

	GESTIÓN DE SERVICIOS ACADÉMICOS Y BIBLIOTECARIOS	CÓDIGO	FO-GS-15
	ESQUEMA HOJA DE RESUMEN	VERSIÓN	02
FECHA		03/04/2017	
PÁGINA		1 de 1	
ELABORÓ	REVISÓ	APROBÓ	
Jefe División de Biblioteca	Equipo Operativo de Calidad	Líder de Calidad	

RESUMEN TRABAJO DE GRADO

AUTOR(ES): NOMBRES Y APELLIDOS COMPLETOS

NOMBRE(S): LIZETH NATALIA APELLIDOS: GAITÁN PEINADO

FACULTAD: FACULTAD DE EDUCACIÓN, ARTES Y HUMANIDADES

PLAN DE ESTUDIOS: MAESTRÍA EN PRÁCTICA PEDAGÓGICA

DIRECTOR:

NOMBRE(S): DANIEL APELLIDOS: VILLAMIZAR JAIMES

NOMBRE(S): LISETH DAYANA APELLIDOS: ROSAS BOHADA

TÍTULO DEL TRABAJO (TESIS): EL ESTRÉS COMO DETONADOR DE ALTERACIONES EMOCIONALES EN ESTUDIANTES DE BAJOS RECURSOS DURANTE LA PANDEMIA POR COVID-19 - INSTITUCIÓN EDUCATIVA PUERTO SANTANDER

La pandemia por Covid-19, obligó a los gobiernos a tomar medidas de contención para reducir la propagación del patógeno, afectando la movilidad, el comercio y la educación de los más vulnerables. Debido a esto, los niños comenzaron a manifestar alteraciones emocionales y conductuales por los altos niveles de estrés que le generaban el aprendizaje remoto y los conflictos al interior de los hogares.

Por este motivo, la investigación utilizó un enfoque cuantitativo de carácter exploratorio-descriptivo, con diseño no experimental y de corte transversal; para reconocer los índices de estrés en los estudiantes de segundo grado de primaria, empleando el inventario de estrés cotidiano infantil, valorando las dimensiones de salud, educación y familia. Así mismo, se aplicó un cuestionario a las familias para estimar el impacto en su calidad de vida y apropiación de las herramientas tecnológicas durante la virtualidad.

Los datos obtenidos permitieron demostrar que existe una relación entre los altos niveles de estrés en los niños y el impacto socioeconómico como consecuencia de la pandemia por Covid-19, concluyendo que las familias son los principales responsables de los cambios en la personalidad y comportamiento de esta generación en la etapa poscovid.

PALABRAS CLAVES: *ESTRÉS, VULNERABILIDAD HUMANA, APRENDIZAJE EN LÍNEA, SALUD MENTAL, COVID-19.*

CARACTERÍSTICAS:

PÁGINAS: 131 PLANOS: ___ ILUSTRACIONES: ___ CD ROOM: ___

EL ESTRÉS COMO DETONADOR DE ALTERACIONES EMOCIONALES EN
ESTUDIANTES DE BAJOS RECURSOS DURANTE LA PANDEMIA POR COVID-19
INSTITUCIÓN EDUCATIVA PUERTO SANTANDER

LIZETH NATALIA GAITÁN PEINADO

UNIVERSIDAD FRANCISCO DE PAULA SANTANDER
FACULTAD DE EDUCACIÓN, ARTES Y HUMANIDADES
MAESTRÍA EN PRÁCTICAS PEDAGÓGICAS

2022

EL ESTRÉS COMO DETONADOR DE ALTERACIONES EMOCIONALES EN
ESTUDIANTES DE BAJOS RECURSOS DURANTE LA PANDEMIA POR COVID-19
INSTITUCIÓN EDUCATIVA PUERTO SANTANDER
MACROPROYECTO

LIZETH NATALIA GAITÁN PEINADO

TRABAJO DE GRADO PRESENTADO COMO REQUISITO PARA OPTAR POR EL
TÍTULO DE
MAGISTER EN PRÁCTICA PEDAGÓGICA

DIRECTOR

PhD. DANIEL VILLAMIZAR JAIMES

CODIRECTORA

MG. LISETH DAYANA ROSAS BOHADA

UNIVERSIDAD FRANCISCO DE PAULA SANTANDER
FACULTAD DE EDUCACIÓN, ARTES Y HUMANIDADES
MAESTRÍA EN PRÁCTICAS PEDAGÓGICAS

2022

MAESTRÍA EN PRÁCTICA PEDAGÓGICA
ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO DE GRADO

FECHA: 09 de noviembre de 2022
HORA: 04:00 pm
LUGAR: Edificio posgrados salón 301.

TÍTULO: “EL ESTRÉS COMO DETONADOR DE ALTERACIONES EMOCIONALES EN ESTUDIANTES DE BAJOS RECURSOS DIRANTE LA PANDEMIA POR COVID-19- INSTITUCIÓN EDUCATIVA PUERTO SANTANDER”.

NOMBRE DEL ESTUDIANTE	CÓDIGO	CALIFICACIÓN
LIZETH NATALIA GAITÁN PEINADO	1390771	(4.3) CUATRO.TRES

OBSERVACIONES: **APROBADA**

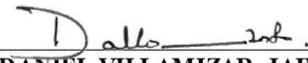
JURADOS: **NOTA**


JOSE RAMIRO ALEXANDER CONTRERAS B (4.3)


WILLIAM GERARDO PENARANDA ANTUNEZ (4.3)

DIRECTOR: 
DANIEL VILLAMIZAR JAIMES

CODIRECTOR: 
LIZETH DAYANA ROSAS BOHADA.


DANIEL VILLAMIZAR JAIMES
Director Programa Maestría en Práctica Pedagógica

DEDICATORIA

A mis hijos Felipe y Lina; Mauricio, mi esposo; mis padres y a Dios

RESUMEN

La pandemia por Covid-19, obligó a los gobiernos a tomar medidas de contención para reducir la propagación del patógeno, afectando la movilidad, el comercio y la educación de los más vulnerables. Debido a esto, los niños comenzaron a manifestar alteraciones emocionales y conductuales por los altos niveles de estrés que le generaban el aprendizaje remoto y los conflictos al interior de los hogares.

Por este motivo, la investigación utilizó un enfoque cuantitativo de carácter exploratorio-descriptivo, con diseño no experimental y de corte transversal; para reconocer los índices de estrés en los estudiantes de segundo grado de primaria, empleando el inventario de estrés cotidiano infantil, valorando las dimensiones de salud, educación y familia. Así mismo, se aplicó un cuestionario a las familias para estimar el impacto en su calidad de vida y apropiación de las herramientas tecnológicas durante la virtualidad.

Los datos obtenidos permitieron demostrar que existe una relación entre los altos niveles de estrés en los niños y el impacto socioeconómico como consecuencia de la pandemia por Covid-19, concluyendo que las familias son los principales responsables de los cambios en la personalidad y comportamiento de esta generación en la etapa poscovid.

Palabras claves: *Estrés, Vulnerabilidad humana, Aprendizaje en línea, Salud mental, Covid-19.*

ABSTRACT

The Covid-19 pandemic forced governments to take containment measures to reduce the spread of the pathogen, affecting the mobility, trade and education of the most vulnerable. As a result, children began to show emotional and behavioral alterations due to the high levels of stress generated by remote learning and conflicts within their homes.

For this reason, the research uses an exploratory-descriptive quantitative approach, with a non-experimental and cross-sectional design; to recognize the stress indexes in second grade elementary school students, using the children's daily stress inventory, assessing the dimensions of health, education and family. A questionnaire was also applied to families to estimate the impact on their quality of life and appropriation of technological tools during virtuality.

The data obtained showed that there is a relationship between high levels of stress in children and the socioeconomic impact of the Covid-19 pandemic, concluding that families are mainly responsible for the changes in the personality and behavior of this generation in the post-Covid stage.

Keywords: *Stress, Human vulnerability, E-learning, Mental health, Emotional disturbances, Covid-19.*

Tabla de Contenido

Introducción	15
1. Planteamiento del Problema	19
1.1. Descripción del problema	19
1.2. Objetivos	23
1.2.1. Objetivo general	23
1.2.2. Objetivos específicos	23
1.3. Formulación del problema	24
1.4. Justificación	24
2. Marco Teórico	27
2.1. Antecedentes	27
2.1.1. Internacionales	27
2.1.2. Nacionales	36
2.1.3. Regionales	40
2.2. Bases teóricas	41
2.2.1. Estrés	42
2.2.1.1. Richard Lazarus – Modelo cognitivo-transaccional	46
2.2.1.2. Hans Selye – Modelo del Síndrome General de Adaptación	51

2.2.2.	Vulnerabilidad	56
2.2.2.1.	Calidad de vida	59
2.2.3.	Aprendizaje remoto	61
2.2.4.	Salud mental	63
2.3.	Marco legal	67
2.4.	Marco contextual	73
2.5.	Glosario de términos	75
2.6.	Sistematización de variables	77
3.	Metodología	79
3.1.	Tipo de investigación	79
3.1.1.	Tipos de investigación cuantitativa	79
3.2.	Población	80
3.3.	Muestra	81
3.4.	Técnicas para la recolección de información	82
3.4.1.	Cuestionario	82
3.4.2.	Inventario de Estrés Cotidiano Infantil - IECI	83
3.5.	Procesamiento de la información	85
4.	Resultados de la Investigación – I.E. Puerto Santander	86

4.1.	Estrés	86
4.1.1.	Salud	86
4.1.2.	Educación	87
4.1.3.	Familia	88
4.1.4.	Escala Global	89
4.2.	Vulnerabilidad	90
4.2.1.	Vivienda	90
4.2.1.1.	Tipo vivienda	90
4.2.1.2.	Clase de tenencia	91
4.2.1.3.	Cantidad de personas en el hogar	92
4.2.1.4.	Cambio de residencia en la contingencia Covid-19	93
4.2.2.	Economía familiar	94
4.2.2.1.	Cantidad de personas que generan ingresos en el hogar	94
4.2.2.2.	Tipos de contratos	95
4.2.2.3.	Cantidad de comidas diarias por persona	96
4.3.	Aprendizaje Remoto	96
4.3.1.	Recursos disponibles	97
4.3.1.1.	Cantidad de personas con quien el estudiante debe compartir el recurso tecnológico	98

4.3.2. Acompañamiento familiar en aprendizaje remoto	99
4.3.2.1. Cantidad de personas con las que debieron compartir su espacio de estudio durante el aprendizaje remoto	100
4.3.3. Contagio Covid-19	101
4.3.3.1. Personas dentro del hogar contagiadas por Covid-19	101
4.3.3.2. Estado de salud luego del contagio Covid-19	102
5. Discusión	102
6. Conclusiones	115
7. Recomendaciones	117
8. Referencias	119

Lista de Tablas

Tabla 1 Sistematización de variables.	78
Tabla 2 Calculadora muestral.	81
Tabla 3 Muestra participantes - Macroproyecto	82

Lista de Figuras

Figura 1 Escala Salud (test IECD)	86
Figura 2 Escala Educación (test IECD)	87
Figura 3 Escala Familia (test IECD)	88
Figura 4 Escala Global (test IECD)	89
Figura 5 Resultados cuestionario Vivienda – tipo de vivienda.	90
Figura 6 Resultados cuestionario Vivienda – clase de tenencia.	91
Figura 7 Resultados cuestionario Vivienda – cantidad de personas en el hogar.	92
Figura 8 Resultados cuestionario Vivienda – cambio de residencia.	93
Figura 9 Resultados cuestionario Economía familiar – cantidad de personas generadoras de ingresos.	94
Figura 10 Resultados cuestionario Economía familiar – tipos de contratos laborales.	95
Figura 11 Resultados cuestionario Economía familiar – cantidad de comidas diarias.	96
Figura 12 Resultados cuestionario Aprendizaje remoto – recursos tecnológicos y de conectividad.	97
Figura 13 Resultados cuestionario Aprendizaje remoto – cantidad de personas que comparten el recurso tecnológico.	98
Figura 14 Resultados cuestionario Aprendizaje remoto – rol que acompañó el aprendizaje remoto.	99

Figura 15 Resultados cuestionario Aprendizaje remoto – Cantidad de personas que compartieron el espacio de aprendizaje en el hogar durante la jornada escolar. 100

Figura 16 Resultados contagio Covid-19 en el hogar – cantidad de contagiados. 101

Figura 17 Resultados contagio Covid-19 en el hogar – Estado de salud de contagiados.

102

Introducción

Para marzo de 2020, la Organización Mundial de la Salud declaró el estatus de Pandemia por motivo de la ineficiente contención y acelerada expansión del virus SARS Cov 2, recomendando a los gobiernos a optar estrategias de control social para reducir la velocidad de propagación, cuyos primeros brotes se registraron en la región de Wuhan, China.

Colombia, acató las medidas de la OMS, restringiendo la movilización del personal no esencial, así como el cierre de sus fronteras. Estas decisiones afectaron la industria y el comercio por la escasez de materia prima o los muy elevados costos de distribución, acarreado reestructuraciones de las empresas para disminuir las pérdidas económicas, generando grandes olas de despidos entre los empleados con contratos laborales. Adicionalmente, la informalidad también se agravó, puesto que son transacciones de pequeñas cuantías de bienes y servicios que dependen de la presencialidad para funcionar.

Sumado a esto, se consideró que las instituciones educativas eran espacios reducidos que permitían la aglomeración de personas, circunstancia no recomendada por la OMS para prevenir el contagio del virus pandémico, imponiendo un método de enseñanza remoto. Sin embargo, los estudiantes de los colegios públicos no provienen de hogares con solvencia económica, por tanto, no se encontraban preparados para aprovechar los ambientes virtuales de aprendizaje; a su vez, los docentes no fueron capacitados, cometiendo grandes errores sobre la transmisión de la información, la articulación de los saberes y las formas de evocación del conocimiento.

Estos dos elementos, el aumento de las condiciones desfavorables para mantener la calidad de vida entre las familias de renta baja, y la implementación torpedeada del aprendizaje remoto durante el 2020 y el 2021; generó en los estudiantes del grado segundo de la institución educativa Puerto Santander en su sede Monseñor Leonardo Gómez Serna, una serie de comportamientos negativistas-desafiantes, dificultades de aprendizajes, manifestaciones conductuales de ansiedad y depresión; así como un aumento de afecciones fisiológicas asociadas a cefaleas, problemas gastrointestinales, dolores musculares, y alteraciones del sueño.

Como variables de la investigación se determinaron las siguientes: el Estrés, la Vulnerabilidad, el Aprendizaje remoto y la Salud mental, la cuales fueron desarrolladas teórico-conceptualmente en el capítulo II, estas ayudaron a organizar los resultados y alcanzar los objetivos propuestos para el estudio, ubicados en el capítulo I, los cuales son: Identificar el impacto socioeconómico y cultural por culpa de la pandemia entre las familias de los estudiantes; Explorar la percepción de los niveles de estrés en los estudiantes; y Correlacionar la presencia del nivel de estrés con los elementos involucrados en la condición de vulnerabilidad consecuente de la emergencia sanitaria por Covid-19.

Las constantes preocupaciones de los padres de familia sobre las perturbaciones físicas, psicológicas y comportamentales de sus hijos motivaron a la exploración de esta investigación, en el capítulo III se exhiben los motivos por los cuales se decidió utilizar un paradigma cuantitativo con alcance exploratorio-descriptivo de diseño no experimental y de corte transversal. Con ella, se buscó establecer la relación entre el impacto socioeconómico y cultural

ocasionado por la emergencia sanitaria, y la presencia de síntomas de estrés en los niños durante la aplicación del aprendizaje remoto.

Para ello, se emplearon dos instrumentos de recolección de información, aplicados a 89 estudiantes del grado segundo de primaria junto a sus familias, uno de ellos fue un cuestionario, el cual tuvo la intención de visibilizar las realidades de los hogares antes y después de la emergencia sanitaria por Covid-19, se dividió en Información familiar, con interrogantes sobre el tipo de vivienda, la tenencia de la misma, y la cantidad de personas que habitan en ella; Economía familiar, indagando sobre el número de personas que generan ingresos, así como el tipo de contratos laborales y la capacidad de suplir las comidas diarias; dentro de este bloque, en el apartado “postcovid” se consultó sobre el cambio de residencia durante este periodo de confinamiento.

Otros bloques del instrumento valoraban la prevalencia del contagio entre los miembros de las familias de los participantes; y el Aprendizaje remoto o en casa, indagando sobre la capacidad de los recursos tecnológicos y de conectividad, así como el acompañamiento escolar durante este tiempo de virtualidad.

El segundo instrumento fue el Inventario de estrés cotidiano infantil (IECI), una prueba psicométrica creada por Trianes (2011) con 22 ítems con posibilidad de respuesta dicotómica, diseñado para estudiantes de primaria con edades comprendidas entre 6 a 12 años. El test presenta tres escalas individuales y una escala global, las primeras se dividen en Salud, Escuela y Familia; la global es el consolidado de los puntajes de las otras subpruebas. Su clasificación

distribuye a los niños entre Ausencia de síntomas de estrés, Presencia leve de sintomatología estresante y Presencia grave de signos/síntomas del estrés. Esto permitió proyectar la percepción de los infantes sobre las eventualidades cotidianas que afectan directa o indirectamente la salud mental y el bienestar personal.

La recolección de la información, la corrección de la prueba psicométrica, y el análisis de los resultados (capítulo IV); produjeron las siguientes conclusiones (capítulo VI): Si existió un impacto socioeconómico y cultural producto de las restricciones comerciales y laborales como fruto de la contención del virus; El aprendizaje remoto es una estrategia viable solo cuando se cuenta con la disponibilidad de recursos tecnológicos y de conectividad suficientes para soportar las videoconferencias y las plataformas digitales. La familia fue la dimensión valorada por el test quien demostró que generó mayor afectación entre los participantes, la tensión de la dinámica se debió a la falta de oportunidades de empleabilidad, generación de ingresos y aglomeración en las residencias, esto a su vez detonó episodios de violencia intrafamiliar y maltrato infantil.

La realización de la investigación permite recomendar (capítulo VII) la importancia de diseñar y ejecutar un programa de promoción de la salud mental dirigido a la población de los grados iniciales del sistema escolar, ya que se encuentran en el inicio de la consolidación de su personalidad, lo que los hace más susceptibles a las reacciones nocivas de eventualidades que desestabilicen las condiciones de vida de sus círculos sociales.

1. Planteamiento del Problema

1.1.Descripción del problema

Por medio de la Resolución 385 de 2020 y el Decreto 417 de 2020, el Ministerio de Salud Nacional declara la emergencia sanitaria por causa del Covid-19, en la cual se adoptan medidas para disminuir la velocidad de propagación de la enfermedad entre la población. En ese repertorio de acciones sociales, económicas, políticas y ambientales; se establecieron las suspensiones de todas las labores no esenciales para el control del virus. Obligando a los gobiernos locales a instaurar restricciones estrictas de movilidad, afectando gran parte de la industria y comercio nacional.

Con el argumento de preservar la mayor cantidad de vidas, los mandatarios intentaron blindar sus regiones, prohibiendo la movilización de mercancías y pasajeros entre municipios, deteriorando los ingresos de los empresarios minoristas que no podían adoptar las recomendaciones del sistema de trabajo remoto. Puesto que la informalidad para el año 2019 se ubicó entre el 47,6 % y el 71,2 % (Herrera, 2020), la ordenanza del teletrabajo (Decreto 491 de 2020) solo benefició a una parte del órgano laboral del país, pues en su mayoría requerían de la presencia humana para desarrollar su industria u ofrecer sus productos y servicios al mercado.

Las principales capitales fueron las primeras que acataron los mandatos, verificando que se cumplieran las medidas de confinamiento estricto, resultando de manera inmediata en una desestabilización de la economía familiar.

Otra de las medidas adoptadas por el gobierno central, fue la aplicación del método de aprendizaje remoto o escuela en casa (Decreto 660 de 2020, Circular 21 de 2020 & Directiva 05 de 2020), en la cual se ordenó cerrar las instituciones educativas para trasladar las clases al entorno digital; aunque este método de enseñanza no es innovador, si necesita de una infraestructura tecnológica y de conectividad para aprovechar todos los beneficios de la misma.

Esta investigación se desarrolla con los estudiantes de básica primaria de la institución educativa Puerto Santander, ubicada en el municipio de Puerto Santander del área metropolitana de Cúcuta/ Norte de Santander, cuenta con cinco sedes y una población total de 1670 estudiantes. Pertenece a una zona estratificada en los niveles 1,2; debido al poco acceso a los servicios básicos, siendo la más vulnerable de la capital.

Los educandos son los hijos de los trabajadores operativos, los vendedores ambulantes, entre otros oficios de poco poder adquisitivo. La pandemia limitó el acceso de los padres de familia para laborar, y algunos perdieron sus empleos en consecuencia de la reestructuración organizacional de las empresas.

Por lo anterior, los estudiantes tuvieron una adopción muy turbulenta del aprendizaje remoto; ya que sus familias debían decidir si suplir sus necesidades básicas o conseguir los recursos tecnológicos, elementos indispensables para la participación en las sesiones sincrónicas con los educadores.

Esto desató una baja participación en las actividades académicas, puesto que, en cuestión de recursos tecnológicos, la gran mayoría contaba con un celular con capacidad de navegación web, aunque no disponían de un teléfono propio, ya que normalmente les pertenecía a sus padres, reduciendo sus posibilidades de manipulación y afectando la comprensión de las competencias de cada asignatura. La misma situación ocurrió con la conectividad, pues únicamente podían adquirir un paquete reducido de datos móviles que no le permitían conectarse a las videollamadas o profundizar en las orientaciones de los maestros.

Estas agravantes resultaron en un aumento exponencial de reprobación en comparación al año inmediatamente anterior, puesto que los estudiantes no entregaban sus deberes y no alcanzaban los estándares básicos para su aprobación.

A partir de los resultados negativos obtenidos, la institución decidió cambiar su metodología de enseñanza, entregando guías impresas y permitiendo que se enviaran evidencias por medio de aplicaciones de mensajería instantánea, con la finalidad de apoyar la economía familiar al reducir la carga en gastos de conectividad.

No obstante, varios estudiantes y sus familias manifestaron sentirse frustrados, estresados y ansiosos al percatarse de la incapacidad de adquirir las condiciones básicas para su educación, pues la economía se agravaba cada vez más, llegando a límites de reducir el consumo diario de alimentos por persona; sumado al aumento en los brotes de violencia intrafamiliar y de hechos delictivos en el sector.

Durante el 2021, las disposiciones para la contención del virus se fueron modificando, priorizando la reactivación económica del país (Decreto 580 de 2021), y el acceso a las vacunas para toda la población en edad productiva (Ley 2064 de 2020), favoreciendo la movilización de mercancías y el comercio de bienes y servicios. Aun así, la recuperación del poder adquisitivo se dio lentamente, por lo que la situación no mejoró como se esperaba, continuando con la exposición a un alto nivel de estrés desde el año anterior.

