplían 20 en el año de la realización de la investigación) y 40 años de edad. Para el análisis del estado emocional se utilizó el cuestionario CES-D; la escala de resiliencia para el estudio de factores protectores resilientes; y para las variables de índole socio-demográfica se crearon preguntas ad hoc. Como resultado la población millennial universitaria (de 19 a 24 años) presenta mayores niveles de ánimo depresivo que la población millennial en edad laboral (de 25 a 40 años). A su vez, las mujeres millennials, que residen en viviendas más pequeñas y que perciben una peor situación económica, manifiestan mayores niveles de ánimo depresivo. Se concluye que, la fortaleza personal se muestra como una dimensión determinante en el análisis del estado de ánimo depresivo en población joven (millennial) durante el confinamiento en España.

PALABRAS CLAVE: Pandemia, Covid-19, resiliencia, confinamiento, estado emocional.

ABSTRACT:

The objective of this research is to analyze the impact of the confinement decreed as a result of the state of alarm caused by Covid-19 on the emotional state of the Spanish millennial population. This is a cross-sectional, descriptive and correlational research with a quantitative methodology carried out between March 28 and April 26, 2020. 1,137 people aged 19 participated (they turned 20 in the year of the research) and 40 years old. For the analysis of the emotional state, the CES-D questionnaire was used; the resilience scale for the study of resilient protective factors; and for variables of a socio-demographic nature, ad hoc questions were created. As a result, the university millennial population (from 19 to 24 years old) presents higher levels of depressive mood than the millennial population of working age (from 25 to 40 years old). In turn, millennial women, who live in smaller homes and who perceive a worse economic situation, show higher levels of depressive mood. It is concluded that personal strength is shown as a determining dimension in the analysis of depressive mood in a young population (millennial) during confinement in Spain.

KEYWORDS: Pandemic, Covid-19, resilience, confinement, emotional state.

INTRODUCCIÓN

La emergencia sociosanitaria provocada por la pandemia de la Covid-19 ha desembocado en profundas consecuencias emocionales, económicas y sociales (Sharer, 2020; Luna-Nemecio, 2020; Marruecos, 2020). El impacto sanitario y la situación de aislamiento derivada del confinamiento obligado, sumado a la parálisis económica y la consiguiente pérdida de capacidad adquisitiva, ha supuesto un reto socioemocional para el sistema sanitario, social, económico, así como político y, obviamente, también para la población que ha

sufrido y que ha tenido mayor repercusión sobre sus consecuencias (Firorillo y Goorwood, 2020; Kumar y Rajasekharan, 2020; Chen et al., 2020).

En la actualidad, el cíclico incremento de casos en España tras el fin del confinamiento general estricto (de Marzo a Mayo de 2020) se ha asociado a población joven y, en concreto, a ciertas conductas sociales contraproducentes con la contención de la pandemia. En este sentido, resulta conveniente conocer el impacto emocional que ha supuesto el confinamiento estricto en el citado colectivo, y en cómo ha podido influir en el desarrollo de ciertos cánones de comportamiento que se están observando en la actualidad.

La huella psicológica que ocasiona el confinamiento suele asociarse a síntomas de índole emocional (Brooks et al., 2020), evidenciándose como más comunes: Problemas de ansiedad, depresión y de estrés postraumático, las cuales, han sido identificados con la pandemia de la Covid-19 (Rajkumar, 2020; Wang et al., 2020).

Una de las principales particularidades vinculadas con la situación de confinamiento es la falta o escasez de relaciones sociales, al menos, tal y como suelen desarrollarse en situaciones normales; y la sensación de aislamiento, así como de soledad que de ello puede derivarse (Parrado-González y León-Jariego, 2020). Dicha circunstancia se vuelve ostensiblemente relevante cuando se refiere a la denominada generación “*millennial*”, jóvenes nacidos entre 1980 y el año 2000 (ambos inclusive), debido a las particulares intrínsecas asociadas a este grupo generacional (Jackson, 2010). Los *millennials* son personas jóvenes, que de forma habitual tienen una vida social activa y que, por lo tanto, han visto alterado drásticamente su modo de vida (Albilllos, 2021).

