



**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD

# Cuestionario de Salud Mental ante COVID-19

---



La Pandemia de COVID-19 constituye un evento sin precedentes que afecta a toda la población, aumentando situaciones de estrés, ansiedad, tristeza, enojo o miedo.



# Objetivo

---

Contar con un instrumento en línea para la detección ágil de riesgos de salud mental ante el confinamiento por el COVID-19, para brindar atención psicológica a distancia a la comunidad universitaria.



# Colaboración

---

Este proyecto se diseñó e instrumentó gracias a la colaboración de las siguientes instituciones:

- Facultad de Psicología
- Secretaría de Atención, Prevención y Seguridad Universitaria
- Dirección General de Atención a la Comunidad
- Instituto Nacional de Psiquiatría “Ramón de la Fuente Muñiz”
- Secretaría de Salud Federal



## ¿Qué es?

---

- Una aplicación que, de acuerdo los riesgos a la salud mental que se identifican, ofrece:
  - herramientas de autocuidado a distancia en formato audiovisual: videos, infografías y cursos en plataforma Moodle®
  - atención telefónica a distancia a las personas que otorgan su consentimiento para ser contactadas o que llaman directamente a los números proporcionados



## ¿Qué es?

---

- El cuestionario está disponible en línea (computadoras y celulares)
- Permite a la persona identificar su situación emocional ante la COVID-19, en la liga:  
[www.misalud.unam.mx/covid19](http://www.misalud.unam.mx/covid19)
- Toma de 5 a 10 minutos responderse
- El cuestionario se puede realizar tantas veces como se requiera



# Atención Telefónica

Se brinda a través de **profesionales capacitados** de la Facultad de Psicología, así como de los Centros de Integración Juvenil (CIJ) y de la Secretaría de Salud Federal.

Te informamos que si así lo deseas puedes dar tu **consentimiento** para ser contactado y dar seguimiento a tu resultado.  
La atención es completamente gratuita.

Nombre:

Correo electrónico:

Teléfono / Celular:

Doy mi consentimiento para ser contactado.





# Resultados



Panel



Boxplot



Barras



Pirámide



Reporte



Supervisión



Consulta



Consentimiento



Asignación



Atención

## Estatus de salud mental COVID-19

Debido a la carga elevada el tiempo de actualización es de 60s

Cuestionarios aplicados:

Total

86,011

Personal de Salud

14,082

Público General

56,978

Comunidad UNAM

14,951





**Cortes totales (no incluye personal de salud):**

Riesgo alto  
**10,790**

Riesgo medio  
**28,574**

Riesgo bajo  
**20,397**

Sin riesgo  
**12,168**

**Consentimientos para ser contactados:**

Consentimientos  
**3,080**

Personal de Salud  
**553**

Público General  
**1,838**

Comunidad UNAM  
**689**



**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD

# Difusión

Se cuenta con un cartel y banners para la difusión del Cuestionario en las entidades universitarias

**Salud Mental y Covid - 19**

La Pandemia de Covid-19 ha provocado cambios repentinos en nuestras vidas

Es natural sentir  
**ESTRÉS, ANSIEDAD, TRISTEZA, ENOJO O MIEDO**

Estrés
 Ansiedad
 Enojo
 Tristeza
 Miedo

NO ESTÁS SOLO. NO ESTÁS SOLA.

Si sientes que la situación te sobrepasa a ti o a un ser querido, **RESPONDE ESTE CUESTIONARIO** para evaluar la existencia de algún riesgo a la salud mental.

[www.misalud.unam.mx/covid19/](http://www.misalud.unam.mx/covid19/)

Obtendrás acceso a información mediante:

- Infografías
- Videos de habilidades
- Cursos a distancia de autocuidado

Si requieres apoyo inmediato, se te canalizará a los servicios psicológicos a través de las líneas de la **Facultad de Psicología y de la Secretaría de Salud.**



**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD



# Salud Mental y Covid - 19



La Pandemia de Covid-19 ha provocado cambios repentinos en nuestras vidas

Es natural sentir

**ESTRÉS, ANSIEDAD, TRISTEZA, ENOJO O MIEDO**

Estrés



Ansiedad



Enojo



Tristeza



NO ESTÁS SOLO. NO ESTÁS SOLA.



Si sientes que la situación te sobrepasa a ti o a un ser querido, **RESPONDE ESTE CUESTIONARIO** para evaluar la existencia de algún riesgo a la salud mental.

[www.misalud.unam.mx/covid19/](http://www.misalud.unam.mx/covid19/)



Obtendrás acceso a información mediante:

- Infografías
- Videos de habilidades
- Cursos a distancia de autocuidado

Si requieres apoyo inmediato, se te canalizará a los servicios psicológicos a través de las líneas de la **Facultad de Psicología y de la Secretaría de Salud.**



En comunidad, cuidamos nuestra salud mental



# Enlace para seguimiento

---

Para cualquier asunto relacionado con la aplicación o soporte informático para el Cuestionario de Salud Mental ante COVID-19, contactar a la Dirección General de Atención a la Comunidad

[atencion@misalud.unam.mx](mailto:atencion@misalud.unam.mx)