El Ministerio de Salud no desconoce las afecciones en la salud mental, con la circular 26 de 2020, confirma la presencia del malestar psicológico por causa de las eventualidades ligadas al covid-19 entre toda la población colombiana. Muñoz-Fernández et al. (2020) expone un repertorio de reacciones asociadas a la continua exposición al estrés en tiempos de confinamiento y pandemia: la presencia de una ligera reducción de la conciencia, una disminución de la capacidad atencional, agotamiento mental, apatía, pérdida del interés en actividades cotidianas; tienden a incidir en la asimilación del conocimiento y la consolidación del aprendizaje. Igualmente, aparecen episodios de alteración emocional como irritabilidad,

enojo, alteraciones del sueño y del apetito; así como signos neurovegetativos de taquicardia, disnea y diaforesis.

El método de enseñanza tampoco cambió, el aprendizaje remoto se mantuvo durante todo el periodo académico del 2021 por la falta de garantías para la correcta implementación de los protocolos de bioseguridad en las escuelas, ya que aparecían nuevas variantes del virus que afectaban a las personas sanas y vacunadas.

Solo hasta finales del 2021, el Ministerio de educación nacional expidió la directiva 08 de 2021, ordenando la ejecución de la normalidad académica presencial para el año 2022, promoviendo la importancia de las interacciones sociales entre docentes y estudiantes en procura de su aprendizaje y estabilidad socioemocional.

1.2.Objetivos

1.2.1. Objetivo general

Establecer la relación entre el impacto socioeconómico y cultural ocasionado por la emergencia sanitaria, y la presencia de síntomas de estrés en los niños durante la aplicación del aprendizaje remoto.

1.2.2. Objetivos específicos

Identificar el impacto socioeconómico y cultural a causa de la pandemia entre las familias de los estudiantes.

Explorar la percepción de los niveles de estrés en los estudiantes.

Correlacionar la presencia del nivel de estrés y con los elementos involucrados en la condición de vulnerabilidad consecuente de la emergencia sanitaria por Covid-19 durante la aplicación del aprendizaje remoto.

1.3. Formulación del problema

¿El estrés es un detonador de alteraciones emocionales en estudiantes impactados socioeconómicamente durante la pandemia por covid-19?

1.4. Justificación

El estrés es conceptualizado por la Organización Mundial de la Salud (2020) “como un sistema de alerta biológico necesario para la supervivencia”, siendo un mecanismo de defensa psicológico para afrontar nuevas situaciones preparando a la conducta, la emoción y la cognición; para realizar una acción o tomar una decisión.

El individuo puede darles manejo a las eventualidades desencadenantes del estrés, tomando como referencia: la experiencia que tengamos con situaciones parecidas, la cantidad de recursos que apoyen la consecución de la respuesta, el conocimiento sobre las herramientas de acción, entre otros; por ende, el nivel de afección es diferente en cada sujeto.

Esta investigación tiene como objeto de estudio a niños y jóvenes provenientes de familias con bajo poder adquisitivo durante la pandemia del 2020, puesto que se redujeron significativamente sus ingresos y fomentaron problemáticas de insatisfacción personal y relaciones interpersonales.

La propuesta va a determinar la existencia de un aumento en la percepción de los niveles de estrés y la incapacidad de adquirir herramientas tecnológicas y de conectividad. Se aclara que esta variable se utiliza como un factor de detección de bajos ingresos económicos dentro de los núcleos familiares.

Correlacionar los elevados índices de alteraciones emocionales y las reducidas oportunidades de estabilidad de las zonas vulnerables, permite construir un punto de partida diagnóstico para la elaboración de un plan de intervención colectiva de promoción y prevención de la salud mental, empoderando a los habitantes sobre la gestión de sus emociones y reduciendo comportamientos como las adicciones o el suicidio.

En el territorio colombiano ya se han desarrollado investigaciones sobre los efectos del estrés en estudiantes, dejando en evidencia las repercusiones en su rendimiento académico y su desarrollo personal, pero estas indagaciones se han centrado en el contexto universitario y principalmente en programas de salud, como medicina y enfermería; los cuales están constituidos por jóvenes provenientes de un nivel socioeconómico alto, en esos casos los desencadenantes se asocian más a la gestión del tiempo y al deficiente manejo del aprendizaje autónomo.

Por lo anterior, se puede sustentar que el componente innovador, se debe a la exploración de las variables con la población que todavía no ha logrado recuperar su estabilidad económica y social previa a la emergencia sanitaria.

También, este estudio hace parte de un macroproyecto en el cual se pretende evidenciar las similitudes y diferencias entre dos poblaciones con características similares, puesto que ambas están constituidas por familias de bajo poder adquisitivo, dedicadas a la informalidad y que residen en entornos llenos de carencias en servicios públicos, seguridad y bienestar personal. Los escogidos fueron las familias y estudiantes del grado segundo de primaria de las instituciones educativas Puerto Santander, ubicada en el municipio del mismo nombre y perteneciente al departamento de Norte de Santander; y La Juventud, colegio de la comuna 2 de la ciudad de Bucaramanga, capital de Santander.

La prospectiva del estudio sirve como base para establecer criterios diagnósticos para determinar malestares psicológicos asociados al estrés en individuos de baja renta mensual, determinando sus niveles de afrontamiento y su capacidad de resiliencia.

2. Marco Teórico

2.1. Antecedentes

2.1.1 Internacionales

Andrade & Anzules (2021) *¿Cómo afectó la pandemia en el uso y aplicación de tecnológicas en las familias de los estudiantes del sector de San Juan de Calderón en la ciudad de Quito?*

En el instante que arribó la pandemia al Ecuador, se desató una crisis que hizo palpable la gran brecha socioeconómica de esa región. Esta rígida realidad desató en las familias inconvenientes como elevados niveles de estrés, frustración y ansiedad, al no poder disponer de los recursos tecnológicos y de conectividad necesarios para aprovechar la enseñanza remota. Utilizando una metodología exploratoria-descriptiva, analizaron una muestra de 559 personas ubicadas en el sector rural de la capital del país, lugar con altos índices de pobreza. Concluyendo que, existe un impacto negativo en el desempeño escolar y la aparición de alteraciones emocionales y conductuales en los estudiantes y sus familias, al sentirse incapaces de cumplir con sus obligaciones escolares y percibir el abandono estatal en la consecución de oportunidades que podrían mejorar la calidad de vida.

Aquí se aborda una población similar a la de este estudio, familias en condición de pobreza que se vieron enfrentadas a una modalidad educativa a la cual no podían acceder, promoviendo un deterioro en la convivencia familiar y la aparición de malestares emocionales asociados al estrés.

Yasmin et al. (2020) *Covid 19: Stress Management among Students and its Impact on Their Effective Learning.*

El estrés se presenta cotidianamente en nuestra vida, pues sirve como catalizador, pero en el 2020, la aparición del Covid-19 generó un desajuste fortuito entre los jóvenes, incrementando la tensión y provocando mayores niveles, gracias a la carencia de atención de sus cuidadores o la inadaptación a la virtualidad; alterando sus ciclos de sueño, sus hábitos alimenticios, su adaptabilidad social y presencia de pensamientos nocivos asociados al futuro. Esta investigación determinó el impacto del estrés en los estudiantes y la necesidad de aprender a gestionar las emociones de manera eficaz.

Concluyeron que la inadecuada gestión, favoreció a la presencia de malestares físicos como: períodos menstruales irregulares, taquicardia, dolores de cabeza, náuseas, problemas para dormir, fatiga, cambios inusuales en el peso. Emocionales: sensación de agobio, inquietud, irritabilidad, sensación de aislamiento. Cognitivos: Problemas para concentrarse y recordar cosas, deterioro del habla. Y Conductuales: consumo nuevo o creciente de drogas, deterioro en la comunicación y mentiras frecuentes, dificultad para llevarse bien con sus familiares.

Este estudio le aporta al trabajo una evidencia sobre como el covid-19 originó una serie de reacciones multifactoriales que afectan al individuo al aumentar drásticamente sus niveles de estrés, siendo los jóvenes los más afectados debido a su inmaduro desarrollo de sus estructuras de pensamiento, raciocinio y emoción.

Valera et al. (2021), *Desórdenes Emocionales ante el Impacto del Covid-19 en Estudiantes de Psicología de Lima e Ica.*

Su propósito fue conocer las respuestas inadaptadas consecuentes de los desórdenes emocionales desembocados por el Covid-19. Se valoraron a 100 alumnos de la carrera de Psicología de Lima e Ica (Perú), desde un enfoque cuantitativo, no experimental, descriptivo-comparativo, se aplicó la Escala-API del autor José Anicama. Sus hallazgos determinaron que la transición a las clases virtuales, incrementó el tiempo destinado a los estudios y las tareas, desarrollando una sensación de agobio e incertidumbre, falta de motivación, así como problemas del sueño e incremento en el consumo de alcohol. Permitiendo agrupar y/o asociar las diversas reacciones emocionales y conductuales de los estudiantes dentro de algunos de los cuadros clínicos sintomáticos de la ansiedad generalizada, depresión, trastornos distímicos, somatomorfos, y/o trastorno del pánico.

Una vez más, el antecedente internacional permite evidenciar como el aumento de factores asociados al estrés pueden deteriorar la capacidad emocional, psicológica y social del individuo, manifestando sintomatologías clínicas de alteraciones emocionales y conductuales en los jóvenes.

Bueno (2021), *Educación en tiempos de COVID-19: ¿Cómo afecta el estrés al aprendizaje?*

Para el autor se ha alterado profundamente el sistema educativo, convirtiendo al proceso en un agente estresor entre las familias de rentas bajas, perjudicando emocionalmente a

estudiantes y padres, amenazando el avance de las habilidades, ya que los niños que cursan los grados inferiores o los que no lograron ingresar podrían verse perjudicados en la adquisición de sus competencias básicas.

También se expone sobre cómo se afectó la morfología y la bioquímica del cerebro, por el hecho de que el 16 % de las personas que experimentaron la aplicación de las fuertes medidas restrictivas, presentaron una disminución de la materia gris en la corteza prefrontal dorso-lateral derecha y la corteza orbito-frontal izquierda. Siendo ellas estructuras neuronales que actúan en el proceso de toma de decisiones, memoria de trabajo, integración sensorial y regulación afectiva. Paralelamente, advierte de la presencia de signos depresivos, ansiosos, de consumo de sustancias, trastornos del sueño y la alimentación; deteriorando su bienestar psicológico y capacidad de autoeficacia.

Con esta investigación conocemos una nueva perspectiva de las consecuencias del aumento del estrés, exhibiendo una respuesta negativa neuronal y un daño generacional en el proceso de enseñanza-aprendizaje que derivó por la emergencia sanitaria.

Indacochea et al. (2021) *El estrés académico durante la emergencia sanitaria y sus afectaciones en las funciones básicas cognitivas: memoria, comprensión lenguaje, pensamiento.*

Planteó que el estrés académico es un proceso sistémico, adaptativo y psicológico; presente en la impotencia e incertidumbre por el aumento de la carga de compromisos, aglomeración de labores, e insuficiente integración con el ambiente de trabajo. Por ello, su

objetivo fue analizarlo en adolescentes que cursan la carrera de Psicopedagogía de la Universidad Técnica de Ambato.

Su metodología se basó en aplicar el Inventario de Estrés Académico SISCO, analizando las afectaciones en las funciones básicas cognitivas como: la memoria, la comprensión y el lenguaje. Esta investigación, de corte transversal descriptiva y correlacional, concluyó que el 30 % de los jóvenes presentan altos niveles de estrés, el 40 % percibe una sobrecarga de tareas, el 33 % no entiende las temáticas expuestas por medio de la modalidad de aprendizaje remoto y el 41 % no realiza sus deberes. Demostrando que las medidas educativas ejecutadas por la emergencia sanitaria afectaron las capacidades de aprendizaje, el rendimiento escolar y la decisión de permanencia dentro del sistema escolar.

La publicación demuestra un punto interesante que no se ha abordado en otras investigaciones, el riesgo de deserción del sistema escolar latente, al sentirse incapaces de cumplir con sus obligaciones, aumentando la probabilidad de que nunca retorne al claustro académico, afectando la consolidación de los proyectos de vida, impactando el crecimiento social de las sociedades en el futuro.

Aggarwal (2021) *The psychological impact of the COVID-19 pandemic on high school students.*

Enviando un cuestionario por correo electrónico a una muestra de 61 estudiantes con edades entre 15 y 19 años, se investigó el efecto cognitivo de la pandemia en los altos niveles de estrés y ansiedad. La mayoría citó a la alienación social y la educación en línea como las

principales causas de su frustración e impotencia. Dentro del análisis se descubrió que el 62 % percibió como difícil la transición a la educación virtual, también se identificaron algunas de las emociones experimentadas, como desamparo, ansiedad y frustración. Estos resultados apoyan la hipótesis del efecto perjudicial en el bienestar mental y físico por afrontar la pandemia, lo que se traduce en una baja productividad académica, entre otras agravantes para las relaciones interpersonales.

Se concluye que el aislamiento y la educación en línea demostraron tener un impacto negativo, a su vez, conceptos como la indefensión aprendida y la percepción de falta de control también contribuyen al deterioro del bienestar personal.

En este caso, la población poseía las herramientas tecnológicas y de conectividad necesarias para aprovechar la modalidad de aprendizaje remoto, aun así, se presentaron rasgos negativos en el repertorio de conductas y emociones, dando a conocer como los niños y jóvenes son afectados sin importar su condición socioeconómica.

Jellen & Ohlbrecht (2020) *Parenthood in a Crisis: Stress Potentials and Gender Differences of Parents During the Corona Pandemic.*

Exponen que la crisis afectó de forma desigual a las personas, no solo por su capacidad económica, sino también en los roles paternos y el acompañamiento escolar en la etapa de confinamiento. Encontrando que las mujeres desplegaron una serie de reacciones emocionales negativas y una disminución en su satisfacción de vida, al intentar complementar sus responsabilidades laborales, con sus deberes familiares dentro del mismo espacio físico y

temporal. Paralelamente, los hombres lo percibieron como un tiempo de descanso, de unidad y/o una oportunidad para mejorar la interacción con sus hijos.

El estudio se ejecutó a mediados de 2020 con la aplicación de un cuestionario de 59 preguntas en una población de 2009 personas alemanas, con predominancia femenina y menor a 40 años de edad, con trabajos estables y estudios universitarios.

Esta investigación aporta la mirada sobre como la sobrecarga de funciones en la madre podría afectar la dinámica familiar, incentivando conflictos o crisis en la demarcación de roles en cada uno de los miembros, aumentando la tensión en el ambiente familiar, desencadenando respuestas evitativas u hostiles.

Jones (2020) *The Impact of COVID-19 on Young Children, Families, and Teachers*

En la aplicación de un instrumento de 39 ítems, conformado por preguntas abiertas, de opción múltiple y de escala Likert; intentaron medir la experiencia con el aprendizaje en línea, valoraron la participación, las expectativas, facilidad de adaptación, beneficios, desafíos y preocupaciones del homeschooling en los niños de primera infancia y básica primaria en Estados Unidos. En su ejecución participaron 559 familias, resultando en una serie de recomendaciones dirigidas a padres de familia y docentes para el manejo efectivo del aprendizaje remoto con niños pequeños. Las recomendaciones fueron: “No trates de reproducir la escuela en casa”, “Utiliza la tecnología con moderación y prudencia”, “Prepara a los niños para que sean aprendices autónomos”, “Aprovecha la ventaja de estar fuera de la escuela”, “Padres y maestros necesitan trabajar conjuntamente”.

El estudio evidencia que la incorporación de los métodos tradicionales de la presencialidad, generaron resistencia al momento de asimilar las habilidades básicas. En contraste, los valorados tienen empleos estables, poseen todas las garantías tecnológicas para desarrollar plenamente la escuela desde su casa, situación dicotómica al compararse con los individuos que forman parte de esta investigación.

Herrera-Hugo et al. (2021) *Intrafamily violence in times of Covid-19: A current look*.

Este virus afectó todas las esferas sociales, obligando a las personas a confinarse junto a sus familias durante un largo periodo de tiempo, acarreado diversas problemáticas en la dinámica. Resultando en un aumento en episodios de agresión, siendo las mujeres las más afectadas, puesto que tuvieron que convivir con sus agresores sin oportunidad de escapar. Por medio de una revisión bibliográfica y un análisis de reportes oficiales, se logró identificar que en países como Chile, Brasil, Argentina y México; presentaron un alza de más del 50% de casos registrados de violencia intrafamiliar, causadas principalmente por factores de tensión como el desempleo, las deudas, el estrés, y la incertidumbre/desesperanza.

Esto nos muestra como las consecuencias de la pandemia potenciaron las fracturas en los hogares, resultando en un crecimiento exponencial de actos violentos, deduciendo que las víctimas podrían desarrollar alteraciones emocionales y conductuales a corto plazo.

Sakarneh (2021). *The impact of COVID-19 and lockdown on families of students with special education needs*.

Con el objetivo de explorar la medida en que el Covid-19 y el cierre de las escuelas afectaron a las familias de los estudiantes con necesidades educativas especiales.

Empleando un enfoque cualitativo, se realizaron entrevistas semiestructuradas por medio de la plataforma Google Meet. Los resultados giraron en torno a los temas de: problemas de comportamiento en los niños, angustia psicológica para los padres, y la dificultad de impartir los contenidos. Las conclusiones demuestran cómo afectó los resultados del aprendizaje y el comportamiento de los niños con necesidades educativas especiales.

Lo anterior provocó fatiga y angustia emocional en los padres, lo que indica la necesidad de apoyo social para ayudar a gestionar las conductas y emociones.

Palomera-Chávez et al. (2021). *Impacto psicológico de la pandemia COVID-19 en cinco países de Latinoamérica.*

En una cooperación investigativa entre México, Colombia, Chile, Cuba y Guatemala; juntó a 1184 participantes con edades entre 18 y 83 años, se valoraron la percepción de síntomas asociados a la depresión, ansiedad y estrés; el grado de resiliencia, y el nivel de impacto sobre un evento. Los resultados demostraron que los chilenos presentaron un grado mayor de afectación en su salud mental respecto a las demás naciones, así mismo Cuba reporta un menor impacto sobre el evento, determinando un grado de resiliencia mayor. Con relación a la edad, los jóvenes fueron los más afectados al percibir que sus herramientas de acción u oportunidades de desarrollo eran inaccesibles y disminuidas. Un dato interesante es que las personas con mayor

competencia académica evidenciaron poseer un factor protector que impidió la repercusión en su bienestar mental por los síntomas de depresión, ansiedad y estrés.

Esta propuesta nos revela que las personas jóvenes, sin habilidades académicas o laborales, tienden a ser más propensas de generar problemas en su estabilidad mental, esto es relevante, debido a que los sujetos de estudio son menores de edad, que pertenecen a familias con un grado de vulnerabilidad bastante marcado respecto al promedio regional.

2.1.2. Nacionales

Vallejo et al. (2021) *Niveles de estrés e irritabilidad en estudiantes universitarios de la ciudad de Medellín durante la época de confinamiento por Covid-19.*

Para analizar la relación entre los niveles de estrés percibido y los estados de cólera o irritabilidad en universitarios, se utilizó un enfoque cuantitativo descriptivo transversal, logrando abordar con el Cuestionario de cólera, irritabilidad y agresión (CIA) a 112 estudiantes de psicología.

Los investigadores determinaron que el impacto social, económico, familiar y cultural, se vio marcada por una presencia en altos niveles de estrés, ya que los estudiantes experimentaron cambios físicos, psicológicos y comportamentales, perturbando su calidad de vida y su desempeño académico. Los resultados de la prueba permitieron evidenciar la necesidad de un programa específico de bienestar universitario hacia el acompañamiento en situaciones de crisis y adaptabilidad en la educación virtual.

Uno de los fines que busca esta tesis es dar a conocer la necesidad de impulsar programas de promoción de la salud mental desde los primeros grados del ciclo escolar. Proyectos que se enfoquen en el reconocimiento de síntomas asociados al malestar psicológico en el individuo o en sus allegados, evitando la exposición al consumo de sustancias o conductas suicidas, facilitando la activación de las rutas para la intervención clínica o social.

Beltrán et al. (2020). *Perceived stress levels due to the SARS-COV2 pandemic in students at the Bosa Porvenir Facilities of the Universidad Distrital Francisco José de Caldas (Colombia) 2020.*

Este estudio, de carácter cuantitativo con alcance descriptivo transaccional, buscó caracterizar los niveles de estrés asociados a la fase de aislamiento preventivo entre estudiantes de la Universidad Distrital Francisco José de Caldas. Con una muestra de 222 estudiantes con edades entre 17 y 30 años que diligenciaron una encuesta en Google Forms, la cual estaba dividida en dos componentes, el primero en relación con su condición socio demográfica y el segundo dirigido a identificar la percepción del estrés entre los participantes durante las primeras fases de contención del virus.

Los investigadores concluyeron que los estudiantes experimentaron un mayor nivel de estrés cuando se presentan situaciones de incertidumbre económica y social, intensificando su reacción cuando están expuestos a factores de vulnerabilidad como el desempleo o la insatisfacción de necesidades básicas. A su vez, determinaron que las mujeres son las más

afectadas, llegando a desarrollar cuadros intensos o severos, en comparación de los hombres que tienden a construir un rango moderado.

A partir de los resultados lograron hipotetizar sobre la fuerte relación entre el estrés y la presencia de alteraciones conductuales, por lo que recomiendan revisar y supervisar los programas de salud mental que se imparten en los campus universitarios.

Aquí encontramos otra evidencia sobre como las condiciones socioeconómicas inciden fuertemente en los niveles de estrés y en la perturbación del bienestar mental del individuo.

Narváez et al. (2021) *Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento frente a la COVID-19 en universitarios.*

Con el objetivo de identificar la asociación entre el bienestar psicológico y las diferentes estrategias de afrontamiento frente al impacto del covid-19, se aplicó un estudio cuantitativo no experimental de tipo descriptivo-correlacional con un corte transversal para revisar los cambios en las dinámicas, hábitos y rutinas de 201 estudiantes universitarios del suroccidente de Colombia. La prueba administrada fue la Escala de bienestar psicológico y la escala de estrategias de afrontamiento.

Los resultados demostraron que existe una clara asociación entre la modificación de los hábitos por consecuencia de las restricciones de contención del virus, y la capacidad de afrontamiento ante situaciones estresantes entre los estudiantes valorados; desencadenando importantes impactos en el bienestar psicológico, especialmente a los asociados a la resolución de problemas, búsqueda de apoyo social y evitación cognitiva.

La prospectiva del antecedente expresa la relevancia de construir programas de promoción de la salud mental entre la población infantojuvenil de Colombia, con la intención de mitigar las secuelas de la pandemia y a su vez preparar emocionalmente a la población para afrontar otra situación que se pueda presentar en el futuro.

Giraldo (2021). *Effects of confinement on university students: an analysis based on gender differences*.

Con un método empírico analítico en una muestra probabilística de 826 universitarios colombianos, se aplicó en forma remota una escala tipo Likert para conocer la percepción de los participantes sobre la pandemia, permitiendo que se desarrollaran modelos de ecuaciones estructurales para correlacionar el impacto del covid-19 en los cambios emocionales, categorizando los resultados según el género. La conclusión otorgó información en donde la disminución de ingresos fue el factor más incidente en la población masculina, en cambio, el distanciamiento familiar y la violencia intrafamiliar prevalecieron entre las mujeres.