Esta generación está envuelta en un mundo cada vez más globalizado, competitivo y desigual, en el que sin duda, una de las principales peculiaridades es la individualización de los problemas sociales (Perruci, 2011; Docu, 2018), cuyas situaciones provocan altos niveles de aislamiento, ansiedad y depresión, en una generación a la que se le ha inculcado que la felicidad se encuentra asociada a la acumulación de riqueza y al reconocimiento social vinculado, precisamente, al estatus económico adquirido; por lo que se han visto obligados a implementar actitudes resilientes para poder sobrellevar las incongruencias del mundo en el que viven (Kass, 2018).

La actual crisis sanitaria, y las secuelas psicosociales que del estado de confinamiento puedan derivarse (pérdida de capacidad económica, aislamiento, incertidumbre, entre otros) son otros determinantes psicológicos a adicionar al ciclo vital de una generación altamente cualificada (Rickes, 2009), que se ha encontrado con un mercado laboral precarizado y una sociedad que, aunque cada vez está más conectada, establece unas jerarquías sociales basadas en criterios individuales que construyen la capacidad de desarrollo psicosocial libre de los sujetos (Schneider et al., 2018).

En base al desarrollo teórico establecido y teniendo en cuenta que el alcance de las consecuencias psicosociales derivadas del confinamiento en población *millennial* no ha sido estudiado hasta el momento y pueden ser clave para comprender el comportamiento actual de dicho grupo generacional, el objetivo del presente estudio es analizar el impacto del confinamiento decretado a raíz del estado de alarma causado por la Covid-19, en el estado emocional de la población *millennial* española, así como la posible incidencia en las capacidades empáticas y la fortaleza personal de la población objeto de estudio.

1. METODOLOGÍA

El diseño de la presente investigación es transversal, descriptivo y correlacional con metodología de carácter cuantitativo. Dada la situación de confinamiento, y los condicionantes que de ello se derivan, el acceso a la muestra fue incidental mediante la técnica de bola de nieve. Dicha técnica cuenta con una contrastada utilidad en estudios de carácter *online* (Baltar y Brunet, 2012; Baltar y Gorjoup, 2012).

Las condiciones para poder participar en el estudio eran: 1) Residir en España durante el Estado de alarma; y, 2) haber nacido entre el año 1980 y el año 2000 (ambos inclusive). Los cuestionarios se enviaron a través de medios digitales como *WhatsApp*, redes sociales y correo electrónico, utilizando para ello los

contactos formales e informales de los propios investigadores, además del tejido relacional de la Universidad de referencia del equipo investigador.

La recogida de datos fue realizada entre la segunda y la séptima semana de confinamiento (del 28 de marzo al 26 de abril de 2020), no considerándose las semanas iniciales ni aquellas en las que ya se habían adoptado medidas de desconfinamiento. Por lo tanto, los resultados obtenidos fueron el reflejo de la percepción de la población en situación de confinamiento estricto. En todo momento se respetaron los procesos de confidencialidad y protección de datos establecidos legalmente.

Se obtuvieron 2.112 respuestas. Tras realizar una revisión de los cuestionarios, se procedió a eliminar aquellos que estuviesen incompletos y los que no cumpliesen con los criterios de admisión señalados anteriormente. Finalmente, la muestra se compuso por 1.137 participantes, de los que 273 (24%) son varones y 864 (76%) mujeres, con una edad media de 27 años (DT = 6.07).

La muestra se subdivide en dos subgrupos de edad dentro de la población millennial: a) 573 personas menores de 24 años y estudiantes universitarios (50,4%); y, b) 564 personas mayores de 25 años, laboralmente activos (49,6%). Asimismo, incluye población nacida en el año 2000 que en el momento de la realización de la investigación aún no habían cumplido los 20 años.

1.1. Materiales

Para conocer y evaluar el estado emocional en población *millennial* residente en España durante el Estado de alarma se utilizó la escala reconocida del *Center For Epidemiologic Studies-Depression* (CES-D) (Sanz, Izquierdo y García-Vera, 2013). Dentro del contexto español, su validez para población sin patologías depresivas previas obtiene valores de Alpha de 0,89 (Vázquez, Blanco y López, 2007); y para población con desórdenes afectivos de 0,91 (Soler et al., 1997).

El CES-D se compone de 20 preguntas tipo *Likert* con cuatro categorías de respuesta (1= raramente o nunca; 2= alguna vez; 3= frecuentemente; y 4= siempre o casi siempre). Las puntuaciones totales oscilan entre 24 y 68 puntos, teniendo como referencia para la identificación de casos en los que puede existir inicio de ánimo depresivo el báremo de 34 puntos en situaciones generales, y de 40 puntos para situaciones de estrés, duelo o trauma (Gracia, Herrero y Musitu, 2002).

