



Depresión, ansiedad y estrés asociados al insomnio en cadetes de la milicia peruana en pandemia

Depression, anxiety and stress associated with insomnia in Peruvian military cadets during a pandemic

Christian R. Mejia^{1*} <https://orcid.org/0000-0002-5940-7281>

Olenka Farfan-Zapata^{2,3} <https://orcid.org/0000-0001-5780-8308>

Marco Casimiro-Porras⁴ <https://orcid.org/0000-0002-5003-0684>

Donna Mendoza-Cairampoma⁴ <https://orcid.org/0000-0002-8638-8186>

Jose Armada⁴ <https://orcid.org/0000-0003-3827-6144>

Giussepy Gallardo-Zarate⁵ <https://orcid.org/0000-0002-0690-6511>

Jhosselyn I. Chacon^{5,6} <https://orcid.org/0000-0002-6624-7941>

¹Universidad de Huánuco. Huánuco, Perú.

²Escuela de Posgrado. Universidad Científica del Sur. Lima, Perú

³Red de Eficacia Clínica y Sanitaria (REDECS). Lima, Perú.

⁴Universidad Continental. Huancayo, Perú.

⁵Escuela Militar de Chorrillos “Coronel Francisco Bolognesi”. Lima, Perú.

⁶Asociación Médica de Investigación y Servicios en Salud. Lima, Perú.

*Autor para la correspondencia. Correo electrónico: christian.mejia.md@gmail.com

RESUMEN

Introducción: Los cadetes son aún jóvenes en formación y también estuvieron expuestos a la pandemia, la cual generó posibles alteraciones en su salud mental.

<http://scielo.sld.cu>

<https://revmedmilitar.sld.cu>

Bajo licencia Creative Commons 



Objetivo: Determinar si la depresión, ansiedad y estrés estuvieron asociados al insomnio en cadetes de la milicia peruana durante la pandemia.

Métodos: Estudio transversal, que a través de una encuesta indagó acerca de 3 afecciones de la salud mental (escala DASS-21) y el insomnio (escala *Insomnia Severity Index*, en castellano); se cruzaron los resultados de ambos y se les ajustó.

Resultados: De los 752 cadetes, el insomnio se asoció a tener ansiedad en niveles moderados o mayores ($p < 0,001$) o incluso a tenerlos en niveles graves ($p < 0,001$); en ambos casos también se asoció al sexo ($p < 0,014$) y al tener más rango de edad ($p < 0,013$); todas estas asociaciones estuvieron ajustadas por el haber padecido la COVID-19, los niveles de depresión y estrés ($p > 0,05$).

Conclusiones: El insomnio se asocia tener ansiedad en niveles moderados o mayores o incluso a tenerlos en niveles graves. También se asoció al sexo (las mujeres fueron las más afectadas) y a que los cadetes tengan más edad.

Palabras clave: depresión; ansiedad; estrés; insomnio; personal militar; Perú.

ABSTRACT

Introduction: Cadets are still young trainees, and they were also exposed to the pandemic, generating possible alterations in their mental health.

Objective: To determine whether depression, anxiety and stress were associated with insomnia in Peruvian military cadets during the pandemic.

Methods: Analytical cross-sectional study, which through a survey inquired about 3 mental health pathologies (DASS-21 scale) and insomnia (Insomnia Severity Index scale, in Spanish), the results of both were crossed and adjusted.

Results: Of the 752 cadets, insomnia was associated with moderate or higher levels of anxiety ($p\text{-value} < 0.001$) or even severe levels of anxiety ($p\text{-value} < 0.001$); in both cases it was also associated with sex ($p\text{-value} < 0.014$) and having more age range ($p\text{-values} < 0.013$); all these associations were adjusted for having suffered from COVID-19, levels of depression and stress ($p\text{-values} > 0.05$).

Conclusions: Insomnia was associated with having anxiety at moderate or higher levels or even at severe levels. It was also associated with gender (females were the most affected) and with cadets being older.