Ciertamente, la pandemia trajo consigo una infinidad de situaciones que alteraron la estabilidad del país, lo que condujo a una inestabilidad en la salud mental de sus jóvenes, pues la pérdida de empleo, el aumento de precios y las distorsiones de la dinámica familiar, motivaron la sensación de desesperanza y agobio, aumentando su exposición a conductas de riesgo latentes.

Úsuga et al. (2021), *Sucesos vitales estresantes, ansiedad y depresión en estudiantes de una universidad privada de Bucaramanga*.

Para evaluar la relación entre los niveles de estrés, la valencia y la predictibilidad de sucesos vitales con los índices de ansiedad y depresión; se usó una metodología cuantitativa transversal no experimental de alcance descriptivo correlacional. En ella, participaron 552 jóvenes con edades promedio de 19 años, a quienes se les aplicó el Inventario de depresión de Beck, el Inventario de ansiedad de Beck y el Cuestionario de sucesos vitales.

La investigación concluyó que hay mayor relación entre los niveles de estrés y ansiedad cuando se presenta un suceso vital que con su contraparte la depresión, ya que en el estudio su correlación fue estadísticamente inferior. Así mismo observaron que el individuo ante un suceso vital tiende a manifestar estados de indefensión y desesperanza.

Aunque el trabajo se realizó unos meses antes de la emergencia sanitaria, podemos incluirla como un “suceso vital”, demostrando que ante este tipo de situaciones las personas tiendan a alterar su estabilidad emocional.

2.1.3. Regionales

Márquez et al. (2021), *Escala para valorar el estrés en estudiantes de cursos de física en tiempos de covid-19*.

Los autores desarrollaron una escala que permite valorar el nivel de estrés ante las situaciones originadas por la emergencia sanitaria por covid-19 en el año 2020, utilizando una investigación instrumental, lograron construir, aplicar y analizar la validez del instrumento de evaluación. El estudio contó con la participación de 1200 estudiantes de todos los niveles académicos de la ciudad de Cúcuta que cursan algún tipo de programa curricular en Física.

En el proyecto se valoró la ansiedad, la presión instruccional y el afrontamiento; concluyendo que las actividades académicas en forma virtual generaban un nivel de ansiedad mayor, al exponer al educando a la experimentación autónoma y empírica para obtener el resultado esperado por el docente.

La relevancia del antecedente se centra en la evidencia de la presencia de signos y síntomas de factores asociados al estrés, soportando la hipótesis sobre como la inadecuada gestión emocional puede afectar el rendimiento académico y el grado de funcionalidad en su calidad de vida entre los jóvenes universitarios.

2.2.Bases teóricas

La investigación pretende establecer la relación entre el impacto socioeconómico y cultural ocasionado por la emergencia sanitaria, y la presencia de síntomas de estrés en los niños durante la aplicación del aprendizaje remoto. Para ello, en esta sección abordaremos en cada una de las variables que determinan la consecución del objetivo general, para luego interrelacionar los postulados teóricos que sustentan los conceptos principales, secundarios y/o complementarios.

Luego de revisar los antecedentes investigativos, se determinó que el Estrés es el detonante para la adquisición de alteraciones mentales, por tal motivo él se convierte en la variable principal, determinando la incidencia del poco acceso a los recursos tecnológicos en la presencia del malestar en el repertorio psicosocial de los estudiantes. Como variable secundaria se consideró que la Vulnerabilidad de las familias, son las que impiden que el estudiante tenga

acceso a las tecnologías y al internet, siendo indispensables para aprovechar las enseñanzas transmitidas en la aplicación de la virtualidad.

Las variables complementarias que ayudarán a interrelacionar y soportar los conceptos mencionados anteriormente son Aprendizaje remoto y Salud mental, con ellas solo se mencionarán las posturas de algunos investigadores u organizaciones de primer orden sobre su significado y otra información relevante que fortalezca el proyecto.

2.2.1. Estrés

Las teorías sobre el estrés han evolucionado en los últimos 100 años, lo cual refleja la dificultad del constructo. Las primeras indagaciones formularon estrechas relaciones entre los procesos fisiológicos y los fenómenos psicológicos.

Por las guerras mundiales de la primera mitad del siglo XX el mundo participó en un experimento natural que obligó a las especialidades a entender mejor el efecto biológico del estrés psicológico. Investigadores como Selye y semejantes, convergieron en el lenguaje de un fenómeno que ahora se denomina "estrés", otro ejemplo es Lazarus quien convirtió a la cognición en elemento de las respuestas de estrés (Robinson, 2018).

Weber (2011) categorizó la historia de la teoría del estrés en cuatro (4) eras, la primera inicia en 1920 y se extiende hasta 1940, siendo lo más notables los desarrollados por Angell en 1936, examinando los efectos de la Gran Depresión entre las familias estadounidenses, por medio de estudios de casos y métodos inductivos, determinaron los factores estresantes de la pérdida o reducción repentina de los ingresos del hogar. Durante esa época también se descubrieron las

competencias de integración y adaptabilidad, demostrando una incidencia importante en la reacción del hecho impactante, acuñando así el término de “Lazos de coherencia y unidad”; clasificando estas aptitudes en tres niveles (alto, moderado, bajo), que salvaguardan la integridad en tiempo de crisis, reforzándose con presencia de la autosuficiencia personal y la reciprocidad familiar.

La segunda abarca hasta 1970, destacando a Hans Selye, quien observó variabilidad en la respuesta al estrés crónico que presentaban sus pacientes, en ese tiempo la conceptualización de este padecimiento se abordaba como “las acciones mutuas de fuerzas que tienen lugar en cualquier sección del cuerpo físico o mental” (Robinson, 2018 p.5). A lo largo de sus años de experimentación reconoció un patrón consistente en tres etapas de respuestas al estrés, nombrándolo Síndrome General de Adaptación (SGA) , la primera es la Reacción de alarma, donde el sujeto se prepara para huir o luchar; la siguiente es la de Resistencia, siendo el mecanismo que se activa cuando se debe enfrentar un ataque sostenido del agente estresor; y la última es la etapa de Agotamiento, aquí el sistema no es capaz de resistir la acometida y llega a manifestar efectos nocivos en consecuencia de la exposición prolongada (Robinson,2018).

Estas premisas han sentado las bases para la investigación clínica sobre las consecuencias del estrés en la fisiología humana, a pesar de que Selye se basaba en los postulados médicos, por tal motivo no era compartido por los profesionales del comportamiento.

Por ello, en esta era se consolidaron los primeros intentos de teorías del estrés familiar, aportaciones como la de Hills con su “Truncated Roller Coaster Profile of Adjustment” (perfil de

la montaña rusa truncada), demostrando que no todas las familias tienen la capacidad de salir de una crisis, manteniendo a algunos grupos en la parte más baja de la “atracción” durante generaciones, favoreciendo en el futuro a la conceptualización del término Vulnerabilidad (Weber, 2011).

Durante esta época el mismo autor propone el modelo ABC-X, enfocándose en la sucesión de eventos de una crisis familiar, estructurándola de la siguiente manera: la A es el evento estresor, un hecho que provoca cambios en el sistema familiar; la B son los recursos familiares, y la C es la atribución que hacen los grupos al hecho estresante. La interacción entre ellos desemboca a X, la crisis, implicando un desequilibrio funcional. El autor argumenta que el estrés por sí mismo no tiene connotación negativa si no existe una distorsión en la dinámica interrelacional de la familia (Herrera, 2008).

La tercera generación solo cobija las décadas de los 70 y 80 del siglo XX, aquí comienzan a surgir los nombres de Richard Lazarus, quien defendía la idea de las diferencias individuales y la varianza en la respuesta al estrés; yendo en contra vía a los escritos de Selye, un representante muy notable para su época con una fuerte doctrina conductista que intentaba construir las leyes generales de estímulo-respuesta en torno al estrés. Lazarus argumentó que la única variable del estrés es el significado que se le atribuye por parte del individuo, comparándola con las diversas maneras de experimentar las emociones (Robinson, 2018).

Para el teórico el fenómeno se conecta con los componentes motivacionales y cognitivos inmersos en la respuesta del evento estresor, armando un modelo transaccional que se centra en

ofrecer una explicación a estas variaciones, identificando valoraciones primarias y secundarias. El primer proceso se encarga de determinar la amenaza que puede producirse ante el enfrentamiento del suceso o al daño que ya se ha producido, luego se pone en marcha el segundo, el cual evalúa la eficacia de los recursos de afrontamiento disponibles (Robinson, 2018).

Igualmente, introdujo el término de “afrontamiento al estrés” en el discurso de su teoría, generando dos estilos altamente contextuales; en el primero el sujeto identifica la situación como algo que puede resolver utilizando sus recursos, a esto le llamó “Afrontamiento centrado en el problema”. El segundo se denominó “afrontamiento centrado en la emoción”, la cual es la evitación de respuestas emocionales ante un evento estresor cuando sobrepasa las capacidades del individuo. Sus investigaciones se han extendido para tratar de explicar la compleja interacción entre estímulo, valoración y respuesta (Robinson,2018).

La última etapa categorizada por el autor Weber (2011) inicia a mediados de la década de los 80 y se extiende hasta la actualidad (del artículo), donde el enfoque postmoderno de correlación de la cultura y los contextos entran a ser parte de la valoración de las capacidades de afrontamiento del estrés, esto se fundamenta en la premisa de que existen múltiples verdades y realidades, puesto que las personas crean su sentido de vida gracias a la relación con los demás, ayudando a encontrar soluciones en los problemas sin profundizar en todos los elementos que componen el mismo. Debido a esta cosmovisión, los investigadores McCubbin & Patterson en 1983 presentaron su modelo de respuesta de ajuste y adaptación familiar, cambiando el foco de atención, pasando de las debilidades a sus fortalezas, incorporando el concepto de Resiliencia

entre la literatura especializada, junto a una concepción multidimensional y pluralista de la familia.

El apartado teórico sobre la variable principal de esta investigación va a abordar los trabajos desarrollados por Hans Selye y Richard Lazarus, contraponiendo sus ideas respecto al problema descrito en el capítulo uno, debido a que actualmente el abordaje de esta situación toma componentes de ambas doctrinas.

2.2.1.1. Richard Lazarus – Modelo cognitivo-transaccional

El estrés es un “estado desagradable de excitación emocional y fisiológica que las personas experimentan en situaciones que perciben como amenazantes para su bienestar, y el afrontamiento son los esfuerzos cognitivos y conductuales para dominar, reducir o tolerar esas demandas” (Baqtayan, 2015. p.479). Este concepto nace de la condensación de toda la revisión literaria, puesto que, para el autor, el término poseía unos matices constantemente cambiantes que impedían la construcción del dogma sobre el mismo.

Para Lazarus (1990) El estrés psicológico se refiere a un tipo particular de relación entre la persona y el entorno cuando la demanda supera los recursos, implicando una actitud positiva, movilizadora o ansiosa para disminuir la reacción nociva sobre el individuo. Desde el enfoque cognitivo-transaccional, no se puede esperar un resultado determinado al momento de producir esta valoración, dado que no es estática, es dinámica, por tanto, su efecto cambia constantemente con base en los motivos, creencias y/o características del sujeto, impidiendo que su medición pueda estandarizarse en premisas fijas.

En el núcleo de su modelo cognitivo-transaccional, Folkman & Lazarus también determinaron las piezas que gestan el estrés: los estímulos, las respuestas, los mediadores y los moduladores. Los primeros son los acontecimientos externos o cotidianos de cualquier índole biopsicosocial; los siguientes, son las reacciones cognitivas o comportamentales ante los desencadenantes, aunque de ellas no siempre se puede esperar un resultado favorable; los terceros, son las valoraciones del estímulo desde su intensidad hasta su requerimiento de recursos, y los últimos, son los encargados de atenuar el proceso de estrés (Dahab et al. 2010).

Para facilitar la comprensión de este concepto tan versátil, Lazarus propuso dos procesos interconectados que se ejecutan en la transacción, un análisis de los sistemas de variables que actúan en el tiempo y los contextos para determinar la acción del individuo ante el agente estresor.

El primer proceso valorativo es el Afrontamiento centrado en el problema o ACP, en donde se revisa el sistema de creencias, aptitudes y conocimientos; para medir la capacidad de respuesta en torno a la exigencia de la acción, las restricciones en los tiempos de reacción y el grado de afección consecuente de la prolongada exposición. La segunda clase es la centrada en la emoción o ACE, permite captar la relación entre el resultado ideal y el real, sosteniéndose del sentido de control y de los juicios subjetivos sobre las demandas de adaptación, aquí se determina el acto de lucha o de huida con la intención de regular las consecuencias emocionales ante un factor potencialmente estresante (Lazarus,1993).

El mismo teórico sintetizó ambas estrategias de afrontamiento, donde la ACP, se refería al uso de actividades específicas para conseguir el cometido, mientras que el ACE, está dirigida a sentirse mejor con la tarea. Esa considerable reducción en la conceptualización se origina debido a que la ACP incluye la confrontación, búsqueda de apoyo y una completa intención de resolución de problemas; en cambio, el ACE encapsula el autocontrol, el distanciamiento, la aceptación y la valoración positiva, como dispositivos de protección de la psiquis humana (Biggs et al., 2017). Sin embargo, Carver et al. (1989), mencionaba que existe un tercer tipo de afrontamiento, al que llamó “Afrontamiento disfuncional” (AD) que se centra en la negación y en la desvinculación conductual/mental para invisibilizar la raíz del conflicto con acciones de evitación por miedo a desconocer el resultado de la crisis que se atraviesa.

La propuesta de Richard Lazarus ha sido el sustento teórico para incontables modelos e instrumentos para comprender este fenómeno que aqueja al ser humano durante todo su ciclo vital.

Uno de ellos fue el de Moldes Mentales de Pedro Hernández (2005), los cuales son repertorios de capacidades que despliega el sujeto entorno al hecho que amerite, para este caso, el autor categorizó los Moldes Cognitivos como las estrategias particulares que se exhiben para concentrarse, responder o interpretar la realidad en circunstancias de participación del ego; sugiriendo una evaluación cognitivo-afectiva, incluyendo ese último elemento, ya que se tiende a dejar de lado la valoración de la activación emocional que antecede a la conducta.

En concreto, los modelos cognitivos van más allá de las estrategias de afrontamiento, por el hecho de que presentan diferentes matices que interpretan los patrones de estabilidad y temporalidad para mitigar con éxito los altos niveles de estrés, en el cual el sujeto pasa de una visión negativista de sí mismo hacia un rol de transformación, con herramientas de acción y supervisión, contrarias a la evitación y la negación (Hernández, 2005).

Otros autores influenciados fueron Frydenberg & Lewis, quienes crearon la Adolescent Coping Scale (ACS), un instrumento para medir el elemento preventivo ante los problemas psicosociales que enfrentan los jóvenes en su ciclo de desarrollo vital, analizando las formas y los modos como encaran las situaciones estresantes. Para ello, produjeron tres estilos de afrontamiento y las subdividieron en 18 estrategias diferentes (dentro del paréntesis, se menciona la codificación de cada categoría en la prueba) (García et al., 2008).

El primer estilo es el Focalizado en la emoción, cuenta con las estrategias de: Buscar apoyo social (As), siendo la inclinación a compartir con sus allegados para afrontar los problemas; Buscar pertenencia (Pe), la preocupación por lo que otros piensen de uno; Invertir en amigos íntimos (Ai), el esfuerzo para consolidar una relación o alcanzar nuevas amistades; Acción social (So), organizar actividades grupales que favorezcan la ayuda; Buscar apoyo espiritual (Ae), tendencia a refugiarse en la espiritualidad como mecanismo de solución; y Buscar ayuda profesional (Ap), recurrir al uso de consejeros profesionales (García et al., 2008).

El segundo es Focalizado en la solución del problema, allí encontramos: Concentrarse en resolver el problema (Rp), abordar sistemáticamente el problema teniendo en cuenta diferentes

opciones de solución; Fijarse en lo positivo (Po), solo percibir el lado optimista de las situaciones; Buscar diversiones relajantes (Dr), enfocarse en el ocio para evitar el impacto del estrés; y Distracción física (Fi), dedicarse al trabajo físico.

El último estilo es Focalizado en la evitación, ubicando a las estrategias de: Preocuparse (Pr), temer por no alcanzar la felicidad futura; Hacerse ilusiones (Hi), confiar en que el problema se solucione por sí mismo sin intervenir de ningún modo; No afrontamiento (Na), incapacidad percibida para solucionar el problema; Ignorar el problema (Ip), esfuerzo consciente para desligarse del agente estresor; Autoinculparse (Cu), sentir responsabilidad por lo sucedido; y Reservarlo para sí (Re), tendencia a aislarse para impedir que se conozcan sus preocupaciones (García et al., 2008).

Todo lo anterior, es el resultado de la influencia de las investigaciones del autor en la literatura científica contemporánea, demostrando la aplicabilidad de sus postulados en los contextos multiculturales y con generaciones divergentes a las evaluadas en su época.

El mismo Richard Lazarus también desarrolló un instrumento de evaluación al que denominó Ways of Coping Questionnaire (WCQ), con el objetivo de analizar 8 dimensiones de las estrategias de afrontamiento del estrés, dividiéndolas en Confrontamiento, Distanciamiento, Autocontrol, Búsqueda de apoyo social, Aceptación de la responsabilidad, Escape-evitación, Planificación de solución de problemas y Reevaluación positiva, todas ellas enmarcadas dentro de su ACP y ACE, y con significados similares a los expuestos en el párrafos anteriores (Van Liew et al.,2016).

2.2.1.2. Hans Selye – Modelo del Síndrome General de Adaptación

El término “stress” fue acuñado por este autor, es la consecuencia accidental de un experimento que buscaba descubrir una nueva hormona sexual, para ello en su laboratorio le inyectó extractos de ovarios a un grupo de ratas, las cuales manifestaron cambios como hipertrofia de la corteza adrenal, atrofia del sistema retículo endotelial y aparición de úlceras gástricas. Para comprobar su hipótesis intentó inyectar otras sustancias similares esperando un resultado diferente, descartó su idea inicial cuando observó que sus animales de prueba reaccionaban de la misma manera, estableciendo una desconexión entre el elemento valorado y el desenlace producido. Aun así, estas reacciones físicas y fisiológicas le generaron una gran curiosidad por develar su verdadero origen (Bértola, 2010).

Más adelante, Selye identificó como sus pacientes aquejaban un repertorio de síntomas similares independientemente de su diagnóstico clínico, llegando a compararlo con las conclusiones obtenidas con sus ratas, quienes también evidenciaban un patrón de respuestas comunes ante diversos estímulos. Por tanto, comenzó a denominar a este fenómeno “Síndrome de solo estar enfermo”; años de observación en contextos clínicos le ayudaron a crear la expresión de "estrés", haciendo una referencia a la tensión que sufre el organismo al responder a un agente nocivo (Bértola, 2010).

Sin embargo, en la cúspide de su reconocimiento científico condensó el significado en "una respuesta fisiológica a la percepción de placer o amenaza" (Fink, 2017). Aun así, Selye consideraba que no todas las respuestas físico-químicas detonadas por un estímulo estresante

eran nocivas, estimando que existía una cantidad óptima que favorece el impulso de supervivencia y motiva al individuo a lograr sus metas de crecimiento personal (de Camargo, 2010).

Por ello, clasificó dos tipos de estrés, al primero lo nombró Eustrés, otorgándole la etiqueta del “buen estrés” que incentiva a enfrentar desafíos intelectuales, actitudinales y comportamentales para alcanzar sus metas individuales. Para su contraparte, acuñó al Distrés como la reacción exagerada del organismo que exige un esfuerzo intelectual y psíquico que desencadena un estado de tensión irremediable (De Camargo, 2010).

Selye también dividió los síntomas del distrés en tres categorías: en el Comportamiento y emoción, ubicó los cambios del estado de ánimo, la ingesta excesiva de alcohol, la disminución de la satisfacción, la hostilidad, el aumento de peso, las conductas autolesivas y el aislamiento. A su vez, las manifestaciones Físicas, van desde inconvenientes en su motricidad, la inhibición de la función sexual, la hiperactividad, la fatiga crónica, las cefaleas, hasta los problemas estomacales de diarrea o estreñimiento. Paralelamente, la Capacidad intelectual, se ve afectada por una reducción de la creatividad y análisis crítico, alteraciones en su léxico y habilidades comunicativas (De Camargo, 2010; Amigo, 2022).

Estos descubrimientos le permitieron a Hans Selye coleccionar un montón de información con un carácter valioso para construir su modelo de Síndrome de Adaptación General o SAG, relativizando al fenómeno en dos variables: el estresor y la respuesta de estrés. El primero se origina cuando un hecho supera los recursos dimensionales del individuo, es decir,

sus capacidades físicas, cognoscitivas, ambientales o materiales; evocando un patrón de reacciones que inciden en la estabilidad del sujeto. Este impacto genera la segunda variable, la aparición de cambios que afectan al organismo, desgastando las habilidades funcionales (Amigo, 2022).

Con la intención de organizar apropiadamente estas situaciones, el teórico desarrolla el SAG y lo distribuye en tres fases: Alarma, Resistencia y Agotamiento. En el primer momento, se aglutinan las series de modificadores psicofisiológicos y comportamentales para darle resolución al inconveniente enfrentado, si no se logra, el organismo procede a la etapa de Resistencia, sobreactivando todos los mecanismos corporales, emocionales y cognoscitivos con el propósito de impedir un daño al ser durante la exposición prolongada al agente estresor, sin embargo, el cuerpo no puede tolerar indefinidamente el gran impacto, conllevando a la última fase, en la cual aparecen las alteraciones psicosomáticas o enfermedades de adaptación (Amigo, 2022).

A continuación, se detallan cada una de las fases:

Fase de alarma: Es la predisposición del organismo ante la percepción repentina de una posible situación que disminuye la sensación de control sobre el entorno, se caracteriza por estados de indefensión o paralización, por la sobreexcitación de noradrenalina encefálica que motiva a detallar minuciosamente sus recursos de acción, siendo manifestadas por expresiones faciales que exteriorizan emociones como miedo y asombro (Ocaña, 2014).

Fase de resistencia: Supone una adaptación al evento cuando no se logra su resolución en la etapa anterior, en este momento la activación fisiológica crece exponencialmente debido a que

percibe un alto nivel de amenaza, reorganizando las capacidades para “negociar” la situación, volviendo a revalorar los recursos disponibles, priorizando aquellos que permitan la protección de la integridad física, a la espera de la mitigación del estímulo disonante o el distanciamiento del mismo. Ella puede extenderse por una gran cantidad de tiempo, sin embargo, su estancamiento produce fuertes condiciones clínicas (Ocaña, 2014).

Fase de agotamiento: También llamada momento de colapso, aparece cuando no se logra evitar o resolver el factor de estrés durante el tiempo que se extendió la fase de resistencia, aquí el organismo ya ha agotado sus recursos y pierde su capacidad de activación o adaptación, desencadenando enfermedades que debilitan la funcionalidad del individuo y en algunos casos lo llevan a su muerte. Algunas de esas patologías son: Insomnio, inmunodeficiencia, dificultades de aprendizaje, problemas cardiovasculares, metabólicos y gastrointestinales, depresión, isquemias, entre otros (Ocaña, 2014).