Para analizar las capacidades empáticas y la fortaleza personal en la población objeto de estudio, se utilizaron dos dimensiones de la escala de resiliencia para el estudio de factores protectores resilientes (De la Paz y Mercado, 2018). La dimensión capacidades empáticas está formada por cuatro *ítems* con un modo de respuesta tipo *Likert*: (1) Conecto con los sentimientos de otras personas; (2) cuando las personas no piensan como yo suelo tener en cuenta su punto de vista; (3) me adapto a los cambios fácilmente; y (4) me considero una persona flexible; así como cuatro categorías de respuesta con un Alpha de 0,81.

El factor fortaleza personal está formado por cinco *ítems* con un modo de respuesta tipo *Likert*: (1) Sé cuáles son mis fortalezas para afrontar los riesgos; (2) conocerme bien me ayuda a resolver conflictos; (3) soy fuerte mentalmente ante los problemas y momentos de riesgo; (4) me considero una persona creativa; y (5) busco la parte positiva de las cosas; así como cuatro categorías de respuesta con un Alpha de 0,78. Los resultados de la dimensión capacidades empáticas oscilan entre 4 y 16 puntos y los de fortaleza personal entre 5 y 20 (De la Paz y Mercado, 2018).

Para realizar el análisis de las variables sociodemográficas inmersas en el estudio (sexo, tamaño de vivienda y situación económica) se diseñaron preguntas *ad hoc* en el propio cuestionario.

1.2. Análisis

Se realizaron análisis descriptivos para conocer las características de los individuos en las dimensiones capacidades empáticas, fortaleza personal, y ánimo depresivo, además de las posibles diferencias en función a las variables demográficas; análisis de diferencias de medias de los grupos de interés en las mismas variables a través del estadístico ANOVA; y análisis de regresión lineal para evaluar la relación entre la variable ánimo depresivo y las dimensiones fortaleza personal, sexo, tamaño de la vivienda y situación económica actual.

Para descubrir la existencia de diferencias significativas entre las puntuaciones medias de cada *ítem* de la escala de ánimo depresivo y las dimensiones de capacidades empáticas y la fortaleza personal en los dos grupos de edad, se realizó una prueba *T-test* y se calculó el índice “d” como medida del tamaño del efecto. Además, se realizaron análisis de correlaciones entre las dimensiones ánimo depresivo, fortaleza personal y capacidades empáticas. Para estos análisis se utilizó el programa *IBM® SPSS® Statistics 22.0*.

2. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

En la Tabla 1, se presentan los estadísticos descriptivos de cada una de las variables analizadas. En este sentido, dentro del estado emocional de los y las *millenials*, se estudió el ánimo depresivo, las dimensiones de la fortaleza personal y las capacidades empáticas de dicho colectivo.

TABLA 1
Estadísticos descriptivos de las dimensiones de estudio

Variables	N	Mín.	Max.	Media	DT
Fortaleza personal	1137	5	20	14.42	2.71
Ánimo depresivo	1137	20	78	41	11.05
Capacidades empáticas	1137	5	16	12.06	1.86

Elaboración propia, 2021.

A su vez, se procedió al análisis de las variables de estudio en función del grupo de edad (*millennials* universitarios o *millennials* laboralmente activos), el sexo, tamaño de la vivienda y situación económica (ver Tabla 2).

TABLA 2
Medias de las dimensiones de análisis en función del sexo,
grupo de edad, tamaño de la vivienda y situación económica

	Animo depresivo	Capacidades empáticas	Fortaleza personal
Sexo			
Hombre	38,69	11,72	14,91
Mujer	42,42	12,14	14,12
Grupo de edad			
19-24	42,32	11,96	14,29
25-40	38,77	11,98	14,71
Tamaño de la vivienda (metros)			
>30 (N=35)	43,07	11,46	13,57
Entre 30 y 60 (N=265)	43,10	11,96	14,36
Entre 60 y 100 (N=534)	40,86	11,99	14,34
<100 (N=303)	38,23	11,92	14,95
Situación económica actual			
Muy mala (N= 77)	44,88	12,08	14,09
Mala (N=262)	44,90	11,85	14,16
Ni buena ni mala (N=438)	40,80	11,80	14,30
Buena (N=333)	37,21	12,16	14,98
Muy buena (N=27)	31,66	12,82	16,33

Elaboración propia, 2021.