Se concluye que este autor es el gran referente para el abordaje médico, ya que prioriza la materialización de los altos niveles de estrés en las dimensiones físicas y fisiológicas del organismo.

Debemos mencionar varios autores que han logrado relevancia en el estudio del fenómeno del estrés, un ejemplo es Jhon Mason, quien alcanzó una fuerte argumentación para su visión, concibiéndolo como una respuesta emocional a la interpretación del sujeto al determinar el grado de capacidad que posee para abordar un acontecimiento (Mason, 1971). Para Stevan Hobfoll, otro gran pensador, es una reacción ante un ambiente con una baja tasa para la

adquisición de recursos, aumentando la probabilidad de fracaso en el accionar del individuo, ya que el entorno es el ente proveedor de características y condiciones para el desarrollo personal del ser humano (Hobfoll, 1989).

Igualmente, Carolyn Aldwin, realiza en sus textos una crítica sobre la flexibilidad que se le otorga al concepto, ubicándolo como sustantivo, verbo, conector, entre muchas otras formas para connotar gravedad individual. Para ella, se refiere a una cualidad de la experiencia producida por el proceso de transacción persona-ambiente, que da lugar a un malestar psicológico o fisiológico (Aldwin, 2009).

Desde la mirada del bienestar mental, el estrés crónico desemboca una serie de trastornos psicológicos, por ejemplo, el trastorno del estrés agudo y los trastornos de adaptación, siendo los que afectan comúnmente a la población infantojuvenil.

Según la American Psychiatric Association (2014), los criterios diagnósticos para el Trastorno de estrés agudo son: a) exposición a la muerte, lesión grave o violencia sexual en modo real o como amenaza; b) presencia de síntomas de intrusión, estado de ánimo negativo, disociación, evitación y alerta; c) duración de los síntomas de tres días a un mes luego de la exposición al trauma; d) la alteración causa malestar clínicamente significativo y deteriora áreas importantes para el funcionamiento; y e) Las conductas no se pueden atribuir a efectos del consumo de sustancias, afecciones médicas o episodios psicóticos breves (p: 168).

Los criterios para el Trastorno de adaptación son: a) desarrollo de síntomas emocionales y del comportamiento en respuesta a un factor estresante identificable; b) afectación

significativamente intensa y desproporcionada en lo social, educativo o laboral; c) la alteración relacionada no se origina por otro trastorno mental; d) Los síntomas no representan el paso por un proceso de duelo normal (American Psychiatric Association, 2014. p: 170).

Lo anterior, nos demuestra como desencadena alteraciones conductuales y emocionales que inciden negativamente en la interacción del sujeto en las diversas esferas sociales, impactando en las redes de apoyo primario y dificultando el acceso al servicio de intervención profesional.

2.2.2. Vulnerabilidad

La variable que va a correlacionar al estrés es la Vulnerabilidad, en este apartado se desarrolla un acercamiento conceptual sobre los diferentes significados y características que posee el atributo, favoreciendo su importancia dentro de esta investigación.

El término se puede construir retomando lo propuesto por Durán (2017), apreciándola como la condición de un individuo cuando ocurre un evento adverso en un tiempo y espacio determinado, pero no se tiene la capacidad de respuesta ni la habilidad para adaptarse al nuevo escenario generado. Sin embargo, es comúnmente relacionada con la adultez, puesto que se concibe desde la perspectiva de control, empoderamiento y autonomía. Aunque el grado de vulnerabilidad de la familia afecta a los niños y adolescentes, en ellos se presenta una variación asociada a la exposición de factores de riesgo de difícil abordaje social (dos Reis et al. 2013).

Otros investigadores también han determinado algunos elementos que inciden en la población infantojuvenil, un ejemplo es el de Morelato (2014), quien definió la dimensión de

riesgo dentro de los sistemas sociales del individuo, incorporando a las creencias culturales rígidas, los conflictos con la ley, la revictimización, la falta de coordinación entre organismos públicos, la deserción escolar, un grupo de pares conflictivos, el maltrato interfamiliar y el desempleo. Por su parte, Hernández et al. (2018), señalaba que los componentes principales incluyen la incertidumbre alimentaria, la baja inversión en educación, la inseguridad ciudadana, la percepción o el poco acceso a los servicios de salud, y el aprovechamiento desorientado del tiempo libre.

Paralelamente, los estados han determinado criterios de medición para esta figura, con la intención de orientar la construcción de programas asistenciales y de apoyo social que favorezca la mitigación de la pobreza estructural.

Para esta investigación se exponen dos medidas diferentes, una de ellas es la empleada por el Departamento de Planeación Nacional de Colombia (DNP) en su Índice de vulnerabilidad Territorial (IVT), el cual se aborda como “la indefensión que experimentan las comunidades en consecuencia del impacto probado por el conflicto armado y/o la criminalidad, así como a la capacidad de manejo de recursos y estrategias para enfrentar dichos fenómenos desestabilizadores” (DNP, 2015. p: 7). En este informe oficial, la organización dispone de seis categorías para analizar a sus territorios (Atención Humanitaria, Seguridad, Justicia, Desarrollo social, Desarrollo económico, y Gobernabilidad), ponderándose en Bajo, Media baja, Media, Media alta y Alta. Para el año de su publicación, el promedio nacional se ubicaba entre los rangos Media y Media alta, exhibiendo problemáticas de desarrollo social, económico y de gobierno (DNP, 2015).

Así mismo, esta entidad es la encargada del Sisbén, un sistema de encuestas diseñado para obtener información de las condiciones socioeconómicas de las familias colombianas, clasificándolos según sus capacidades para generar ingreso y desarrollo de la calidad de vida. En los últimos años, se implementa la metodología llamada “Sisbén IV” que simplifica la categorización de las variables valoradas, estableciendo claras diferencias entre los grupos poblacionales focalizados (DNP,2020).

Esta actualización configuró a los grupos con letras y números, siendo la letra (A, B, C, D), la determinante de la noción, y el número un criterio de ordenamiento interno, quedando codificado así: Los A, llamados “Pobreza extrema”, son las personas que poseen una menor capacidad de generar ingresos, su bienestar es apoyado por los programas asistenciales del gobierno central. Los B, “Pobreza moderada”, están compuestos por hogares pobres, pero con una mayor cabida para sostener autónomamente su economía. Los C, “Vulnerabilidad”, son constituidos por la población en riesgo a caer en condición de pobreza. Por último, los D, “Ni pobre, ni vulnerable”, familias con una base económica que permite satisfacer sus necesidades básicas y proyectar recursos para el mejoramiento continuo de su calidad de vida (DNP, 2020).

En contraste con el caso colombiano, encontramos a Brasil, en específico, a su ciudad insignia, São Paulo, y su “Índice Paulista de Vulnerabilidad Social” (IPVS), estableciendo seis grupos de vulneración.

El primero engloba los sectores con mejor economía, responsables de domicilios con altos niveles de renta y escolaridad, con un factor de longevidad elevado; en el segundo, se

concentran familias con anualidades promedio o altas, conformadas por personas adultas sin hijos a su cargo, para el tercero ya aparece la vulnerabilidad, aunque en un nivel bajo, con perfiles de trabajadores jóvenes que inician su independencia (Pavarini et al., 2009).

El cuarto grupo, presentan familias compuestas por parejas jóvenes con niños pequeños, que no pueden destinar grandes recursos a la renta y la escolaridad; el penúltimo sector es de vulnerabilidad alta, englobando a la población con peores condiciones socioeconómicas que los anteriores, siendo formadas por parejas de adultez madura o mayor al cuidado de niños pequeños. Y la sexta clase, los de vulnerabilidad muy alta, son la combinación de sus dos predecesores, pues ubican dentro de una residencia a una gran cantidad de personas de diferentes generaciones, obstaculizando significativamente su capacidad de ahorro o de inversión social (Pavarini et al., 2009).

2.2.2.1. Calidad de vida

Este concepto se remonta a la época del despliegue que afrontó Estados Unidos luego de ganar la segunda guerra mundial, puesto que el gobierno central estaba muy interesado en conocer la percepción de sus habitantes sobre sus condiciones de estabilidad económica y financiera, tras los conflictos internacionales que se extendieron por varios años y que generaron estrés y zozobra entre sus pobladores (Urzúa & Caqueo-Urizar, 2012).

El término posee diversas definiciones, pero se pueden consolidar en, la sensación de bienestar personal derivada de la satisfacción de las necesidades materiales, estructurales y personales; valorando criterios culturales, socio normativos y ambientales para determinar el

nivel cuantificable de condiciones de progreso en el individuo (Urzúa & Caqueo-Urizar, 2012; Robles-Espinoza et al. 2016).

Para comprender la calidad de vida, debemos revisar los elementos que la componen, macrosistemas que engloban aspectos de la salud, psicológicos, económicos, educativos y culturales; que configuran el grado de funcionalidad y vitalidad. Urzúa & Caqueo-Urizar, (2012) categorizaron los componentes que conforman y determinan la cuantificación de la calidad de vida, el primero de ellos son las Condiciones de vida, criterio medible por la salud física y relaciones sociales, aclarando que, aunque no existen parámetros universales para esta medición, estas piezas son comúnmente asociables a una jerarquía social elevada o un alto status. El siguiente es la Satisfacción con la vida, siendo la sumatoria de la interpretación de su realidad con base a los recursos sociales, económicos y/o políticos adquiridos por su esfuerzo y dedicación.

En este punto, investigadores como Verdugo et al. (2005) proponen el dilema de consciencia o la introspección, argumentando que esto puede ser subjetivo, ya que el autoconcepto de cada persona, puede alterar esta reflexión, llevando a percibir un mejor o peor grado de autorrealización con respecto a la realidad. Y un último elemento que se incorpora en la fórmula de la calidad de vida son las creencias personales o los valores de crianza, los mismos afectan la capacidad de afrontamiento del individuo ante las eventualidades que pueden inestabilizar sus condiciones actuales, llevando a que un mal sistema de creencia afecte las decisiones que deba tomar, y lo condenen al deterioro súbito o progresivo de los recursos físicos, mentales, económicos o sociales.

Sin embargo, Robles-Espinoza et al. (2016) concuerdan que la calidad de vida debe medirse por elementos Objetivos como la armonización con el ambiente y su comunidad, ubicando en este estamento los recursos tangibles; y por elementos Subjetivos como el nivel de intimidad, la capacidad de expresión emocional, la seguridad y la salud percibida; debido a que estos permiten identificar al sujeto cuando se encuentra dentro del sistema social.

La vulnerabilidad, como variable investigativa, nos conecta con el poco acceso a los recursos tecnológicos y de conectividad, junto a otras situaciones que impidieron que la dinámica familiar y el desempeño escolar de los estudiantes se mantuviera estable durante la contingencia covid-19, originando el incremento en los niveles de estrés, que desencadenaron las alteraciones conductuales y emocionales.

2.2.3. Aprendizaje remoto

Una de las variables que integra esta investigación es el Aprendizaje Remoto o virtualidad, debido a que fue la metodología de enseñanza que se impuso como respuesta a las medidas de confinamiento. Sin embargo, en los contextos con los que interactúa la institución no fue posible una aplicación apropiada, pues este modelo requiere herramientas y servicios que no están al alcance de toda la población, convirtiéndose en una de las causas de estrés por el incumplimiento de los deberes entre los años 2020 y 2021.

Sus definiciones van desde lo expuesto por Expósito & Marsollier (2020), quienes argumentan que es la educación a través del ciberespacio, mediada por una conexión de internet que no necesita tiempo específico para establecer un escenario de comunicación; su objetivo es

potenciar el rol activo y colaborador del aprendiz, logrando unas características singulares para experiencias significativas. Por otra parte, Salgado (2015) la encuadra bajo un sentido de comunidad de indagación, que facilita la elaboración del significado a partir de la relación entre tutor y estudiante.

Durante sus inicios, se proyectaba con gran expectativa como la herramienta que “llena los espacios vacíos que la educación presencial no puede realizar” (López, 2019. p: 62), estructurando una serie de fortalezas como el manejo eficiente de programas ofimáticos, una estimulación de la creatividad y la capacidad para resolver problemas, un mejoramiento de los hábitos de lectura y/o un aumento de las competencias de análisis crítico y diferencial orientado a la acción. Estas habilidades prometían una automatización para que el joven pudiera desenvolverse ágilmente en sus entornos cotidianos, profesionales o personales. Aun así, los defensores no desconocían sus dificultades, como el poco acceso a las herramientas tecnológicas y de conectividad, la inadecuada gestión del tiempo, la reducida competencia de lectura y/o la priorización de los deberes académicos sobre las actividades de ocio (López, 2019).

Según Salgado (2015) la implementación Hispanoamérica se cierne más a una “tecnología instruccional”, puesto que el dispositivo central es la computadora, recurriendo a una interacción unidireccional donde el docente trasmite su conocimiento y el estudiante aprobaba a través de los documentos enviados por la plataforma institucional, manteniendo así el conductismo de la educación magistral tradicional. Lo anterior motivó a que los jóvenes desertaran o perdieran su interés en construir solo productos de aprendizaje encasillados en rúbricas de evaluación estrictas.

El autor expone que el cambio a la cultura de la virtualidad es inminente, ya que progresivamente toda la población va a priorizar estos servicios como una necesidad básica, por ello, exhibe algunas de las tendencias educativas que se están gestando en el mundo. En este repertorio encontramos el Aprendizaje móvil (m-learning), mediado por dispositivos móviles y aplicaciones específicas que facilitan el procesamiento de la información hacia el conocimiento; también las Plataformas de gestión de aprendizaje (Learning Management Systems o LMS), siendo un tipo de red social que utiliza componentes de conexionismo para incentivar la participación estudiantil; o la Gamificación/aprendizaje basado en juegos, dos estrategias en las que se implementan elementos de los videojuegos dentro de la planeación educativa, construyendo una secuencia que incentive la consecución autónoma de los retos para el aprendizaje (Salgado, 2015).

Todos los investigadores consultados en este apartado coinciden que durante la pandemia por covid-19 se evidenció una brecha digital en Latinoamérica, convirtiéndola en un factor de desigualdad social, debido a la falta de implementación y capacitación de los docentes o el reducido acceso a los servicios de red.

2.2.4. Salud mental

La otra variable que integra esta investigación es la Salud Mental, siendo el factor de bienestar que más se afectó debido a la inexperiencia de los colombianos para el reconocimiento y gestión de sus emociones, sumado a la inestabilidad económica, laboral y política; generó una fuerte sensación de frustración y desesperanza que elevó la aparición de alteraciones

conductuales y emocionales. En este apartado se realiza una revisión conceptual del término para evidenciar la visión de deterioro psicopatológico y de salud pública acontecido por la incertidumbre de los últimos dos años.

Así mismo, el covid desencadenó una serie de oleadas asistenciales en salud, por ello, Pedreira (2020) la delimitó en cuatro fases, la primera se centró en la atención directa a los afectados por el virus, cuya curva de contagio y mortalidad fue intensa como consecuencia del desconocimiento del fenómeno y su manejo. La segunda ola, inicia cuando disminuye la cifra de internación en emergencia de los infectados, es constituida por el gran requerimiento asistencial de pacientes no covid, que represaron sus intervenciones por la priorización del servicio para los primeros, o por temor a inocularse del patógeno que podría empeorar su comorbilidad; esta fase no obtuvo un pico muy elevado porque se liberaron las urgencias de los principales centros médicos.

La tercera ola se conecta con la anterior, puesto que se ubican los perecientes de enfermedades crónicas de alto nivel, que también aplazaron sus controles por culpa de la derivación del personal para atender la demanda explosiva del siniestro sanitario. La última etapa tiene un elemento interesante, ya que esta no arranca secuencialmente con las anteriores, la misma se manifiesta desde el inicio, pero solo se le da relevancia cuando la atención en salud física comienza a estabilizar sus protocolos y estrategias de intervención. Para este momento se vuelve evidente las repercusiones en el bienestar mental de los pacientes internados y/o de personas que recurrían a emergencias por cuadros sintomáticos de ansiedad, depresión y estrés.

Por lo anterior, el autor refiere “a lo largo de la pandemia, las afectaciones de los mecanismos emocionales y mentales comenzaron a repuntar tenuemente, ocasionando que su pico se encuentre más elevado que las demás” (Pedreira, 2020. p: 3).

Esto nos obliga a reflexionar sobre el significado de la salud mental, quien en su definición la Organización mundial de la salud, la construye como "un estado de bienestar que permite a los individuos afrontar el estrés y trabajar de manera productiva para contribuir en su comunidad" (OMS, 2004. p: 14); el inconveniente es que esta reseña es de hace casi 3 décadas, antes de eventualidades de impacto global más allá de la pandemia del SARS Cov2, lo que ha puesto a prueba las herramientas personales, físicas y emocionales, inestabilizando las dinámicas funcionales de la sociedad, especialmente de la fuerza laboral (Ramírez & Velasco, 2021).

Estas cabezas de familia generaron un estado de alerta constante que afectaron a sus cuidadores, protegidos y semejantes; manifestando alteraciones psicológicas relacionadas con el ánimo, la irritabilidad y agresión, en un periodo de temporalidad menor de lo escrito en la literatura contemporánea. En definitiva, se han golpeado a todos los escalones socioeconómicos, pero se ha ensañado con las personas con bajos ingresos económicos (Sáez-Delgado et al., 2020).

Sin embargo, los grandes perdedores fueron los niños y los adolescentes, sujetos en condición de indefensión generacional, que se vieron obligados a adoptar mecanismos reactivo-adaptativos frente a las problemáticas suscitadas al interior de sus hogares. El desescalamiento de la salud mental de los jóvenes inicia cuando ordenan cerrar los recintos académicos,

obligándolos a exponerse al desosiego e incomodidad que revelaban sus progenitores (Pedreira, 2020).

Desde el punto de vista psicopatológico, desarrollaron expresiones distorsionadas multidimensionales, exteriorizando reacciones somáticas como cefaleas, perturbación del sueño y obesidad; pasando por alteraciones conductuales como aislamiento, apatía, consumo de sustancias, conductas agresivas y negativistas; continuando con respuestas emocionales como variaciones en el humor, baja tolerancia a la frustración y pensamientos obsesivos con relación a la muerte, lo que conllevó a percibir disfuncionalmente el fallecimiento de allegados, decantando procesos de duelo distorsionados con gran resistencia al tratamiento (Paricio & Pando, 2020).

Aun así, la contingencia trajo consigo nuevos modelos de intervención psicosocial para el bienestar mental, tomando como base el acceso a la información por medios digitales y los paradigmas que se han desarrollado por datos malinterpretados o malintencionados, Huarcaya (2020) expuso dos enfoques que se están ejecutando en China:

El primero fue el desarrollado por Kang, donde distribuye las funciones de atención en 4 niveles interrelacionados: Apoyo psicológico en línea, Respuesta psicosocial, Intervención y apoyo, y Equipo médico de intervención psicológica; gráficamente a los responsables de promover la estabilización emocional de los habitantes.

El otro modelo está enfocado al manejo de las fuentes de comunicación y a la utilización de los servicios de salud mental, Bao, su creador, dispuso de un flujograma que inicia: Evaluando la precisión de la información divulgada, Mejorando los sistemas de apoyo social,

Eliminando el estigma asociado a la pandemia, Manteniendo una vida normal en condiciones seguras, y finaliza con Utilizar la red de asesoramiento psicosocial (Huarcaya, 2020).

Todo lo anterior nos demuestra como las naciones deben reestructurar la institucionalización de los sistemas para afrontar la gran demanda de síntomas asociados al malestar psicológico.

2.3.Marco legal

En la consolidación del repertorio jurisprudencial que acompaña la investigación, se realizará un recorrido histórico de las normas que han abordado la promoción, prevención y atención de la salud mental en Colombia. También se expondrán los deberes de la educación con el bienestar emocional de sus estudiantes, finalizando este apartado con algunas regulaciones por covid-19 que impactaron a las familias colombianas, desencadenando alteraciones conductuales por el aumento exponencial en los niveles de estrés de sus miembros.

Iniciamos con el Decreto 3224 de 1963, con el cual se operacionaliza la Ley 21 de 1963, convirtiendo a la asistencia pública en una función del estado, procurando el bienestar. Estos servicios se presentan como un conjunto de actividades lideradas por el gobierno central para preservar la salud, tratar la enfermedad, rehabilitar a los incapacitados y resguardar a la niñez abandonada.

En este marco de protección encontramos en su artículo 33 las funciones en torno a la salud mental de los colombianos, atribuyéndose la tarea de estudiar los factores que inciden en la

estabilidad psicológica, determinando las consecuencias, para elaborar herramientas que promuevan la higiene mental y prevengan conductas degenerativas del ser.

A través de las décadas posteriores no se realizaron cambios significativos para el manejo de la salud mental, por ello la Ley 21 de 1963 ayudó a cimentar las bases para la construcción de la norma general de educación, la Ley 115 de 1994, cuyo artículo 92 favoreció el pleno desarrollo de la personalidad del educando, recordándole a la familia y a la escuela sobre su labor en la formación de valores éticos, estéticos, morales y ciudadanos; ordenando acciones pedagógicas que favorezcan las habilidades de los jóvenes colombianos.

Por esto, el Ministerio de Educación Nacional, utilizó el artículo 40 del Decreto 1860 de 1994 para crear el Servicio de Orientación Escolar, generando el cargo de Docente Orientador, siendo ocupado por un profesional humanista con formación clínica/social para contribuir en la identificación y solución de los conflictos personales o familiares que puedan afectar el bienestar emocional y/o repercutan en el rendimiento académico de los niños, niñas y adolescentes.

En la última década del siglo XX se fortalecieron varias líneas de acción para el bienestar de los ciudadanos, una de ellas se presenta en la Resolución 2358 de 1998, la Política Nacional de Salud Mental, dictando las normas científicas que regulan la calidad de los servicios y programas para la prevención de la enfermedad, mediante la intervención de los factores de riesgo asociados. Su Capítulo II exhibe las áreas de operación, priorizando la vigilancia epidemiológica e incluyendo componentes para el mejoramiento de los hábitos de vida, control de trastornos

psiquiátricos, la estimulación cognitiva a temprana edad, la reducción de conductas violentas contra la niñez y el apoyo integral a la población en condición de discapacidad.

Aun así, la Ley 1122 de 2007, realiza modificaciones al sistema general de seguridad social para darle relevancia y prioridad a la atención al usuario en el servicio de salud, en su artículo 32 y 33 se le garantiza una mayor inversión al Plan Nacional de Salud Pública desde su componente epidemiológico, como a la mitigación de factores de riesgo y la atención en salud mental en todas las empresas promotoras de servicios.

En el nuevo milenio el Instituto de Bienestar Familiar y la Policía Nacional, alcanzaron la sanción del Código de la infancia y la adolescencia a través de la Ley 1098 de 2006, cuya finalidad es garantizar un ambiente de comprensión y seguridad en el hogar para todos los infantes dentro del territorio nacional. Con el artículo 20 se fortalecieron los derechos de protección de los niños, alejándolos de situaciones como el abandono físico y emocional, la explotación económica, la adquisición de conductas adictivas, el abuso sexual, entre muchas más eventualidades que rivalizan con el sano desarrollo del individuo. Para ello, en los artículos 39, 44 y 46, se ordenó el empoderamiento de las familias, las instituciones educativas y el servicio de seguridad social, para afianzar las condiciones que permitan el crecimiento funcional de esta población.

Años después, el Congreso de la República desarrolló la Ley 1361 de 2009, estableciendo la protección integral a la familia. Por lo anterior, en el artículo 3, se definieron los principios rectores para salvaguardar la integridad de cada uno de sus miembros, y en el artículo 4, se

mencionaron los derechos asignados como trabajo digno, entorno libre de violencia, educación, salud, armonía e igualdad, entre otros. Aunque también en el artículo 5 se recordaron sus deberes con sus custodios, todo esto encaminado a consolidar los elementos básicos para la implementación de la Política Nacional de apoyo y fortalecimiento a la familia (Art. 11), en la cual se determinaron competencias de formulación y ejecución a las entidades gubernamentales competentes.

Una de las responsabilidades adquiridas para la protección integral de la familia, fue la publicación de la Ley 1959 de 2019, donde se modificó el artículo 229 de la Ley 599 del 2000, la tipificación del delito por Violencia Intrafamiliar, estableciendo medidas penales a cualquier ciudadano que maltrate física o psicológicamente a su cónyuge, hijos, padres o acompañantes en el hogar.

Otro compromiso otorgado por la Ley 1361 de 2009, fue la creación del Plan Decenal de Salud Pública 2012 – 2021, con la finalidad de avanzar hacia el goce efectivo del derecho inalienable a la salud, reduciendo progresivamente las brechas de inequidad social, cultural, económica y ambiental que afectan la calidad de vida de los colombianos.

El documento aborda la conceptualización y líneas de acción en todas las dimensiones de la salud del ser humano, desde el cuidado en su gestación hasta el adecuado manejo de la vejez. Por tanto, en su numeral 7.3.3.2 desarrolla el componente de Prevención y atención integral a trastornos mentales y diferentes formas de violencia, cuya misión se encamina a la

identificación, promoción, fortalecimiento y/o intervención de factores de riesgo que incidan en el bienestar psicosocial de la población.

Uno de los resultados directos del plan decenal fue la aprobación de la Ley 1616 de 2013, en la cual se expiden las disposiciones para garantizar el abordaje de la salud mental en Colombia. En su artículo 4, se orienta la estructuración de programas que beneficien a todos los tipos de población existentes, a su vez el artículo 5 define los conceptos básicos de la dimensión para estandarizar los procesos o protocolos que requiera esta atención, estableciendo la ruta para la promoción del bienestar psicológico y la prevención de los trastornos socioemocionales (Art. 7).

Aun así, el capítulo V presenta la atención preferente para los menores de edad, determinando en su artículo 24 las formas de integración escolar, y los servicios especializados a los que tienen derecho como ciudadanos de protección especial. En este documento se sigue reforzando el trabajo epidemiológico, puesto que en su artículo 32 y 35 constituyen el Observatorio Nacional de Salud, y a su vez generan las rutas de acción intersectorial (Art. 33).

Esta propuesta presenta concordancia con el Plan de acción integral sobre la salud mental presentada por la Organización Mundial de la Salud para el periodo 2013 – 2020, exhibiendo el panorama global, expresando que la pobreza, el maltrato o el abandono son los factores más determinantes para que se desarrollen alteraciones conductuales y emocionales, resultando en un aumento desproporcionado del consumo de sustancias, los intentos de suicidio y el ingreso a

urgencias psiquiátricas; instando a las naciones a reforzar y fiscalizar los programas de promoción de primer nivel que puedan satisfacer las necesidades básicas de toda su población.

Para el 2020, estalló en todo el mundo la emergencia sanitaria por Sars Cov2, lo que motivó a los países a adoptar medidas para prevenir el contagio. En Colombia, la Resolución 385 de 2020 y el Decreto 417 de 2020, definieron el inicio de la pandemia y generaron mecanismos de confinamiento y restricción que afectaron la calidad de vida de las familias.

Esta investigación se centra en la población de los ciclos de formación básica escolar, en este sentido la Circular 021 de 2020 del Ministerio de Educación Nacional, es relevante debido a que en ella se dio inicio a la metodología de aprendizaje remoto, entregando orientaciones generales para el desarrollo de la labor docente durante el periodo de la emergencia sanitaria. Igualmente, otra Circular ministerial de gran relevancia es la 026 de 2020 expedida por la cartera de salud, con la cual se direccionan los servicios de promoción de la convivencia y cuidado de la salud mental desde la atención sincrónica por medios digitales, invitando a las personas afectadas por la contingencia a utilizar la asistencia para el acompañamiento psicoemocional.

Este recorrido histórico nos enseña que Colombia tiene un soporte jurídico muy fuerte en relación con la implementación de programas de salud mental y bienestar socioemocional. Aunque el inconveniente de los elevados índices de violencia intrafamiliar, consumo de sustancias, conductas suicidas e ingreso a urgencias psiquiátricas, puede deberse a una torpedeada ejecución de los recursos económicos y de talento humano.

Para el 2022 se actualiza el Plan Decenal de Salud, abarcando una temporalidad hasta el 2031, proponiendo metas que logren disminuir las consecuencias intersectoriales que dejó el Covid-19.

2.4.Marco contextual

La investigación se ejecutó en la institución educativa Puerto Santander, ubicada en el municipio de Puerto Santander, perteneciente al área metropolitana de Cúcuta, Norte de Santander.

El área metropolitana de Cúcuta se ubica geográficamente en la región oriental del departamento de Norte de Santander y está constituida junto a los municipios de Villa del Rosario, Los Patios, El Zulia, San Cayetano y Puerto Santander.

Los actuales terrenos del municipio fueron ocupados por los indios Motilonos que se extendían hasta el pie de monte andino y la serranía de los Motilonos. Los primeros datos de poblamiento se remontan al año de 1864; iniciada por don Juan Aranguren, ciudadano venezolano, celebrando un contrato de concesión con el estado soberano de Santander para desarrollar un camino de herradura desde San José de Cúcuta al Puerto de San Buenaventura culminándolo en 1876. En 1877 se inaugura el ferrocarril de Cúcuta, con la construcción de 13 estaciones, incluyendo a Puerto Santander, pues los barcos descargaban distintas mercancías, las cuales eran transportadas por el ferrocarril para surtir las casas comerciales de Cúcuta. Por todo lo anterior Puerto Santander tuvo gran importancia estratégica en lo comercial. El municipio fue inicialmente una hacienda, llamada "Las Virtudes" que pertenecía al corregimiento Puerto

Villamizar, en 1926, su nombre cambió a Puerto Santander, impuesto por la compañía férrea, quien construyó el Puente Internacional Unión; ya para el 1993, la ordenanza departamental No. 80, dio a Puerto Santander la categoría de municipio (García, 2011; Unidad de Gestión del riesgo y desastres, 2013).

Según los datos oficiales extraídos de los resultados del censo 2015, el área metropolitana cuenta con 1'082.632 habitantes, específicamente en el municipio de Puerto Santander residen 10.249 habitantes (Cúcuta como vamos, 2015), sin embargo, este número aumenta significativamente debido a que albergan gran población flotante originaria de la movilización binacional, su economía se centra en el comercio, la ganadería, la pesca artesanal y la agricultura (Ayala, 2021).

El estudio se ubica geográficamente en la Institución educativa Puerto Santander, abarcando su zona de influencia a los barrios Bertrania, Villa Teresa, 23 de abril, Porvenir, el Bosque, junto a unos asentamientos humanos que están siendo reconocidos por el gobierno municipal; también atienden estudiantes provenientes de Venezuela, aprovechando la cercanía limítrofe con los sectores de Boca de grita y Orope, estado Táchira.

Las familias están conformadas por trabajadores operativos y vendedores ambulantes, con ingreso promedio de un salario mínimo por persona, una comunidad sin planificación y supervisión, donde el desempleo, la inseguridad y la informalidad le abren paso a la ilegalidad con el fortalecimiento de milicias urbanas que controlan el tráfico de drogas (Diario La Opinión, 2016; Colmenares, 2021).

A pesar de todo, la Institución Educativa Puerto Santander ha permanecido apoyando la formación académica de los menores de edad durante los últimos 50 años. La historia del centro académico inicia en el año 1969, con la construcción de la Escuela rural de varones, quien funcionaba en una casa arrendada con dos salones para impartir conocimientos a niños de los grados segundo, tercero, cuarto y quinto. Unos años más tarde se inaugura la escuela rural de mujeres, en donde hoy funciona el puesto de Policía municipal. Para el año 1983, el monseñor Leonardo Gómez Serna, gestiona la edificación de otra sede institucional para atender a 90 niños de los grados iniciales, utilizando sillas fabricadas en caña brava y silla de cajas de tomate. Con los años, junto con el apoyo de la comunidad, se logra construir la cancha múltiple de la Escuela Integrada, quien paso en 1994 a optar el nombre de Escuela Rural Integrada Puerto Santander (Institución educativa Puerto Santander, 2018).

Solo hasta el 30 de septiembre de 2002, el decreto 00861 unifica todos los centros educativos del municipio y crea la Institución Educativa Puerto Santander, brindado un servicio educativo integrado para más de 1670 estudiantes en los niveles de preescolar, básica primaria y media técnica (Institución educativa Puerto Santander, 2018).

2.5.Glosario de términos

Afrontamiento: Conductas intencionales y deliberadas que tiene el sujeto ante situaciones conflictivas o estresantes (Marsollier et al. 2009).

Agente estresante: Es un factor externo que desempeña un papel incipiente en la respuesta de estrés en el individuo, están comúnmente asociados al contexto o a la condición de vulnerabilidad (Segura,2015).

Agotamiento emocional: Es la disminución de energía, sentimiento de desgaste emocional y físico, asociados a una sensación de frustración y fracaso (Barreto & Salazar, 2020).

Alienación social: Circunstancias sociales que afectan al sujeto en su proceso de autoconstrucción. (Ache, 2021).

Conductas de riesgo: Es toda conducta manifiesta que atente contra el desarrollo biológico, psicológico y social. Entre ellas encontramos promiscuidad sexual, el abuso de alcohol, conductas autoagresivas, el consumo de sustancias psicoactivas, entre otras (Salas, 2018).

Diaforesis: Secreción excesiva de sudor causado como reacción ansiosa (Acuña et al. 2013).

Disnea: Sensación de dificultad o incomodidad respiratoria (Quitian et al. 2011).

Distimia: Es un trastorno del humor depresivo caracterizado por un curso crónico o fluctuante de intensidad leve pero que causa un malestar clínicamente significativo (Goena & Morelo, 2019).

Distorsión cognitiva: Son supuestos y creencias que tiene una persona en relación a una situación, facilitan la ocurrencia de ciertos sesgos y errores en el procesamiento de la información (García & Linares, 2019).

Frustración: Son las respuestas de los sujetos ante situaciones en las cuales reciben eventos más negativos a los esperados (Mustaca, 2018).

Homeschooling: Método de enseñanza dirigido desde casa externo al sistema escolar estatal en el cual se prioriza el aprendizaje autónomo y la curiosidad (Hünkar & Güler, 2014).

Indefensión aprendida: Expectativa de imposibilidad de que las condiciones de control cambien en el futuro y puedan favorecer al individuo (Martínez & Rosales, 2019).

Mecanismo de defensa: Estilo defensivo a través de la cual las personas lidian con un conflicto psicológico (Parra, 2015).

Resiliencia: Destreza cognitiva que favorece al ser humano para acomodar su pensamiento, conducta y emoción con base al afrontamiento de una situación estresante (Losada & Latour, 2012).

Signos neurovegetativos: Es la expresión física de la perturbación emocional profunda, el sujeto demuestra un deterioro en sus funciones cognitivas y comunicativas (Chávez, 2015).

2.6.Sistematización de variables

Consiste en el conjunto de procedimientos para medir una variable, es una actividad que desarrolla el observador para recibir impresiones sobre la existencia de un concepto teórico mayor, facilitando la escogencia de instrumentos dentro de la investigación (Hernández-Sampieri, 2018).

A continuación, presentamos el título de la investigación y el objetivo general como referentes contextualizados para desarrollar la tabla que operacionaliza los objetivos específicos para determinar sus variables, indicadores e instrumentos a utilizar.

Tabla 1 Sistematización de variables.

Objetivo específico	Variable	Indicador	Instrumento
Identificar el impacto socioeconómico y cultural por culpa de la pandemia entre las familias de los estudiantes.	Vulnerabilidad Recursos tecnológicos	Afectación de la calidad de vida de las familias Porteñas como consecuencia de las restricciones políticas, sociales y económicas para contener el virus covid-19	Cuestionario
Explorar la percepción de los niveles de estrés en los estudiantes.	Estrés Salud mental	Percepción de situaciones estresantes en los ámbitos de educación y familia junto a su repercusión en la salud de los estudiantes.	Instrumento psicométrico – Inventario de estrés cotidiano infantil (EICI)
Correlacionar la presencia del nivel de estrés y con los elementos involucrados en la condición de vulnerabilidad consecuente de la emergencia sanitaria por Covid-19.	Correlación	Prevalencia de una alta percepción del estrés entre los estudiantes con mayor afección económica y social por la contingencia covid-19.	Codificación y tabulación

3. Metodología

3.1. Tipo de investigación

3.1.1. Tipos de investigación cuantitativa

El paradigma utilizado se centra en el enfoque Cuantitativo, tomando como referencia la conceptualización de Mousalli (2015), señala que el método comprende los procedimientos para la formulación y comprobación de hipótesis, constituyendo un carácter deductivo de los hechos estudiados. A su vez, Hernández-Sampieri (2018) menciona que este tipo de investigación es el más adecuado cuando se busca precisar, explorar o estructurar la existencia de fenómenos; identificando los vínculos causales entre las variables para predecir incidencias en la población estudiada.

El alcance de este estudio es Exploratorio-descriptivo, puesto que examina un problema que nace de la emergencia sanitaria por Covid-19, siendo una variable novedosa que surge desde el 2020 como elemento de investigación, por tal motivo no se conocen todas las consecuencias que esta puede traer en cada uno de los ciclos vitales y esferas sociales del ser humano. Para Hernández-Sampieri (2018) los estudios exploratorios generalmente determinan relaciones potenciales entre variables, indagando ambientes, contextos o situaciones para ser comprendidos. A su vez, el mismo autor determina que los estudios descriptivos pretenden especificar las características de las variables escogidas, para conceptualizarlas y convertirlas en herramientas que nutran investigaciones futuras sobre alguna de las dimensiones que componen el problema o la población.

Para ello, se va a aplicar un diseño No experimental, siendo aquella que se ejecuta sin manipular deliberadamente las variables, observando los fenómenos en su contexto natural, ayudando a determinar las causas o la intensidad de sus consecuencias (Ramos, 2021). Igualmente, se utiliza un corte Transversal, ya que no se va a realizar un seguimiento a los sujetos de estudio más allá de la aplicación del instrumento, evitando un factor de temporalidad que puede distorsionar las manifestaciones de las variables determinadas para el objetivo de investigación (Cvetkovic et al. 2021).

Todo lo anterior lleva a concluir que para alcanzar los objetivos de esta investigación se necesita aplicar un estudio exploratorio-descriptivo con un diseño no experimental de corte transversal.

3.2.Población

Para Moore et al. (2010), población es un grupo de elementos existentes con características compartidas que se pueden cuantificar y clasificar dependiendo del objetivo de la investigación.

La población objeto de este estudio son los estudiantes de segundo grado de primaria de la Institución Puerto Santander, ubicada en calle Principal Barrio Bertrania en el casco urbano del municipio de Puerto Santander, área metropolitana de Cúcuta, Norte de Santander. El claustro presta el servicio educativo en los niveles de preescolar, básica primaria y secundaria académica, junto a un proceso formativo complementario de tipo técnico dirigido por el SENA.

Para este ejercicio académico la población solo va a estar constituida por los 152 niños matriculados del grado segundo de la sede Monseñor Leonardo Gómez Serna, constituidos por un 44,4% de hombres y un 55,6% de mujeres con edades entre 7 y 9 años.

3.3.Muestra

Para Salazar & del Castillo (2018) es un conjunto de elementos seleccionados de una población para obtener conclusiones determinantes sobre el universo de la investigación, en este caso se tomará una muestra finita, puesto que los participantes pertenecen a un grupo definido y localizado.

Para calcular la muestra se aplicó el algoritmo presentando por Aguilar-Barojas (2005) en el cual se toma como unidades de medición: el tamaño de la población (N), el intervalo de confianza (Z), la probabilidad de éxito del evento estudiado (p), probabilidad de fracaso (q) y el porcentaje máximo de error aceptado (e).

A continuación, se exhibe la fórmula utilizada para determinar la cantidad instrumentos para la recolección de datos que se deben aplicar, así como los resultados obtenidos en la operación.

Tabla 2 Calculadora muestral.

Parámetro	Valor
N	152
Z	1,960
p	85,00%
q	15,00%
e	5,00%

El resultado de la operación arrojó una muestra de 89 estudiantes, junto con la ejecución de un proceso de selección aleatorio que determinó que 39,33% sean hombres y el 60,67% mujeres.

En relación con el macroproyecto que dirige esta investigación, a continuación, se presenta la tabla de proporción por género y edad entre las dos instituciones educativas, la primera ubicada en el casco urbano del municipio de Puerto Santander – Norte de Santander, y la otra en la comuna 2, de la ciudad de Bucaramanga, capital de Santander:

Tabla 3 Muestra participantes - Macroproyecto

Institución educativa	Grado escolar	Numero participantes	Género		Edad				
			M	F	6	7	8	9	10
Puerto Santander	2	89	35	54	0	51	34	4	0
La Juventud		75	21	54	12	37	15	8	3
Totales		164	56	108	12	88	49	12	3
%		100%	34%	66%	7%	54%	30%	7%	2%

3.4. Técnicas para la recolección de información

A continuación, se exponen las técnicas de recolección de información que se utilizaron para valorar cada una de las variables del proyecto.

3.4.1. Cuestionario

La primera es el Cuestionario, siendo la secuencia preestablecida de preguntas para realizar sondeos de opinión, que proporciona información idónea para entender o describir el fenómeno investigado. La forma cuantitativa del análisis de sus datos permite la ponderabilidad y organización que resulta en conclusiones concretas y de impacto (Galimberti, 2002). La

herramienta se usó para identificar los factores que predecían el grado de vulnerabilidad o de poco acceso a la tecnología de los estudiantes participantes en la muestra.

En el interior del cuestionario se buscó un contraste sobre las experiencias antes y después de marzo de 2020, determinando es periodo como de corte temporal, pues allí es donde se comenzaron a implementar las acciones de contención de la infección en todo el país.

El instrumento se divide en 5 partes, la primera, Información del estudiante, contempla la recolección de datos de edad, grado, sede del colegio, sexo, barrio de residencia y estrato. Luego se encuentra el bloque Pre-Covid, allí se valoran las características de la vivienda, acceso a servicios públicos y otros temas de economía familiar, el siguiente bloque desarrolla las mismas interrogantes solo que en el contexto Covid/PostCovid. El siguiente bloque indaga sobre la cantidad de contagios en la familia, para ser tomado en cuenta como factor reaccionante al estrés; y la última sección se analiza la capacidad de conectividad que tuvo el estudiante por medio del acceso de los recursos tecnológicos durante la aplicación del aprendizaje remoto.

3.4.2. Inventario de Estrés Cotidiano Infantil - IECI

Ahora bien, el instrumento empleado para medir la variable principal fue el Inventario de estrés cotidiano infantil (IECI), una prueba psicométrica diseñada en 2011 por el equipo de Trianes, su ámbito de aplicación son estudiantes de primaria con edades entre 6 a 12 años, posee 22 ítems con una forma de respuesta dicotómica sobre sucesos cotidianos que predisponen el aumento del estrés en los niños.

Su fundamentación teórica se concibe desde la perspectiva de Warner quien asociaba al estrés cotidiano como un factor de inadaptación social; la prueba delimita tres factores: la Salud, la Escuela y la Familia; el primero se relacionaba con los sentimientos de incapacidad, dependencia e irritabilidad que terminan estando asociados a las manifestaciones de baja autoestima, ansiedad y depresión. El segundo, revisa la desconfianza, la actitud hostil hacia el colegio, las quejas somáticas y el bajo rendimiento académico. El tercero refleja aislamiento y conflictos entre las relaciones interpersonales en los niveles filiales y/o fraternos.

Estos bloques pueden analizarse de manera independiente o global, por ello se establece un rango de puntuación en el cual un resultado de 0 a 55, evidencia ausencia de problemas significativos de estrés; de 56 a 65, indica presencia de sintomatología leve; y una puntuación mayor a 66 demuestra criterios de sintomatología grave. En este sentido, unos niveles de escala bajos se proyectan como una buena calidad de vida por medio de la adaptación socioemocional a sus esferas de familia y escuela. Sin embargo, una percepción alta, exhibe una falta de integración personal, debido a la gran demanda hacia el niño o a la inmersión de problemas, sucesos o preocupaciones que sobrepasan sus capacidades generacionales.

Traines et al. (2009) valoraron sus propiedades psicométricas, e identificaron un nivel de validez confiable y estable en el tiempo con base en su resultado de Alfa de Cronbach de 0.70, otorgando una idoneidad y fiabilidad plena ante el fenómeno, con una estabilidad entre sub escalas oscilatoria de 0.61 y 0.81.

3.5. Procesamiento de la información

Para el procesamiento de la información obtenida por la aplicación de los cuestionarios a las familias y de la prueba psicométrica a los estudiantes, se procedió a codificar los datos, ordenando en categorías y convirtiendo en cifras numéricas cada una de las opciones de respuesta, proporcionando identificadores homogeneizados que faciliten la filtración y comparación para su análisis; generando una matriz por cada niño participante respecto a los resultados del cuestionario y el test (Monge,2015).

Posteriormente, luego de confeccionar la matriz, se procedió a tabular, concentrando la información en tablas, contando con unidades ubicadas simultáneamente para filtrar y determinar dos o más variables, permitiendo el cruce y la correlación en el conteo de las frecuencias numéricas (Estrella,2014).

4. Resultados de la Investigación – I.E. Puerto Santander

Los resultados que se presentan a continuación buscan cumplir con los objetivos específicos de esta investigación, por tal motivo se exhiben a partir de las variables, revisando los datos arrojados por la prueba psicométrica IECI delimitándolos por género y edad. A su vez, se cotejaron las respuestas de las encuestas aplicadas a las familias de los participantes para evaluar su capacidad de conectividad, su aprendizaje remoto, y su estabilidad de la calidad de vida con relación al impacto socioeconómico por la contingencia Covid-19.

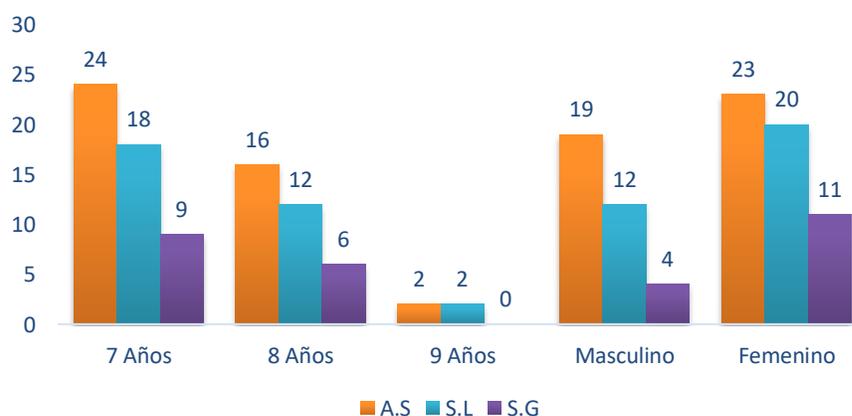
4.1.Estrés

El Inventario de Estrés Cotidiano Infantil se divide en 4 escalas Salud, Educación, Familia y Escala global; determinando 3 categorías de gravedad: Ausencia de sintomatología (A.S.), Síntomas leves (S.L.), y Sintomatología grave (S.G.).