2.1. Diferencias de medias

Se encontraron diferencias estadísticamente significativas en el estadístico ANOVA entre las variables sexo, tamaño de la vivienda y situación económica actual respecto a la dimensión ánimo depresivo. De la misma forma, las citadas variables también mantienen diferencias estadísticamente significativas con la dimensión fortaleza personal. Respecto a la dimensión capacidades empáticas, los resultados indican la existencia de diferencias significativas en las variables sexo y situación económica, no encontrándose relación entre la citada dimensión y el tamaño de la vivienda (ver Tabla 3).

TABLA 3
ANOVA para las variables sexo, tamaño de la vivienda y situación económica actual

	Ánimo depresivo		Capacidades empáticas		Fortaleza personal	
	Sig.	Eta	Sig.	Eta	Sig.	Eta
Sexo	<,001	,197	<,001	,110	<,001	,138
Tamaño de la vivienda	<,001	,209	,442	,047	<,005	,107
Situación económica actual	<,001	,287	,008	,107	<,001	,158

Elaboración propia, 2021.

Además, en el análisis realizado a través del estadístico *T test* se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre los grupos de edad *millennials* respecto a la variable ánimo depresivo y fortaleza personal. El grupo de edad 19-24 tiene una media mayor en ánimo depresivo ($M = 43.55$; $SE = .37$) que el grupo de edad 25-40 ($M = 39.19$; $SE = .49$; $t (932.57) = 6.54$; $p = < .001$; $IC95\% [3.10, 5.61]$; $d = 0.40$). La media en

la variable fortalezas personales para el grupo de edad 25-40 ($M = 14,14$; $SE = .13$) es mayor que para el grupo de edad 19-24 ($M = 14,06$; $SE = .10$; $t (970,58) = 7,10$; $p = < .001$; $IC95\% [-.77, -.14]$; $d = 0,17$). Además, no se observan diferencias significativas entre los grupos de edad *millennials* en la variable capacidades empáticas.

2.2. Correlaciones entre las variables Fortaleza personal, Ánimo depresivo y Capacidades empáticas

Los análisis realizados muestran un alto grado de asociación positiva entre las variables. Se encontró una correlación positiva moderada entre Fortaleza personal y Capacidades empáticas ($r=.43$, $n=1407$, $p=<.001$); negativa y grande entre Ánimo depresivo y Fortaleza personal ($r=-.51$, $n=1407$, $p=<.001$); y negativa y pequeña entre Ánimo depresivo y Capacidades empáticas ($r=-.25$, $n=1407$, $p=<.001$).

2.3. Análisis predictivos de regresión

En base a los resultados obtenidos, y teniendo en cuenta aquellas variables que muestran asociación y relación con el estado de ánimo depresivo, se realizó un análisis de regresión para evaluar el efecto de las variables sexo, grupo de edad *millennial*, tamaño de la vivienda, situación económica y fortaleza personal en la dimensión ánimo depresivo (ver Tabla 4).

TABLA 4
Análisis de regresión entre el ánimo depresivo y las variables independientes

Modelo (r^2) (Cambio en F)		t	Sig.
Modelo 1. Sexo (.126) (17,878 ***)	Sexo	4,757	<.001
Modelo 2. Grupo de edad <i>Millennial</i> (.198) (26,039***)	Sexo	3,999	<.001
	Grupo de edad millennial	-5,521	<.001
Modelo 3. Tamaño de la vivienda (.264) (35,113***)	Sexo	3,852	<.001
	Grupo de edad millennial	-5,818	<.001
	Tamaño de la vivienda	-5,933	<.001
Modelo 4. Nivel económico actual (.355) (69,490 ***)	Sexo	4,708	<.001
	Grupo de edad millennial	-5,425	<.001
	Tamaño de la vivienda	-4,360	<.001
	Nivel económico actual	-8,349	<.001
Modelo 5. Fortaleza personal (.571) (316,756 ***)	Sexo	2,592	,008
	Grupo de edad millennial	-4,888	<.001
	Tamaño de la vivienda	-3,217	<.001
	Nivel económico actual	-7,664	<.001
	Fortaleza personal	-17,091	<.001

Elaboración propia, 2021.

* $p<0,05$. ** $p<0,01$ *** $p<0,001$

Como se puede observar a través de los resultados obtenidos en el análisis de regresión, el modelo 5 (que incluye todas las variables independientes de análisis) presenta un r .de .571, es decir, las variables independientes explican el 57,1% de la varianza en el estado de ánimo depresivo en población *millennial* residente en España durante el Estado de alarma. Además, los hallazgos obtenidos en el estadístico t y la Sig. inferior a ,005 indican que todas las variables independientes del modelo tienen una consistencia y capacidad predictiva óptima.

Los resultados obtenidos en el estudio muestran la existencia de síntomas de índole emocional asociados al aislamiento social motivado por el confinamiento en población *millennial* residente en España durante el confinamiento estricto decretado para atajar la expansión de la Covid-19.

La mayor incidencia de sintomatología de carácter psicológico en población joven en España durante el Estado de alarma respecto a población no joven ha quedado demostrada en diversas investigaciones (Ozamiz-Etxebarria et al., 2020), observándose cómo los primeros presentan mayores niveles en el impacto anímico provocado por la pandemia (Sandín et al., 2020), encontrándose mayores niveles de ansiedad (Fullana et al., 2020), estrés y depresión (González-Sanguino et al., 2020).

Además de lo señalado, estudios internacionales relativos al impacto de la Covid-19 también reflejan cómo el estudiantado y la población joven ha sufrido mayor impacto psicológico con importantes niveles de estrés, depresión y ansiedad asociados al estado de confinamiento (Wang et al., 2020; Huang y Zhao, 2020).

El estado emocional se correlaciona significativamente con la fortaleza personal y, además, con variables sociodemográficas como son el sexo, el tamaño de la vivienda y la situación económica percibida. Se advierte una demostrada relación entre mayores índices de ánimo depresivo en función del sexo, siendo las mujeres *millennials* las que perciben mayores niveles de ánimo depresivo. Lo citado evidencia que existe una mayor sensación de soledad y aislamiento en mujeres jóvenes respecto a los hombres y, por ende, una mayor prevalencia de sintomatología emocional vinculada al sexo (Stickley et al., 2016).

La sensación de aislamiento y soledad impacta de forma determinante en población joven que mantiene, por regla general, una vida social y relacional más activa que las personas mayores, lo que provoca un incremento de patologías como el estrés, trastornos de ansiedad generalizada y conductas relacionadas con el suicidio (Beutel et al., 2017).

En base a lo expresado hasta el momento, se debe considerar que las relaciones sociales son un punto de equilibrio y conexión con la salud psico-emocional (Matthews et al., 2016) y, por lo tanto, uno de los factores determinantes a la hora de analizar y evaluar el impacto del confinamiento en el estado emocional de población joven *millennial*. El modo de entender y relacionarse con su entorno, además de los condicionantes adyacentes al modelo sociocultural contemporáneo, provoca que los y las jóvenes sean los que perciban mayores niveles de soledad (Muñoz et al., 2020) y, por lo cual, el grupo poblacional más afectado cuando se coarta la posibilidad de mantener relaciones sociales activas (Pardo, Sandoval y Umbarila, 2004).

Los resultados obtenidos en la presente investigación avalan los postulados descritos hasta el momento, observándose cómo el grupo *millennial* de entre 19 y 24 años (estudiantado universitario) muestran mayores niveles de ánimo depresivo respecto a la población *millennial* activa laboral (entre 25 y 40 años). Los hallazgos se muestran en consonancia con estudios preliminares realizados en México, en los que se observan patologías vinculadas al ánimo depresivo en población universitaria (González-Jaimes et al., 2020).

La percepción respecto a la situación económica, también se ha tornado como un factor con peso explicativo en el estado emocional en la población *millennial* española. Los condicionantes económicos asociados al Estado de alarma y, la consiguiente incertidumbre generada sobre el futuro laboral, han provocado un aumento de los niveles de estrés y ansiedad (Valero et al., 2020), más si cabe, en un grupo poblacional que ya se había visto golpeado de forma severa por la crisis económica mundial que comenzó en el año 2008.

Además de lo citado, el tamaño de la vivienda en el que reside la población objeto de estudio se ha mostrado como un determinante con peso explicativo respecto a los niveles de ánimo depresivo de la población *millennial*. Estos datos refutan estudios realizados en China en los que la citada variable no se presenta como una dimensión determinante para el análisis del estado emocional de la población (Wang et al., 2020). Pese a ello, numerosos estudios encuentran relación entre la calidad de la vivienda y la salud en España (Novoa et al., 2014), más si cabe, bajo las circunstancias actuales en las que se observa la existencia de un parque inmobiliario precarizado, con patentes dificultades para el acceso a una vivienda a un precio accesible, en especial, cuando se refiere a población joven (ya sean jóvenes estudiantes o jóvenes trabajadores).