A continuación, se presentará cada escala organizando la información en Género y Edad.

4.1.1. Salud

Figura 1 Escala Salud (test IECI)



La gráfica presenta como los estudiantes de 7 años representan el 57,3% de la totalidad de la muestra, a su vez 47% de ese grupo se ubica como ausencia de sintomatología, el 39% demuestra una presencia leve y el 17% internaliza reacciones graves.

La edad de 8 años, es decir, el 38,2% de los valorados, logra distribuir su población en 47% para la ausencia de síntomas, el 35% en presencia leve y 18% para sintomatología grave. Sobre el grupo poblacional más reducido, con un 4,5%, los estudiantes de 9 años se ubican en partes iguales del 50% entre las dos primeras categorías.

También se observa como las mujeres abarcan el 61%, sin embargo, el 42% no manifiesta síntomas de estrés, el 37% identifica una inestabilidad leve en su salud y el 20% percibe una repercusión aguda. Mientras, los hombres, quienes ocupan el 39%, sitúa a los niños en un 54%, 34% y 11% respectivamente.

4.1.2. Educación

Figura 2 Escala Educación (test IECI)

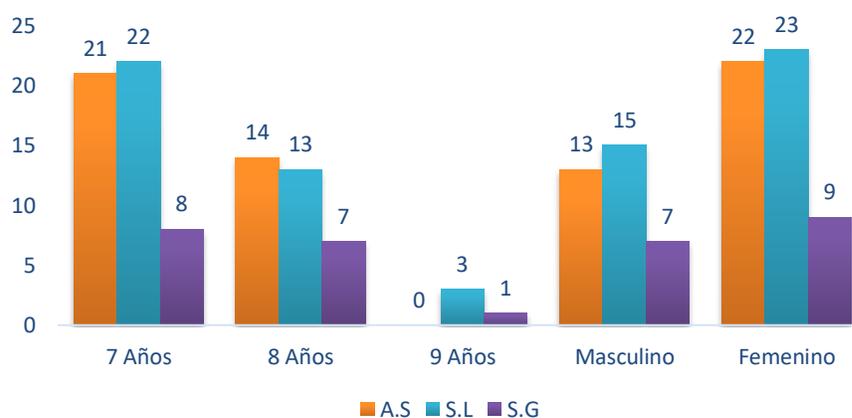


Con relación a la escala de Educación como detonador del estrés durante el periodo de aprendizaje remoto, encontramos que la gráfica exhibe que los niños de 7 años se distribuyen en un 37% sin presencia de respuestas al estrés, un 51% con reacciones mínimas, dejando al 12% con distorsiones de conducta y pensamiento graves. Los estudiantes de 8 años se dividen equitativamente con un 44% entre las dos primeras categorías y con un 12% en la final. Para los de 9 años, la ausencia de síntomas y la presencia grave ubican un 25% de la población cada uno, en cambio, la presencia leve comprende 50%.

Sobre el género, la población masculina, exhibe al 40% con una ausencia de síntomas, el 49% con presencia leve y al 11 con una sintomatología grave; sin embargo, las estudiantes femeninas, se distribuyen en 39%, 48% y 13% respectivamente.

4.1.3. Familia

Figura 3 Escala Familia (test IECI)



La familia, el principal círculo de interacción durante el confinamiento por Covid-19, afectó a los educandos de 7 años, en un 41% quien no presentó reacciones, el 43% solo

exteriorizó respuestas leves y el 16% si sintió un impacto importante en su repertorio de salud mental. Los niños de 8 años dividieron sus resultados en 41%, 38% y 21%; y los chicos de 9 años, ubicaron a su mayoría con el 75% en la categoría de sintomatología leve y el 25% en grave, dejando vacía la ausencia de síntomas de estrés. Respecto al género, las niñas se distribuyeron en 41%, 43% y 16%, mientras los niños lo hicieron en 37%, 43% y 20%.

4.1.4. Escala Global

Figura 4 Escala Global (test IECI)



La última escala que ofrece el test nos presenta la sumatoria de los resultados anteriores, ubicando de manera global a los niños valorados.

En el gráfico se expone como los niños de 7 años, demuestran ausencia de síntomas de estrés en el 39% de los casos, presencia leve en el 31% y grave en un 29%. Paralelamente, los de 8 años, exhiben ausencia en el 45%, una levedad en el 30% y una agudización entre el 24% de los educandos. En cambio, los de 9 años, exteriorizan conductas asociadas a estrés leve en el 75% de los casos, y solo gravedad en el 25%.

Respecto al género, los hombres, tienen un 37% de ausencia, 43% de presencia leve y un 20% conductas graves, sin embargo, el 43% de las mujeres no perciben síntomas de estrés, el 26% lo perciben levemente y el 31% es consciente de las conductas manifiestas por la alta exposición al estrés.

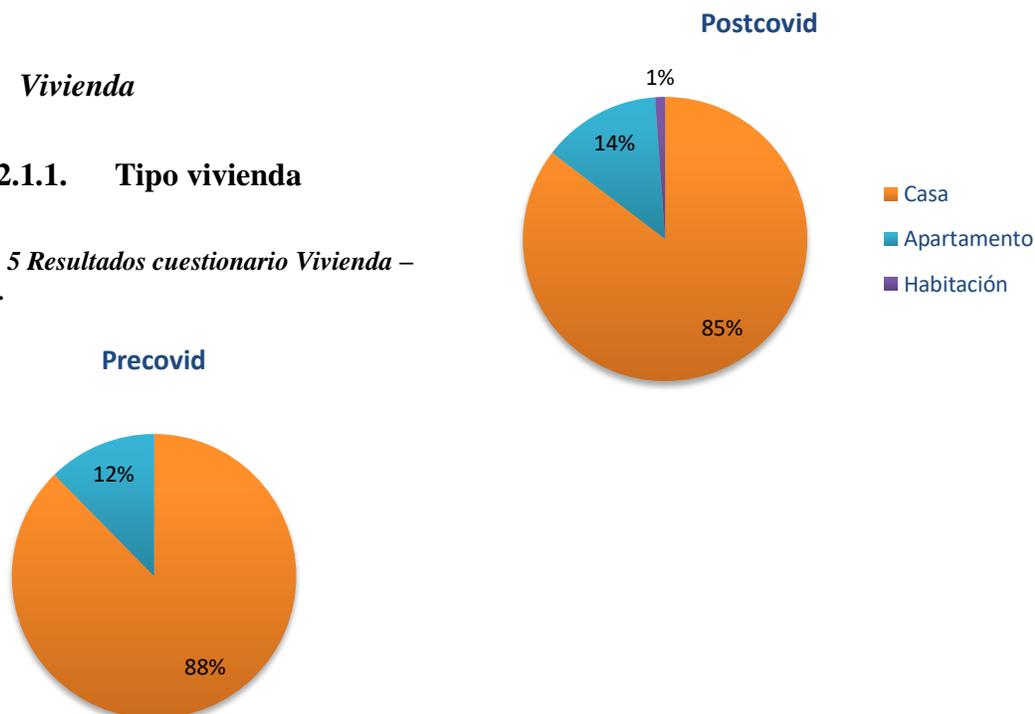
4.2.Vulnerabilidad

A continuación, se muestran las diferencias entre la percepción de los encuestados sobre su calidad de vida antes de la contingencia Covid-19 y después de haber cesado las medidas de contención económica y social, a la primera medida se denominará “Precovid”, a la segunda “Postcovid”, la población valorada fueron los padres de familia de los participantes de la prueba IECI.

4.2.1. Vivienda

4.2.1.1. Tipo vivienda

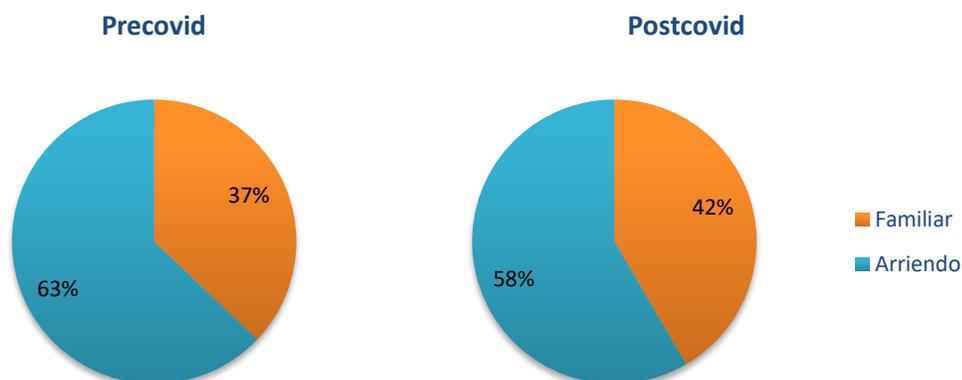
Figura 5 Resultados cuestionario Vivienda – tipo de vivienda.



La gráfica expone que antes de la contingencia sanitaria por Covid-19, el 88% de las familias habitaban en casas, y solo el 12% residía en edificios de apartamentos. Sin embargo, luego de la emergencia, el 85% se mantuvo habitando casas, el 14% pasó a vivir en apartamentos y el 1% decidió residir en habitaciones.

4.2.1.2. Clase de tenencia

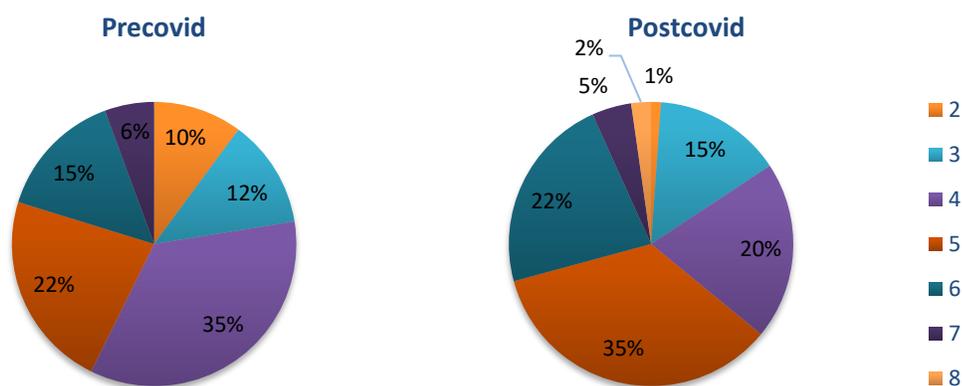
Figura 6 Resultados cuestionario Vivienda – clase de tenencia.



La gráfica expone que antes de la contingencia sanitaria por Covid-19, el 63% de las familias habitaban en residencias propias o de tenencia familiar, y solo el 37% vivía bajo la modalidad de tenencia en arriendo. Sin embargo, luego de la emergencia, el 58% se mantuvo en viviendas propias, y el 42% decidió residir en arriendo.

4.2.1.3. Cantidad de personas en el hogar

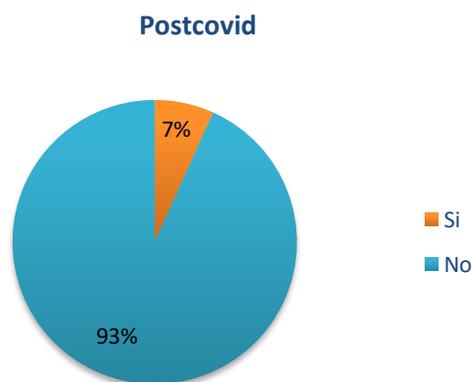
Figura 7 Resultados cuestionario Vivienda – cantidad de personas en el hogar.



La gráfica expone que antes de la contingencia sanitaria por Covid-19, la cantidad de personas que habitaban bajo un mismo techo se distribuía con dos personas ocupando un 10%, tres personas con un 12%, cuatro con un 35%, cinco con un 22%, seis abarcando un 15%, y 6% de los hogares constituido por siete personas. Sin embargo, luego de la emergencia, los hogares con dos personas se redujeron al 1%, con tres personas alcanzó el 1%, con cuatro bajó a 20%, con cinco aumentó a 35%, las de seis subió al 22%, con siete se redujo al 5% y apareció una nueva categoría, hogares constituidos con ocho personas abarcando el 2% de la población encuestada.

4.2.1.4. Cambio de residencia en la contingencia Covid-19

Figura 8 Resultados cuestionario Vivienda – cambio de residencia.

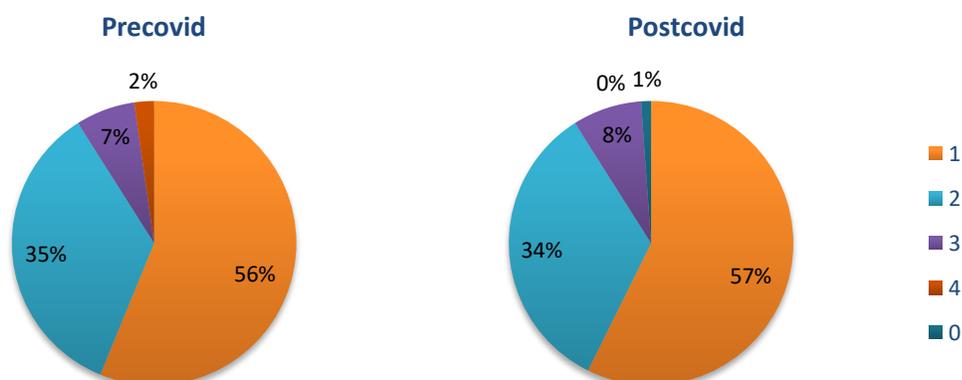


La gráfica expone que, a pesar del impacto general de la pandemia global, el 93% de los encuestados se mantuvieron en su residencia habitual, en cambio, debido a las alteraciones socioeconómicas, el 7% se vio obligado a cambiar el lugar de su hogar.

4.2.2. Economía familiar

4.2.2.1. Cantidad de personas que generan ingresos en el hogar

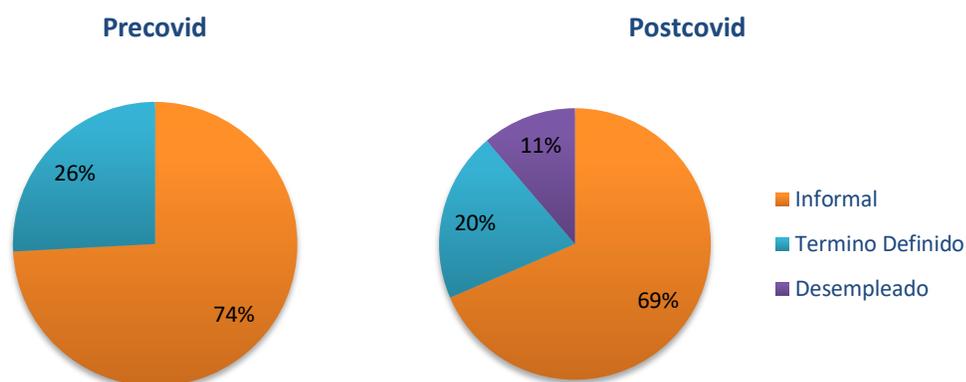
Figura 9 Resultados cuestionario Economía familiar – cantidad de personas generadoras de ingresos.



La gráfica expone que antes de la contingencia sanitaria por Covid-19, la cantidad de personas que generaban ingresos para satisfacer las necesidades básicas de las familias encuestadas se distribuían en una persona con el 56% de los casos, dos con el 35%, tres con el 7% y cuatro con el 2%. Sin embargo, luego de la emergencia por Covid-19, las familias que son sostenidas por una persona aumentaron al 57%, por dos se redujeron al 34%, por tres se ubicaron en un 8%, desaparecieron las familias con cuatro personas generadoras de ingresos, y aparecieron las familias en las cuales ninguno de los miembros podía adquirir recursos económicos, ubicándose en un 1%.

4.2.2.2. Tipos de contratos

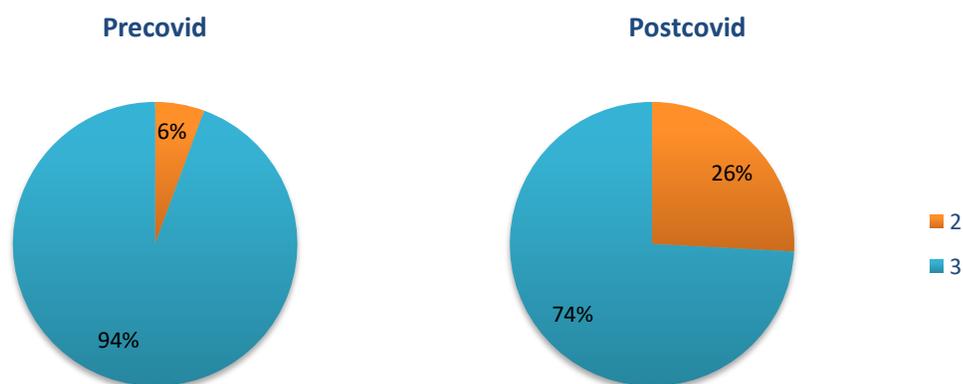
Figura 10 Resultados cuestionario Economía familiar – tipos de contratos laborales.



La gráfica expone que antes de la contingencia sanitaria por Covid-19, el tipo de contrato con el que gozaban los encuestados demostraba que un 74% trabajaba desde la informalidad, y solo el 26% poseía un contrato formal a término definido. Sin embargo, después de la emergencia por Covid-19, la informalidad se redujo al 69%, el contrato a término definido disminuyó al 20% y apareció una nueva categoría donde se ubican las personas que perdieron sus empleos o formas de generar ingresos, clasificándose como desempleados, ubicándolos en un 11%.

4.2.2.3. Cantidad de comidas diarias por persona

Figura 11 Resultados cuestionario Economía familiar – cantidad de comidas diarias.



La gráfica expone que antes de la contingencia sanitaria por Covid-19, el 94% de las familias encuestadas lograban comer tres veces al día, y solo el 6% debían sostenerse con 2 comidas diarias. Sin embargo, por culpa de la emergencia Covid-19, las familias que pueden comer tres veces diarias disminuyeron al 74% y la cantidad de hogares que se tuvieron que someter a cubrir sus necesidades alimenticias con dos porciones de comida al día, aumentaron al 26%.

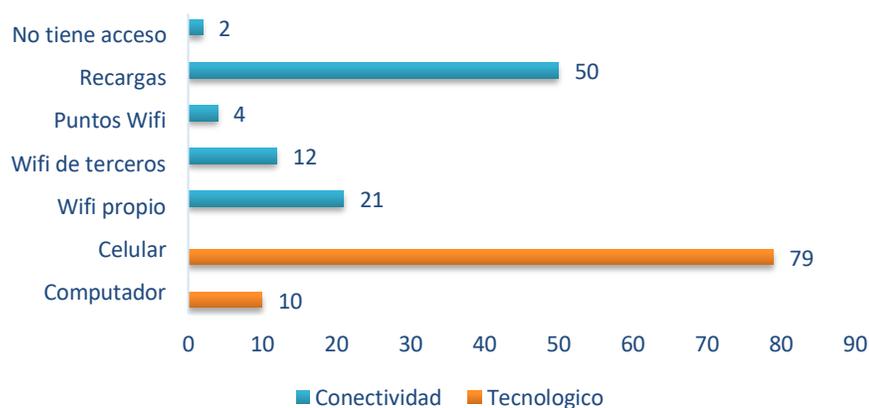
4.3. Aprendizaje Remoto

El poco acceso a recursos tecnológicos y de conectividad de calidad, impidió que los estudiantes aprovecharan las orientaciones de los docentes durante el periodo de aprendizaje remoto, quien se extendió desde marzo del 2020 hasta noviembre de 2021, originando altos índices de reprobación y deserción, puesto que las familias no se sintieron preparadas para afrontar esta metodología de enseñanza.

A continuación, observamos la cantidad de familias con cada uno de los recursos tecnológicos y de conectividad, la cantidad de personas con quienes debían compartir estos elementos, los roles que acompañaron el aprendizaje de los niños en la virtualidad, y la cantidad de individuos con quienes compartían los espacios en el hogar para recibir sus clases sincrónicas y/o asincrónicas.

4.3.1. Recursos disponibles

Figura 12 Resultados cuestionario Aprendizaje remoto – recursos tecnológicos y de conectividad.

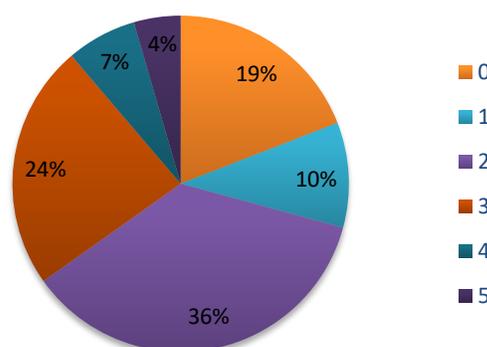


El gráfico exhibe las dos clases de recursos, los de conectividad y los tecnológicos. Sobre la primera, se observa como las recargas de datos, adquiridas por paquetes de telefonía prepagada, abarcan el 56%, seguido por la red doméstica Wifi propia con un 24%, una red Wifi compartía por un tercero con el 13%, el acceso gratuito a la web por medio de los puntos de internet instalado por el gobierno central en los parques y plazas de las zonas vulnerables acogió al 4% de las familias, y solo el 2% de los encuestados no logró adquirir algún tipo de conectividad durante la aplicación de la metodología de enseñanza remota.

Sobre la tecnología disponible en los hogares para acceder a las herramientas digitales de aprendizaje, se contempla como el 89% de los estudiantes contaban con teléfonos inteligentes, y el 11% con computadores como medio para participar en los encuentros sincrónicos, y descargar los contenidos educativos que garantizaban la aprobación de las competencias básicas de las asignaturas del currículo escolar.

4.3.1.1. Cantidad de personas con quien el estudiante debe compartir el recurso tecnológico

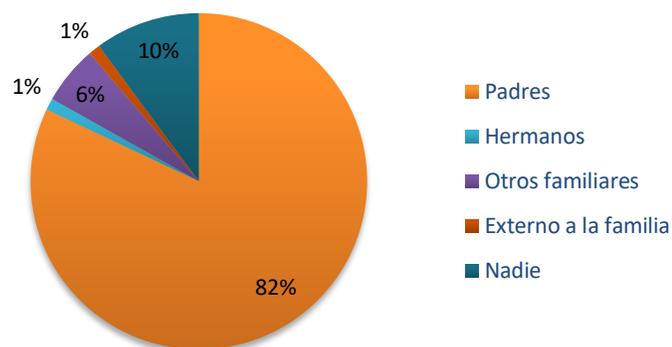
Figura 13 Resultados cuestionario Aprendizaje remoto – cantidad de personas que comparten el recurso tecnológico.