Como efecto amortiguador a todas las consecuencias descritas hasta el momento, los resultados, arrojados por la presente investigación, demuestran cómo la dimensión fortaleza personal se convierte en un factor determinante para mitigar o disminuir el impacto del confinamiento en el estado emocional en población *millennial*, datos que concuerdan con investigaciones previas (Saavedra, Castro e Inostroza, 2011; Rogel y Urquiza, 2019; Pérez et al., 2020).

CONCLUSIONES

La presente investigación aporta conocimiento específico sobre el impacto del confinamiento en el bienestar socioemocional de población joven *millennial* en España, hecho que no había sido descrito hasta la fecha. Ser mujer, el tamaño de la vivienda, ser estudiante y unas condiciones económicas precarias se muestran como variables determinantes para sufrir un mayor impacto emocional en estados de confinamiento domiciliario. Además, la dimensión fortaleza personal se ha identificado como una variable con capacidad amortiguadora ante situaciones estresantes como las vivenciadas en el confinamiento decretado en España por la Covid-19.

El estudio presenta varias limitaciones que merecen ser descritas. En primer lugar, debido a la situación de confinamiento el acceso a la muestra fue a través de la técnica de la bola de nieve, lo que puede suponer que la población objeto de estudio no refleje de forma óptima el patrón real de la población *millennial* en España. Además, no se ha contemplado un estudio de carácter prospectivo, por lo que no se puede analizar la situación pre y post en referencia al estado emocional de la población entrevistada. Por último, se debe señalar que el cuestionario autoadministrado refleja, de forma exclusiva, la percepción de la población *millennial* en el momento de respuesta, no encontrándose vinculación con diagnósticos profesionales.

Respecto a las implicaciones sociosanitarias derivadas del estudio, este puede ser de gran relevancia para conceptualizar la implicación del confinamiento en el estado emocional en población *millennial*, así como las principales variables sociodemográficas y personales a tener en cuenta para elaborar mecanismos tendentes a disminuir y/o mitigar el impacto de posibles confinamientos futuros, ya sea por esta pandemia o por posibles nuevas emergencias sanitarias.

Para comprender mejor el fenómeno estudiado, en futuras investigaciones se recomienda analizar otros factores de carácter psicosocial que pueden verse implicados en el estado emocional de población joven *millennial* durante procesos de confinamiento, así como la posible utilización de otras escalas y/o cuestionarios análogos para observar posibles diferencias.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Albillos, N. B. (2021). *Los Millennials y los Centennials durante la actual pandemia de Covid-19*. OBS Business School. <https://marketing.onlineschool.es/Prensa/Informes/Informe%20OBS%20Millennials%20durante%20el%20covid.pdf>
- Baltar, F., y Brunet, I. (2012). Social research 2.0: Virtual snowball sampling method using Facebook. *Internet Research*, 22(1), 57-74. <http://dx.doi.org/10.1108/10662241211199960>
- Baltar, F., y Gorjup, M. T. (2012). Muestreo mixto online: Una aplicación en poblaciones ocultas. *Intangible Capital*, 8(1), 123-149. <http://dx.doi.org/10.3926/ic.294>
- Beutel, M. E., Klein, E. M., Brähler, E., Reiner, I., Juenger, C., Michal, M., Wiltink, J., Wild, P. S., Munzel, T., Lackner, K. J., y Tibubos, A. N. (2017). Loneliness in the general population: Prevalence, determinants and relations to mental health. *BMC Psychiatry*, 17, 97. <https://doi.org/10.1186/s12888-017-1262-x>
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., y James, G. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *Lancet*, 395(10227), 912-920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)

- Chen, Y., Zhou, H., Zhou, Y., y Zhou, F. (2020). Prevalence of self-reported depression and anxiety among pediatric medical staff members during the COVID-19 outbreak in Guiyang, China. *Psychiatry Research*, 288, 113005. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113005>
- De la Paz, P., y Mercado, E. (2018). Elaboración y validación de una escala de resiliencia para el estudio de factores protectores resilientes en población ecuatoriana. *Revista Prisma Social*, (20), 254-272.
- Docu, V. (2018). Millennials and anxiety: An exploration into social networking sites as a predisposing factor. *Romanian Journal of Cognitive Behavioral Therapy and Hypnosis*, 5(1-2), 1-10.
- Fiorillo, A., y Gorwood, P. (2020). The consequences of the COVID-19 pandemic on mental health and implications for clinical practice. *European Psychiatry*, 63(1), e32. <https://doi.org/10.1192%2Fj.eurpsy.2020.35>
- Fullana, M. A., Hidalgo-Mazzei, D., Vieta, E., y Radua, J. (2020). Coping behaviors associated with decreased anxiety and depressive symptoms during the COVID-19 pandemic and lockdown. *Journal of Affective Disorders*, 275, 80-81. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.06.027>
- González-Jaimes, N. L., Tejeda-Alcántara, A. A., Espinosa-Méndez, C. M., y Ontiveros-Hernández, Z. O. (2020). Impacto psicológico en estudiantes universitarios mexicanos por confinamiento durante la pandemia por Covid-19. (pre-Print). <https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.756>
- González-Sanguino, C., Ausín, B., Castellanos, M. A., Saiz, J., López-Gómez, A., Ugidos, C., y Muñoz, M. (2020). Mental health consequences during the initial stage of the 2020 Coronavirus pandemic (COVID-19) in Spain. *Brain, Behavior and Immunity*, 87, 172-176. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.05.040>
- Gracia, E., Herrero, J. B., y Musitu, G. (2002). *Evaluación de recursos y estresores psicosociales en la comunidad*. Síntesis.
- Huang, Y., y Zhao, N. (2020). Generalized anxiety disorder, depressive symptoms and sleep quality during COVID-19 outbreak in China: A web-based cross-sectional survey. *Psychiatry Research*, 288, 112954. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112954>
- Jackson, R. L. (Ed.) (2010). *Encyclopedia of identity*. SAGE Publications.
- Kass, K. R. (2018). Millennials, deliberate learning, motivation and resilience. *Learning Curve, Forthcoming, Valparaiso University Legal Studies Research Paper* (18-3), 18-30. https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=3113603
- Kumar, A., y Rajasekharan, N. (2020). COVID 19 and its mental health consequences. *Journal of Mental Health*, 30(1), 1-2. <https://doi.org/10.1080/09638237.2020.1757052>
- Luna-Nemecio, J. (2020). Determinaciones socioambientales del COVID-19 y vulnerabilidad económica, espacial y sanitario-institucional. *Revista de Ciencias Sociales (Ve)*, XXVI(2), 21-26. <https://dx.doi.org/10.31876/rcs.v26i2.32419>
- Marruecos, M. E. (2020). Incidencia del Covid-19 en el derecho humano fundamental a la libertad ambulatoria. *Revista de Ciencias Sociales (Ve)*, XXVI(2), 13-15. <https://dx.doi.org/10.31876/rcs.v26i2.32418>
- Matthews, T., Danese, A., Wertz, C., Odgers, C. L., Ambler, A., Moffitt, T. E., y Arseneault, L. (2016). Social isolation, loneliness and depression in young adulthood: A behavioural genetic analysis. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 51(3), 339-348. <https://doi.org/10.1007/s00127-016-1178-7>
- Muñoz, M., Ausín, B., González-Sanguino, C., Castellanos, M. A., López, A., Saiz, J., y Ugidos, C. (2020). *Estudio del impacto psicológico derivado del COVID-19 en la población española (PSI.COVID-19): Primeros resultados. Datos del 21-29 de Marzo de 2020*. Universidad Complutense de Madrid y Grupo 5. <https://www.ucm.es/file/estudio-grupo5-univ-complutense-observatorio-impacto-psicologico-covid19-psi-covid-19>
- Novoa, A. M., Bosch, J., Díaz, F., Malmusi, D., Darnell, M., y Trilla, C. (2014). El impacto de la crisis en la relación entre vivienda y salud. Políticas de buenas prácticas para reducir las desigualdades en salud asociadas con las condiciones de vivienda. *Gaceta Sanitaria*, 28(S-1), 44-50. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2014.02.018>
- Ozamiz-Etxebarria, N., Dosil-Santamaría, M., Picaza-Gorrochategui, M., e Idoiaga-Mondragon, N. (2020). Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España. *Cadernos de Saúde Pública*, 36(4). <https://doi.org/10.1590/0102-311X00054020>
- Pardo, G., Sandoval, A., y Umbarila, D. (2004). Adolescencia y depresión. *Revista Colombiana de Psicología*, 13, 17-32. <https://revistas.unal.edu.co/index.php/psicologia/article/view/1204>