El teléfono celular y el computador, en su mayoría no era exclusivo del estudiante, la gráfica demuestra cómo solo el 19% de los niños se permitían portar un recurso tecnológico propio, en cambio, el 10% debía compartirlo con una persona, el 36%, con dos personas, el 24% tenía que rotar el dispositivo entre tres, el 7% lo alternaba con cuatro, y el 4% de los educandos lo compartía con cinco personas.

4.3.2. Acompañamiento familiar en aprendizaje remoto

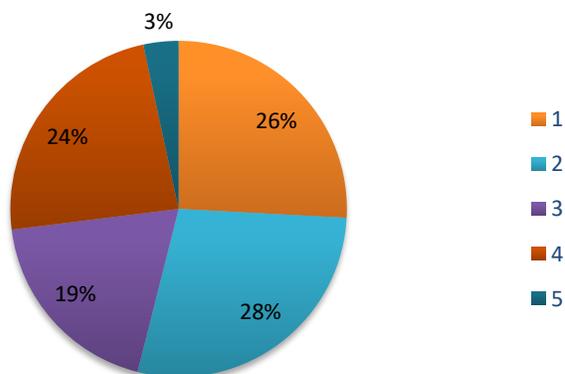
Figura 14 Resultados cuestionario Aprendizaje remoto – rol que acompañó el aprendizaje remoto.



Los padres de familia eran quienes acompañaban el 82% de los estudiantes en sus clases virtuales, sin embargo, el 10% de los niños no tenían a un adulto o cuidador que orientara su formación académica, el 6% era acudido por un familiar externo a sus progenitores, y el 1% era apoyado por sus hermanos o una persona externa a su núcleo familiar.

4.3.2.1. Cantidad de personas con las que debieron compartir su espacio de estudio durante el aprendizaje remoto

Figura 15 Resultados cuestionario Aprendizaje remoto – Cantidad de personas que compartieron el espacio de aprendizaje en el hogar durante la jornada escolar.



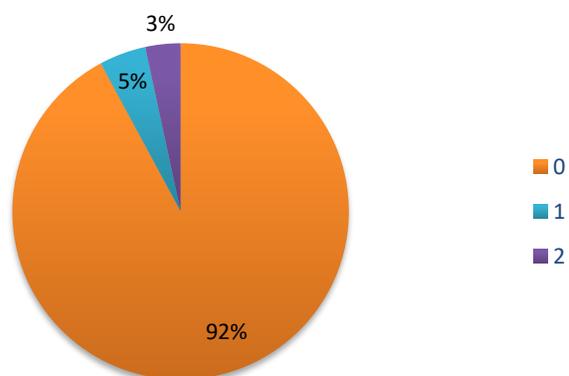
Los estudiantes no lograron poseer un espacio específico para su aprendizaje dentro de su hogar, por tal motivo, debieron utilizar sitios comunes en sus casas, compartiendo junto con otros familiares, quienes estaban ejerciendo en algunos casos actividades distintas y distantes para la focalización de la atención.

Los resultados de la encuesta nos demuestran que el 26% compartía su espacio con una persona, el 28% de los niños con dos, al mismo tiempo que intentaban atender las indicaciones del docente durante las transmisiones sincrónicas o asincrónicas del proceso de enseñanza remoto; el 19% con tres, el 24% tenía que concentrarse en sus deberes académicos mientras cuatro cohabitaban su espacio de estudio y el 3% debía que dividir el área con cinco personas más.

4.3.3. Contagio Covid-19

4.3.3.1. Personas dentro del hogar contagiadas por Covid-19

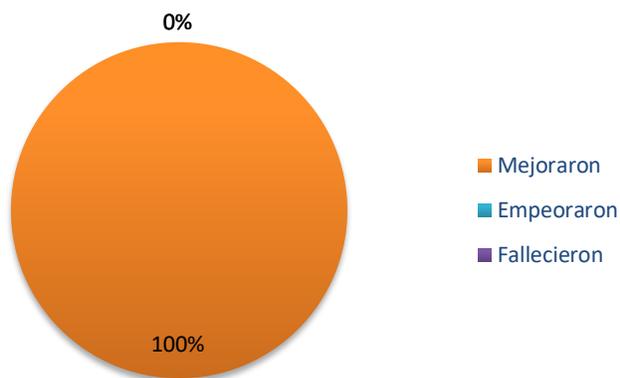
Figura 16 Resultados contagio Covid-19 en el hogar – cantidad de contagiados.



Según lo manifiestan los encuestados, solo el 8 % de la población tuvo algún/os miembros de su familia contagiados por el virus SarsCov-2, dividiéndose en un 5% con un individuo infectado y un 3% con dos familiares percientes.

4.3.3.2. Estado de salud luego del contagio Covid-19

Figura 17 Resultados contagio Covid-19 en el hogar – Estado de salud de contagiados.



En todos los casos, las personas enfermas lograron mejorar su salud luego de un tratamiento farmacológico y de reposo, siguiendo las orientaciones médicas pertinentes.

5. Discusión

Este apartado argumenta como los resultados permitieron resolver la pregunta problematizadora de la investigación, la cual cuestiona sobre ¿La presencia de sintomatología de estrés en los estudiantes son ocasionados por el impacto socioeconómico y cultural en las familias durante la pandemia por Covid-19? Para esta consideración, se revisaron los hallazgos de los antecedentes investigativos, donde se valoró la incidencia de la contención contra el Covid-19 en la calidad de vida, así como a los referentes conceptuales que faciliten la interpretación de los datos obtenidos en el numeral anterior.

Esto, comprende la construcción de una síntesis discursiva sobre el objetivo general del proyecto, "Establecer la relación entre el impacto socioeconómico y cultural ocasionado por la

emergencia sanitaria, y la presencia de síntomas de estrés en los niños durante la aplicación del aprendizaje remoto".

La interpretación se va a abordar desde las variables de Estrés, Vulnerabilidad y Aprendizaje remoto; conectando los resultados obtenidos en los instrumentos de recolección de información.

Para iniciar, se recuerda a Vallejo et al. (2021) precisó que el impacto socioeconómico y cultural de la pandemia se vio marcado por altos niveles de estrés, exteriorizando cambios físicos, psicológicos y comportamentales, perturbando la calidad de vida; estas eventualidades resaltan los resultados de Yasmín et al. (2020) quien informa que la inadecuada gestión del estrés favorece a la presencia de malestares multimodales; consolidando los descubrimientos de Herrera-Hugo et al. (2021) el cual expone como las consecuencias de la pandemia potenciaron fracturas en la dinámica familiar, resultando en un crecimiento exponencial de actos violentos hacia las mujeres y los niños.

Así pues, Giraldo (2021) exhibe que la disminución de ingresos fue el factor incipiente para el aumento del estrés en los hombres, en cambio, el distanciamiento familiar y la violencia intrafamiliar prevalecieron como elemento detonador entre las mujeres. Lo anterior da relevancia a Palomera-Chávez et al. (2021), ya que revela que las personas jóvenes, sin habilidades académicas o laborales, tienden a ser más propensas de generar problemas en su estabilidad mental, cuando se presentan situaciones de impacto en sus zonas de confort.

Los productos demostraron como las familias se vieron afectadas en su calidad de vida, vinculando la desestabilización de factores como la vivienda y la generación de ingresos por las medidas tomadas para contener la propagación del virus. La idea es resaltada cuando observamos que el 3% de la muestra, se vio obligada a cambiar su tipo de residencia, pasando a espacios más reducidos para sobrellevar los costos de mantenimiento. No obstante, encontramos que la clase de tenencia de los bienes si se alteró en un 5%, aumentando la proporción en la condición de Arriendo, este porcentaje es correspondiente al 7% que debieron movilizarse a otras zonas para satisfacer las necesidades básicas, dado que los elevados precios de manutención incluso obligaron a algunos núcleos a compartir su domicilio durante el confinamiento. Lo anterior, se vuelve evidente cuando la cantidad de individuos en el hogar pasó de cuatro a cinco como bloque de mayor proporción, con un 35% de la totalidad de los encuestados.

Otro factor que propició el aumento del estrés es la inestabilidad económica, fruto de la reorganización empresarial que efectuaron algunas industrias para reducir sus pérdidas, disminuyendo el salario o despidiendo a trabajadores no esenciales. Por tal motivo, la cantidad de generadores de ingresos se modificó en un 1% en todas las categorías establecidas, siendo la más significativa la aparición de cero contribuyentes por hogar, y la desaparición de cuatro aportantes. En paralelo, los tipos de contratos también cambiaron, reduciendo el porcentaje de la modalidad Informal o a Término definido para engrosar la categoría de Desempleado con un 11%, estas personas se perciben así, en vista que ellos consideran que su vuelco profesional es un fracaso, empeorando su autoeficacia personal.

La reducción de ingresos motivó la austeridad, eliminando gastos no esenciales, llegando a reducir en el 20% de los casos la ingesta de comida diaria, siendo el desayuno la principal omisión, impactando drásticamente en la sensación de bienestar de las personas.

En consecuencia, los resultados del test IECI en su escala de Familia, exhibieron en un 59% sintomatología leve y grave asociada al estrés, siendo los más afectados los participantes de nueve años, así como al 63% del género masculino; reflejando conflictos en el orden filial y/o fraternal; proyectando problemas de integración por preocupaciones excesivas sobre situaciones que sobrepasan a sus habilidades, desencadenando alteraciones conductuales y emocionales en los infantes.

Aun así, como lo menciona Jellen & Ohlbrecht (2020), las familias que no fueron golpeadas económicamente por la crisis financiera y laboral también se vieron afectadas. Ellos encontraron que las mujeres desplegaron una serie de reacciones emocionales negativas, al intentar complementar sus responsabilidades laborales con sus deberes familiares dentro de la misma temporalidad, disminuyendo su satisfacción de vida; en cambio, los hombres percibieron el confinamiento como un tiempo de descanso y/o de unidad/conciliación.

Por ello, en la escala de Salud, el 53% de la muestra demostró sintomatología desencadenante por la prolongada exposición al estrés, los educandos de siete años fueron los más afectados, demostrando que el 56% presentó afectaciones en su salud general, aumentando el ingreso de valoraciones médicas por malestares fisiológicos de origen no especificado;

exteriorizando sentimientos de incapacidad y/o irritabilidad ante estímulos estresantes; también las mujeres, con un 57%, son quienes mayormente sufren las afecciones en su vitalidad.

Para discutir el efecto de la virtualidad en el aumento de los niveles de estrés percibidos en los niños, se tiene en cuenta a Valera et al. (2021), quien comenta que la transición a las clases virtuales incrementó el tiempo destinado a los estudios, desarrollando una sensación de agobio, desencadenando algunos cuadros clínicos sintomáticos. A su vez, Bueno (2021) expresa que, su implementación en condiciones desfavorables convierte al proceso en un agente estresor, perjudicando los estados afectivos, alterando las estructuras neuronales que intervienen en el aprendizaje, incubando signos depresivos, y ansiosos; deteriorando el bienestar psicológico y la capacidad de autoeficacia. Lo anterior se relaciona con los hallazgos de Andrade & Anzules (2021) mencionando la existencia de un impacto negativo en el desempeño al sentirse incapaces de cumplir con sus obligaciones escolares; también en sus familias, al percibir la falta de oportunidades para mejorar la calidad de vida, motivando a la aparición de alteraciones conductuales y/o emocionales.

Complementándose con Aggarwal (2021) quien demuestra que el aislamiento y la educación en línea generó una perturbación en la salud mental, debido a que la indefensión aprendida y la sensación de falta de control deterioran la percepción del bienestar personal; y a Sakarneh (2021) evidenciando como la pandemia afectó significativamente a los resultados del aprendizaje y a los comportamientos de los niños, reportando efectos negativos, exacerbando problemas de comportamiento, provocando fatiga y angustia emocional en los padres.

Para completar, Beltrán et al. (2020) exhibe que los mayores índices se presentan en situaciones de incertidumbre, intensificando su reacción cuando están expuestos a factores de vulnerabilidad; también determinaron que las mujeres son las más afectadas, llegando a desarrollar cuadros intensos.

Los autores esbozaron los resultados que se obtuvieron en el apartado de Aprendizaje remoto de la encuesta, y la escala de Educación del test EICI.

En lo que se refiere a la conectividad, otro elemento que refleja vulnerabilidad, pues para el 76% es complejo adquirir una red Wifi propia; por la información recolectada, se observó que el 56% obtenían acceso por medio de la compra de paquetes prepagados de navegación que no contenía el ancho de banda suficiente para asistir a las videollamadas con el profesor a cargo.

Con los recursos tecnológicos sucede algo muy similar, el 89% tenían la capacidad de optar por un celular para asistir a los encuentros pedagógicos. Sin embargo, este medio no era exclusivo del niño, puesto que el 81% de los casos tenía que ser compartido con alguien más, siendo dos personas la cantidad con el bloque más grande de población, abarcando un 36%, igualmente se encontraban familias donde un solo equipo debía ser rotado por cuatro o cinco individuos más, ocupando un 11% entre los dos grupos.

Lo anterior complicaba el proceso de aprendizaje, puesto que el equipo no siempre se tenía disponible a la hora de la clase, solamente se permitía su manipulación en contra jornada, obligando al infante a buscar otros medios para entender los temas, replicar las dinámicas y lograr el mismo resultado sin la supervisión del profesional docente, contando en un 82% de los

casos por el acompañamiento de sus padres, quienes no están capacitados para la labor de enseñanza, generando frustración por la incomprensión del tema, e incumplimiento en sus deberes escolares.

Sumado a esto, el instrumento permitió determinar la cantidad de personas con las que el estudiante debía compartir el espacio físico durante sus jornadas escolares; los resultados arrojaron que el 74% alternaba el sitio con dos o más individuos, impidiendo la concentración, debido a que cada uno desarrollaba labores propias con intereses particulares.

En la escala de Educación, el 65% presentó síntomas de estrés referentes a sentimientos de desconfianza e inutilidad, optando por una actitud hostil hacia lo relacionado con la adquisición de la información por medios digitales, al no poder materializar las orientaciones que el docente transmite por el dispositivo móvil, a esto se suma a la incompetencia del cuidador para supervisar las acciones académicas. Para este caso, los más afectados fueron los infantes de 7 años, reportando un 63% de chicos con síntomas estresante de origen educativo; respecto al género, las niñas exhibieron un 61% de malestar, seguido muy de cerca por los varones con el 60%, aquí se presentó una diferencia muy estrecha entre estos grupos poblacionales.

Antes de continuar con la discusión de la última escala de la prueba psicométrica, se aclara que, la posibilidad de correlacionar el contagio Covid-19 con la agudización del estrés salió nula, ya que el 92% de las familias no reportaron infectados, y el 8% de los afectados mejoraron.

El inventario de estrés cotidiano infantil “EICI”, ofrece una última escala con la sumatoria de las tres anteriores, ofreciendo una visión global sobre el estado del individuo, el indicador ayuda a pronosticar la salud mental del valorado, quienes para este caso son niños y niñas de 7 a 9 años en pleno desarrollo evolutivo, lo que agudiza aún más la aparición de alteraciones conductuales y emocionales dentro de su repertorio de personalidad, dirigiéndolo a moldear un ser poco funcional.

La cuantificación nos arroja que la población mayoritaria, los alumnos de 7 años, presentan en un 60% alguna respuesta asociada a la prolongada exposición al estrés, en los de 8 años, se observa este fenómeno en un 54%, y en los estudiantes de 9 años, el conjunto más reducido, se expresa la afectación en el 100% de los casos. En cuanto al género, de manera global se detalla que los hombres fueron quienes más percibieron alteraciones con un 63%, en comparación de las mujeres con 57%.

En ese último párrafo, los resultados se revelan divergentes a los hallados en los antecedentes investigativos, en los cuales las mujeres son las que sufren mayor impacto. Pero el fenómeno se puede comprender por el sentido de que a las niñas culturalmente se les ha permitido expresar abiertamente sus sentimientos de tristeza, agobio, y decepción; logrando que la red de apoyo cercana se active para minimizar el daño, en cambio, los varones tienden a ser humillados u ofendidos cuando se muestran afectados por las circunstancias, obligándolos a interiorizar y frustrar sus emociones por si solos, impidiendo su correcta gestión.

Lo anterior nos recuerda los postulados de teóricos como Richard Lazarus y Hans Selye. Para el primero, el estrés es la derivación de una relación discordante entre las capacidades de la persona y las demandas del entorno (Baqtayan, 2015), puesto que los estímulos, generan reacciones cognitivas que son incapaces de alcanzar un resultado favorable, distorsionando los moldes mentales obligando al sujeto a tomar acciones de evitación o negación, agudizando los efectos nocivos en su bienestar mental (Dahab et al., 2010).

Para el segundo, es una respuesta fisiológica a la percepción del placer o de amenaza (Fink, 2017), considerando que existe una clase de estrés benévolo al que denominó Eustrés, siendo el encargado de incentivar la consecución de desafíos, sin embargo, cuando estos retos no son superados, aparece el Distrés, el cual es la reacción exagerada del organismo que desencadena una tensión irremediable; activando la etapa de Resistencia al agente estresor, pero, por su edad de los valorados, se encuentran en indefensión, conllevándolos rápidamente al Agotamiento, donde tienden a incubar trastornos psicósomáticos o de adaptación; como dificultades de aprendizaje, comportamientos disruptivos, disfunciones metabólicas, y/o perturbaciones en su estado de ánimo (De Camargo, 2010; Amigo, 2022).

Esto permite determinar que todas las situaciones que impactaron la dinámica familiar durante la emergencia sanitaria por Covid-19, si ocasionaron un aumento en el nivel de estrés percibido en los niños, exteriorizando este agotamiento en cambios que obstaculizaron la consolidación del conocimiento por medio de la metodología de aprendizaje remoto.

Para cerrar este apartado, se clarifica que, se dio manejo del conjunto de puntuaciones con base en la estructura que ofrecía la prueba psicométrica para su calificación, debido a que algunos datos individuales permitían evidenciar como los valorados estuvieron muy cerca de los límites entre categorías, agravando la percepción del estado mental y emocional de los niños estudiados en esta investigación.

A propósito del macroproyecto, se analizan los resultados de test IECI de ambas instituciones educativas, por tal motivo, solo se tienen en cuenta a los estudiantes con edades de 7, 8 y 9 años; para equiparar la muestra del colegio Puerto Santander y La Juventud, determinando cuál presenta una mayor afectación en su repertorio psicológico asociado con el estrés, por esto, se omitieron los datos relacionados con la categoría de Ausencia de síntomas (A.S.).

Se dispone una codificación para el nombre de las instituciones educativas para facilitar su identificación en esta correlación de resultados. El colegio Puerto Santander se pasará a reconocer con las letras “PS”, y La Juventud, se distinguirá por sus siglas “LJ”.

Iniciamos con la escala de Salud, la cual representa la percepción del deterioro de las capacidades fisiológicas en el individuo, relacionando malestares musculares, gastrointestinales, cefaleas, cardíacos o respiratorios.

Para la edad de 7 años, PS demostró agrupar la mayor cantidad de su población entre las categorías de Presencia de síntomas leves (S.L.) y Presencia de sintomatología grave (S.G.)

ubicando al 56% de los educandos, en contraste con LJ y su 54% del grupo, esto demuestra una diferencia de 2%; observando un decaimiento en la salud en general.

En los 8 años, LJ acaparó al 94% en los niveles de percepción del estrés, exhibiendo un distanciamiento del 41%, frente al 53% de PS, aquí también encontramos como la categoría de ausencia de síntomas (A.S.) sigue siendo minoría. Los alumnos de 9 años presentaron una distribución homogénea en los dos primeros rangos, puesto que, PS y LJ exhibieron una misma proporción, el primero con un 50% en cada una, y para el segundo un 37,5%. No obstante, con las categorías S.L. y S.G., LJ, demuestra mayor afectación, brindando una diferencia de 12,5%. Respecto al género, LJ, presentó una disparidad positiva de 7% en los hombres y un 12% en las mujeres.

La escala Educación, conformada por las afectaciones en los procesos de autoconcepto y autoeficacia, detonando pensamientos intrusivos de desesperanza, incapacidad e inutilidad, que dan como resultado un incumplimiento con los deberes y un fracaso escolar.

En este punto, PS, superó en todas las edades y géneros a LJ, obteniendo una diferencia de 17% para la edad de 7 años, del 3% dentro del grupo de los 8 años, y un 37,5% entre los niños de 9 años; igualmente, un distanciamiento del 8% en los hombres y del 17% para las mujeres.

Este fenómeno se debe a que LJ, optó por extender al máximo los plazos de entrega y omitir una gran cantidad de temáticas, entre otras medidas encaminadas a mantener la cobertura de los estudiantes, luego que el inicio de la pandemia generara una oleada de deserción que

afectó gravemente la institución de una sola sede y 600 educandos matriculados; en contraste con PS quienes cuentan con 5 sedes y más de 2000 alumnos.

La última escala individual, la de Familia, mide las dinámicas respecto a la comunicación, el buen trato, la cooperación, entre otros factores asociados a la sensación de seguridad percibida por los menores. Aquí se reúnen en gran proporción los afectados gravemente (S.G.), esta situación nos discrimina a ningún establecimiento educativo, siendo LJ quien posee un impacto significativo.

En los datos encontramos, como los de 7 años de PS, están un 22% por debajo de LJ, ya que solo el 59% de su población manifiesta algún síntoma de estrés o asociado a este; en los de 8 años, la diferencia aumenta a 35%, manteniendo LJ a la cabeza.

En cambio, con los educandos de 9 años, los dos grupos concentraron al 100% de su población en estas dos categorías, produciendo una diferencia del 0%, sin embargo, LJ agrupó al 62,5% de sus chicos en el nivel más agudo, frente al 25% de PS. En la comparación por géneros, nuevamente PS demuestra una menor perturbación, con una distancia del 28% en los hombres y 32% en las mujeres, por debajo de LJ.

La Escala Global configura los tres puntajes obtenidos por cada evaluado y genera un pronóstico sobre el bienestar psicoemocional del individuo, siendo los ubicados en la primera categoría A.S. quienes poseen la mejor capacidad de gestión emocional y resiliencia de todo el grupo, favoreciendo su desenvolvimiento futuro cuando se estabilicen las consecuencias de la pandemia en el territorio nacional. No obstante, los de S.L. requieren acompañamiento

terapéutico especializado para impedir el avance del deterioro de sus capacidades socioafectivas, garantizando un sano desarrollo psicológico si se logra una asimilación y un empoderamiento de los aprendizajes en interconsulta. Los pertenecientes al estado de S.G. tienen comprometidos varios elementos, por ello, para su intervención individual, puede que requieran adicionalmente tratamiento farmacológico, mitigando la aparición de trastornos depresivos crónicos, estados ansiosos generalizados, u alteraciones conductuales de riesgo como el consumo de drogas y el suicidio.

La dinámica de la información obtenida en esta escala fue contraria a la anterior, puesto que la mayoría de su población se concentró en S.L., sin embargo, la edad de 8 años en LJ, congregó al 53% en S.G., y la diferencia de PS y LJ en la edad de 9 años, nuevamente fue 0%, repitiendo a LJ con el mayor número de perecientes entre los grupos valorados. Con base en los géneros, los hombres demostraron una separación del 8% y las mujeres del 26%, a favor en todas las medidas para LJ.