- Parrado-González, A., y León-Jariego, J. (2020). COVID-19: Factores asociados al malestar emocional y morbilidad psíquica en población española. *Revista Española de Salud Pública*, 94(1), e1-e16.
- Pérez, J. M., Dorado, A., Rodríguez-Brioso, M. D. M., y López, J. (2020). Resiliencia para la promoción de la salud en la crisis Covid-19 en España. *Revista de Ciencias Sociales (Ve)*, XXVI(4), 52-63. <https://doi.org/10.31876/r.cs.v26i4.34649>
- Perruci, G. (2011). Millennials and globalization: The cross - cultural challenge of intragenerational leadership. *Journal of Leadership Studies*, 5(3), 82-87. <https://doi.org/10.1002/jls.20236>
- Rajkumar, R. P. (2020). Covid-19 and mental health: A review of the existing literature. *Asian Journal of Psychiatry*, 52, 102066. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102066>
- Rickes, P. C. (2009). Make way for millennials. How today's students are shaping higher education space. *Planning for Higher Education*, 37(2), 7.
- Rogel, E. M., y Urquiza, J. I. (2019). Aproximación teórica a la resiliencia en las organizaciones financieras. *Revista de Ciencias Sociales (Ve)*, XXV(2), 112-119.
- Saavedra, E., Castro, A., e Inostroza, A. (2011). Niveles de resiliencia en adultos diagnosticados con y sin depresión. *Pequén*, 1(2), 161-184. <http://revistas.ubiobio.cl/index.php/RP/article/view/1839>
- Sandín, B., Valiente, R. M., García-Escalera, J., y Chorot, P. (2020). Impacto psicológico de la pandemia de COVID-19: Efectos negativos y positivos en población española asociados al periodo de confinamiento nacional. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 25(1), 1-22. <https://doi.org/10.5944/rppc.27569>
- Sanz, J., Izquierdo, A., y García-Vera, M. P. (2013). Una revisión desde la perspectiva de la validez de contenido de los cuestionarios, escalas e inventarios autoaplicados más utilizados en España para evaluar la depresión clínica en adultos. *Psicopatología Clínica, Legal y Forense*, 13, 139-175.
- Schneider, B. C., Schröder, J., Berger, T., Hohagen, F., Meyer, B., Späth, C., Hautzinger, M., Lutz, W., Rose, M., Vettorazzi, E., Moritz, S., y Klein, J. P. (2018). Bridging the “digital divide”: A comparison of use and effectiveness of an online intervention for depression between Baby Boomers and Millennials. *Journal of Affective Disorders*, 236, 243-251. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.04.101>
- Shader, R. I. (2020). COVID-19 and depression. *Clinical Therapeutics*, 42(6), 962-963. <https://doi.org/10.1016/j.clinthera.2020.04.010>
- Soler, J., Pérez-Sola, V., Puigdemont, D., Pérez-Blanco, J., Figueres, M., y Alvarez, E. (1997). Validation study of the Center for Epidemiological Studies-Depression of a Spanish population of patients with affective disorders. *Actas Luso-Españolas de Neurología, Psiquiatría y Ciencias Afines*, 25(4), 243-249.
- Stickley, A., Koyanagi, A., Koposov, R., Blatný, M., Hrdlicka, M., Schwab-Stone, M., y Ruchkin, V. (2016). Loneliness and its association with psychological and somatic health problems among Czech, Russian and U.S. adolescents. *BMC Psychiatry*, 16, 128. <https://doi.org/10.1186/s12888-016-0829-2>
- Valero, N. J., Vélez, M. F., Duran, Á. A., y Torres, M. (2020). Afrontamiento del COVID-19: Estrés, miedo, ansiedad y depresión. *Enfermería Investiga*, 5(3) 63-70. <http://dx.doi.org/10.31243/ei.uta.v5i3.913.2020>
- Vázquez, F. L., Blanco, V., y López, M. (2007). An adaptation of the Center for Epidemiologic Studies Depression Scale for use in non-psychiatric Spanish populations. *Psychiatry Research*, 149(1-3), 247-52. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2006.03.004>
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S., y Ho, R. C. (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *International Journal of Environment Research and Public Health*, 17(5), 1729. <https://doi.org/10.3390/ijerph17051729>