Toda la información expuesta anteriormente nos deja en evidencia que si existe una relación entre los altos niveles de estrés en los niños y el impacto socioeconómico de sus familias como consecuencia de la pandemia por Covid-19; convirtiendo a los menores en una generación con alta probabilidad de seguir desarrollando alteraciones emocionales y conductuales, originadas por la distorsión de la calidad de vida, incrementando su vulnerabilidad. Igualmente, al parecer, la condición de inmigrante que gozan muchos de los residentes del municipio de Puerto Santander, favoreció el acceso de ayudas internacionales, disminuyendo el embate por

satisfacer las necesidades básicas, lo que resultó en una mejor exposición (relativa) a la contención del virus Covid-19; situación que no ocurrió en la ciudad de Bucaramanga.

6. Conclusiones

A través de la revisión documental, el análisis contextual, la aplicación y corrección de los instrumentos de recolección de información; se puede concluir lo siguiente:

Se logró identificar el impacto socioeconómico y cultural de las familias por consecuencia de las medidas de contención del virus SARS-Cov-2, ya que el tipo de vivienda, la forma de tenencia, la cantidad de personas que habitan los hogares cambiaron o aumentaron, desmejorando las condiciones de vida y el grado de satisfacción percibido por sus habitantes.

La economía familiar también fue impactada por la emergencia sanitaria, puesto que la cantidad de contribuyentes por familia y los modos de empleabilidad cambiaron o redujeron, afectando directamente en el acceso de elementos de primera necesidad como productos alimenticios, perturbando la ingesta de comidas diarias, desencadenando malestares fisiológicos y metabólicos que, obligaron a asistir a los servicios de salud, por sintomatologías ajenas al Covid-19.

El aprendizaje remoto fue otro conmovido, la reducción del capital monetario de las familias, impidió que los estudiantes obtuvieran acceso a recursos tecnológicos y de conectividad adaptados a los requisitos de funcionamiento de las plataformas digitales, desencadenando fracaso y deserción escolar al no alcanzar las competencias básicas de aprobación.

Se exploró la percepción del estrés por medio de la aplicación del test IECI, valorando tres escalas individuales: Salud, Educación y Familia; así como una escala Global con la consolidación de los resultados totales, reportando la cantidad de participantes que perciben o exteriorizan sintomatología relacionada con el estrés.

La revisión de los datos obtenidos por la prueba concluyó que, la dimensión que más afectó la salud mental de los niños durante el periodo de confinamiento y aplicación del aprendizaje remoto fue, para los estudiantes de 7 años, la Educación, para los educandos de 8 y 9 años la Familia. Respecto al género, los varones se perturbaron mayormente por la dinámica familiar al interior de sus hogares, y las hembras fueron alteradas por la imposibilidad de participar en los encuentros sincrónicos con el docente, así como la incapacidad de entregar los deberes académicos a tiempo, o bajo los estándares impuestos para su aprobación.

Se pudo correlacionar que las afecciones en la calidad de vida de las personas de baja renta o de estrato bajo durante la pandemia por Covid-19, detonaron una inestabilidad en las dinámicas de comunicación y crianza entre sus miembros, convirtiéndose en el mayor desencadenante de estrés en los menores de edad, siendo el causante de las alteraciones emocionales y conductuales que están repercutiendo en su funcionalidad actual.

La correlación entre la Institución educativa Puerto Santander y La Juventud, arrojó que los estudiantes manifestaron alteraciones emocionales y conductuales como resultados a los altos niveles de estrés experimentados por las perturbaciones en las dinámicas familiares.

La comuna 2 de la ciudad de Bucaramanga, generó una menor adaptabilidad a las medidas de contención del Covid-19, desencadenando sucesos estresantes para sus habitantes, convirtiéndolos en seres hostiles, incidiendo negativamente en el bienestar psicológico de sus miembros menores de edad.

El perjuicio en el repertorio cognitivo, mental, comportamental y afectivo de los participantes; va a generar una mayor exposición a conductas de riesgo como el consumo de sustancias y las autolesiones, empleándose como método de tolerancia a la frustración, debido al poco acceso a los servicios de salud que gozan las poblaciones vulnerables.

7. Recomendaciones

Desarrollar un programa de salud mental dirigido a los estudiantes de los grados iniciales, quienes pertenecen a familias de baja renta económica, abordando de una forma lúdica la depresión, ansiedad y el estrés; así como la enseñanza de la gestión emocional efectiva en niños de primera infancia y preadolescencia.

Los resultados de esta investigación pueden ayudar a visibilizar el impacto socioeconómico y cultural real de las familias de las zonas vulnerables de la ciudad, para desarrollar programas de bienestar social y empleabilidad, mitigando las consecuencias en el caso de que se presente nuevamente una emergencia sanitaria o territorial.

Institucionalizar la aplicación del Inventario de Estrés Cotidiano Infantil en los establecimientos educativos bajo una medida correlacional test-retest, aprovechando sus escalas

para tomar decisiones de abordaje futuro en la construcción de las gestiones Comunitarias y Académicas de los proyectos educativos institucionales.

8. Referencias

- Ache. (2021.). *El concepto de alienación personal de Rahel Jaeggi en Alienation. Emplazamiento en la tradición filosófica sobre la alienación y alienación social*. TDM. Universidad de la República (Uruguay). <https://cutt.ly/ZAki20Q>
- Acuña, M., Álvarez, L., Umaña, A., & Umaña, C. (2013). *Trastornos de ansiedad*. Revista Cúpula, 27(2), 29–50. <https://cutt.ly/qAaROHC>
- Aggarwal, S. (2021). *The psychological impact of the COVID-19 pandemic on high school students*. Indian Journal of Health & Wellbeing, 12(2), 236–239. <https://cutt.ly/eAaTguf>
- Aguilar-Barojas, Saraí (2005). *Fórmulas para el cálculo de la muestra en investigaciones de salud*. Salud en Tabasco, 11(1-2),333-338. <https://cutt.ly/dAfdHns>
- Aldwin, C. (2009). *Stress, coping, and development: An integrative perspective* (2.^a ed.). Guilford Publications. <https://cutt.ly/KSIqhXm>
- American Psychiatric Association. (2014). *DSM-5. Guía de consulta de los criterios diagnósticos del DSM-5* (1.^a ed.). Editorial Médica Panamericana. <https://cutt.ly/iSIwQc5>
- Amigo, I. (2022). *Manual de psicología de la salud* (4.^a ed.). Piramide. <https://cutt.ly/gSU2Dcb>
- Andrade, G., & Anzules S. (2021). *Cómo Afectó la Pandemia en el Uso y Aplicación de Tecnologías en las Familias de los Estudiantes del Sector de San Juan de Calderón en la Ciudad de Quito*. INGENIO, 4(1), 61–66. <https://cutt.ly/KAkosFA>
- Ayala, E. (2021). *Área metropolitana de Cúcuta: Historia de un territorio, una frontera y una región*. Instituto de Estudios Urbanos - Universidad Nacional de Colombia. <https://cutt.ly/ILMJQhl>

- Baqutayan, S. (2015). *Stress and Coping Mechanisms: A Historical Overview*. Mediterranean Journal Of Social Sciences, 6(2 S1), 479. <https://cutt.ly/bSUE2bx>
- Barreto & Salazar. (2020). *Agotamiento Emocional en estudiantes universitarios del área de la salud*. Universidad Y Salud, 23(1), 30 - 39. <https://cutt.ly/cAkoUUc>
- Beltrán, Martínez, Rodríguez, & Valderrama. (2020). *Perceived stress levels due to the SARS-COV2 pandemic in students at the Bosa Porvenir facilities of the Universidad Distrital Francisco José de Caldas (Colombia)*. Revista ESPACIOS. 41. <https://cutt.ly/XAkp5tr>
- Bértola, D. (2010) *Hans Selye y sus ratas estresadas*. Medicina universitaria, 12 (47). pp. 142-143. <https://cutt.ly/9SUB3HO>
- Biggs, A., Brough, P., & Drummond, S. (2017). *Lazarus and Folkman's psychological stress and coping theory.*, The handbook of stress and health: A guide to research and practice (pp. 351–364). In C. L. Cooper & J. C. Quick (Eds.). <https://cutt.ly/rSULWZo>
- Bueno, D. (2021) *Educación en tiempos de COVID-19: ¿Cómo afecta el estrés al aprendizaje?* Journal of Neuroeducation. 2(1): 9-14 <https://cutt.ly/aAkaGFv>
- Carver, C., Scheier, M., & Weintraub, J. (1989). *Assessing coping strategies: a theoretically based approach*. Journal of personality and social psychology, 56(2), 267–283. <https://cutt.ly/0SUL9bg>
- Chávez, K. (2015). *La depresión enmascarada desde la sintomatología neurovegetativa*. Revista Electrónica Psyconex, 7(10), 1–7. <https://cutt.ly/KAksgER>
- Circular 021/ 2020. *Ministerio de educación Nacional de Colombia*, 17 de marzo 2020. <https://cutt.ly/3Aazacn>

Circular 26/ 2020. *Ministerio de salud y protección social de Colombia*, 22 de abril 2020.

<https://cutt.ly/gAaxUAP>

Colmenares, E. (2021). *La violencia en Cúcuta y su área metropolitana es sistemática y sigue empeorando*. Border Lab - Laboratorio de frontera. <https://cutt.ly/ELMKtc8>

Cvetkovic, Maguiña, Soto, Lama-Valdivia, Correa-López. (2021). *Estudios transversales*. Revista de medicina humana.; 21(1):164-170. <https://cutt.ly/8Akdf7>

Dahab, J., Rivadeneira, C., & Minici, A. (2010). *El enfoque cognitivo-transaccional del estrés*. Terapia Cognitivo Conductual, 18. <https://cutt.ly/9SUOY2D>

de Camargo, B. (2010). *Estrés, Síndrome General de Adaptación o Reacción General de Alarma*. Revista Médico Científica, 17(2). <https://cutt.ly/QSU133H>

Decreto 1860/ 1994. *Diario oficial año CXXX No 41480*, 5 de agosto 1994. <https://cutt.ly/nAavlmS>

Decreto 3324/ 1963. *Diario oficial No. 31.265*, 30 de diciembre 1963. <https://cutt.ly/DAaccH1>

Decreto 417/ 2020. *Diario oficial año CLVI No. 51259*, 17 de marzo 2020. <https://cutt.ly/iAaj022>

Decreto 491/ 2020. *Diario oficial. año CLVI No. 51270*, 28 de marzo 2020. <https://cutt.ly/gAakAZZ>

Decreto 580/ 2021. *Diario oficial año CLVI No. 51.691*, 31 de mayo 2021. <https://cutt.ly/tAaz8cn>

Decreto 660/ 2020. *Diario oficial año CLVI No. 51313*, 13 de mayo 2020. <https://cutt.ly/mAalyq0>

Departamento de Planeación Nacional de Colombia. (2020). *Sisbén IV: más actualizado y moderno*. Imprenta Nacional de Colombia. <https://cutt.ly/KSII1Jm>

Departamento Nacional de Planeación. (2015). *Índice de vulnerabilidad territorial*. Imprenta Nacional de Colombia. <https://cutt.ly/WSIPQib>

Directiva 05/ 2020. *Ministerio de educación Nacional de Colombia*, 25 de marzo 2020.
<https://cutt.ly/tAazUN4>

Directiva 08/ 2021. *Ministerio de educación Nacional de Colombia*, 29 de diciembre 2021.
<https://cutt.ly/oAaxXPA>

dos Reis, D., Correa, T., Mendes, M., Henrique, R., & Faira, A. (2013). *Health vulnerabilities in adolescence: Socioeconomic conditions, social networks, drugs and violence*. *Latino-Am. Enfermagem*, 21(2). <https://cutt.ly/qSIyz4G>

Durán, C. (2017). *Análisis espacial de las condiciones de vulnerabilidad social, económica, física y ambiental en el territorio colombiano*. *Perspectiva Geográfica*, 22(1), 11-32.
<https://cutt.ly/XAaWJg8>

Estrella, Soledad (2014). *El formato tabular: una revisión de literatura*. *Actualidades Investigativas en Educación*, 14(2),1-23. <https://cutt.ly/2LMHADX>

Expósito, E., & Marsollier, R. (2020). *Virtualidad y educación en tiempos de COVID-19. Un estudio empírico en Argentina*. *Educación y Humanismo*, 22(39), 1-22.
<https://cutt.ly/vSIdE05>

Fink, G. (2017). *Stress: Concepts, Definition and history*. *Stress Sci.* 3-9. <https://cutt.ly/ISUNbjY>

Galimberti, U. (2002). *Diccionario de psicología* (1.^a ed.). Siglo XXI Editores.
<https://cutt.ly/GSICGhY>

García C, Linares M. (2019) *Efecto de la reestructuración cognitiva sobre las distorsiones cognitivas de los adolescentes frente al duelo por fallecimiento de sus padres*. *Boletín Médico de Postgrado*; 36(1): 38-42. <https://cutt.ly/aAkfOnv>

- García, R., López, J. & Moreno, M. (2008). *Estrategias de afrontamiento al estrés según sexo y edad en una muestra de adolescentes uruguayos*. Ciencias Psicológicas, II (1),7-25. <https://cutt.ly/TSUVajl>
- Giraldo, V. (2021). *Effects of confinement on university students: an analysis based on gender differences*. CIID Journal, 1(1), 507–516. <https://cutt.ly/cAkgH7C>
- Goena, J. & Molero, P. (2019). *Distimia*. Medicine - Programa de Formación Médica Continuada Acreditado. 12. 5037-5040. <https://cutt.ly/zAklSPb>
- Hernández - Sampieri, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta* (1a ed.). McGraw-Hill. <https://cutt.ly/iAkxVqt>
- Hernández, J.; Cardona-Arango, D., & Segura-Cardona, A. M. (2018). *Construcción y análisis de un índice de vulnerabilidad social en la población joven*. Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud, 16(1), 403-412. <https://cutt.ly/cSIUA1v>
- Hernández, P. (2005). *¿Puede la Inteligencia Emocional predecir el rendimiento? Potencial predictor de los Moldes Mentales*. Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado, 19(3),45-62. <https://cutt.ly/TSUZ99J>
- Herrera, M. (2020). *Colombia cerró el 2019 con una tasa de informalidad del 47%*. RCN Radio. <https://cutt.ly/DAAQt94>
- Herrera, P. (2008). *El estrés familiar, su tratamiento en la psicología*. Revista Cubana de Medicina General Integral. 24. <https://cutt.ly/XSUn0vv>
- Herrera-Hugo, Cárdenas-Lata, Tapia-Segarra & Calderón-Bustamante (2021). *Intrafamily violence in times of Covid-19: A current look*. Polo del conocimiento Vol. 6, (2): 1027-1038. <https://cutt.ly/pAkcXjF>

- Hobfoll S. E. (1989). *Conservation of resources. A new attempt at conceptualizing stress*. The American psychologist, 44(3), 513–524. <https://cutt.ly/JSU5UIM>
- Huarcaya-Victoria, J. (2020). *Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de COVID-19*. Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública, 37(2), 327-34. <https://cutt.ly/7SIZ5Aj>
- Hünkar, H., & Güler, G. (2014). *Public understanding about homeschooling: A preliminary study*. Procedia - Social and Behavioral Sciences, 116, 3891–3897. <https://cutt.ly/GAkbdRI>
- Indacochea, L., López, M., Toasa, M., & Díaz Núñez, K. E. (2021). *El estrés académico durante la emergencia sanitaria y sus afectaciones en las funciones básicas cognitivas: memoria, comprensión lenguaje, pensamiento*. Explorador Digital, 5(2), 101-119. <https://cutt.ly/IAkna8a>
- Jellen, J., & Ohlbrecht, H. (2020). *Parenthood in a crisis: Stress potentials and gender differences of parents during the corona pandemic. Past and present: International Dialogues on Education*, 7. <https://cutt.ly/3AkmqjZ>
- Jones, D. (2020). *The impact of COVID-19 on young children, families, and teachers, defending the early years*. DEY. <https://cutt.ly/0Akm0QQ>
- La Opinión. (2016). *En Cúcuta la cultura de la ilegalidad fue patentada por la costumbre: Polfa*. Diario La Opinión. <https://cutt.ly/MLMJZb7>
- Lazarus R. S. (1993). *Coping theory and research: past, present, and future*. Psychosomatic medicine, 55(3), 234–247. <https://cutt.ly/5SUPgVJ>
- Lazarus, R. S. (1990). *Theory-based stress measurement*. Psychological Inquiry, 1(1), 3–13. <https://cutt.ly/7SUYZmB>

Ley 1098/ 2006. *Diario oficial año CXLII No. 46446*, 8 de noviembre 2006. <https://cutt.ly/oAabekI>

Ley 1122/ 2007. *Diario oficial año CXLII No. 46506*, 9 de enero 2007. <https://cutt.ly/6AavZVq>

Ley 115/ 1994. *Diario oficial año CXXIX No. 41214*, 8 de febrero 1994. <https://cutt.ly/UAac9qy>

Ley 1361 de 2009. *Diario oficial año CXLIV No. 47552*, 3 de diciembre 2009.
<https://cutt.ly/yAabnP6>

Ley 1616 de 2013. *DIARIO oficial año CXLVIII No. 48680*, 21 de enero 2013.
<https://cutt.ly/0AanEyY>

Ley 1959 de 2019. *Diario oficial año CLV No. 50.990*, 20 de junio 2019. <https://cutt.ly/YAanq8d>

Ley 2064 / 2020. *Diario oficial año CLVI No. 51523*, 9 de diciembre 2020. <https://cutt.ly/EAaxlQt>

Ley 21/ 1963. *Diario oficial año 31177*, 10 de septiembre 1963. <https://cutt.ly/sAacGfa>

Ley 599 de 2000. *Diario oficial año CXXXVI No. 44097*, 24 de julio 2000. <https://cutt.ly/lAangsn>

López, H. (2019). *Experiencias, fortalezas y dificultades de la educación a distancia virtual*. *Revista Multi-Ensayos*, 5(10), 61–65. <https://cutt.ly/PSIFU2G>

Losada, A., & Latour, M. (2012). *Resiliencia. Conceptualización e investigaciones en argentina*. *Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 4(2),84-97. <https://cutt.ly/NAkWq26>

Márquez, J., Vergel, M., & Gallardo, J. (2021). *Escala para valorar el estrés en estudiantes de cursos de física en tiempos de Covid-19*. *Revista Boletín Redipe*, 10(2), 190–200.
<https://cutt.ly/nAkEgED>

Marsollier, Aparicio, & Aguirre. (2009). *Las estrategias de afrontamiento frente a los estresores laborales. Un análisis psicosocial*. I Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVI Jornadas de Investigación Quinto Encuentro de

- Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires: 600 – 602. <https://cutt.ly/vAke6kZ>
- Martínez, M., & Rosales, C. (2019). *La Indefensión Aprendida: un asunto de interés para el estudio de procesos psicológicos y sociales*. Sinergias educativas, 4(1). <https://cutt.ly/cAkRRaG>
- Mason, J. (1971). *A re-evaluation of the concept of “non-specificity” in stress theory*. Journal of Psychiatric Research, 8(3-4), 323–333. <https://cutt.ly/DSU5dGW>
- Ministerio de salud y prosperidad social de Colombia. (2012). *Plan decenal de salud pública 2012 – 2021*. Imprenta nacional de Colombia. <https://cutt.ly/zAamdFd>
- Monge, V. (2015). *La codificación en el método de investigación de la Grounded Theory o Teoría Fundamentada*. Innovaciones Educativas, 17(22), 77-84. <https://cutt.ly/CLMHg9j>
- Moore, D., McCabe, G., & Craig, B. (2010). *Introduction to the practice of statistics* (7.^a ed.). W H Freeman & Co. <https://cutt.ly/sAkxejb>
- Morelato, G. S. (2014). *Evaluación de factores de resiliencia en niños argentinos en condiciones de vulnerabilidad familiar*. Universitas Psychologica, 13(4), 1473–1488. <https://cutt.ly/RSIumD8>
- Mousalli (2015). *Métodos y Diseños de Investigación Cuantitativa*. Mérida. <https://cutt.ly/7AkTg7C>
- Muñoz-Fernández, Molina-Valdespino, Ochoa-Palacios, Sánchez-Guerrero & Esquivel-Acevedo. (2020). *Estrés, respuestas emocionales, factores de riesgo, psicopatología y manejo del personal de salud durante la pandemia por COVID-19*. Acta Pediátrica mexicana. 41(1):127-136. <https://cutt.ly/ZAkYk7y>

- Mustaca, A (2018). *Frustración y conductas sociales*. Avances en Psicología Latinoamericana, 36(1), 65-81. <https://cutt.ly/hAaWcMq>
- Narváez, J., Obando-Guerrero, L., Hernández-Ordoñez, K., & Cruz-Gordon, E. (2021). *Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento frente a la COVID-19 en universitarios*. Universidad y Salud, 23(3), 207-216. <https://cutt.ly/GAkUrp0>
- Ocaña, M. (2014). *Síndrome de adaptación general: La naturaleza de los estímulos estresantes*. Escuela Abierta, 2. <https://cutt.ly/8SU7nLJ>
- Organización Mundial de la Salud (2020). *Doing what matters in times of stress: an illustrated guide*. World Health Organization. <https://cutt.ly/lAkIQi0>
- Organización Mundial de la Salud. (2004). *Promoción de la salud mental: conceptos, evidencia y práctica*. Biblioteca de la OMS. <https://cutt.ly/3SIKjnx>
- Organización mundial de la salud. (2013). *Plan de acción integral sobre la salud mental 2013 – 2020*. Biblioteca de la OMS. <https://cutt.ly/7AamI2R>
- Palomera-Chávez, Herrero, Carrasco Tapias, Juárez-Rodríguez, Barrales Díaz, Hernández-Rivas Llantá Abreu, Lorenzana, Meda-Lara & Moreno-Jiménez. (2021). *Impacto psicológico de la pandemia COVID-19 en cinco países de Latinoamérica*. Revista Latinoamericana de Psicología, 53. <https://cutt.ly/3AkOM5G>
- Paricio del Castillo, R., & Pando Velasco, M. F. (2020). *Salud mental infanto-juvenil y pandemia de Covid-19 en España: cuestiones y retos*. Revista De Psiquiatría Infanto-Juvenil, 37(2), 30-44. <https://cutt.ly/USIZhpe>

- Parra, A. (2015). *Estilos de defensa predominantes en relación con experiencias anómalo/paranormales*. Liberabit. Revista Peruana de Psicología, 21(1),115-121.
<https://cutt.ly/0AkPPKK>
- Pavarini, S., Barcha, E., Zazzetta, M., Alves, C., Petrili, J. & dos Santos, A. (2009). *Family and social vulnerability: a study with octogenarians*. Revista Latino-Americana de Enfermagem.17, (3) pp. 374-379. <https://cutt.ly/VSISR1d>
- Pedreira, J. (2020). *Salud mental y COVID-19 en infancia y adolescencia: Visión desde la psicopatología y la salud pública*. Revista especializada en salud pública, 94.
<https://cutt.ly/RSIHb8n>
- Quitian, J. Sáenz, O., Manrique, C., Gonzales, F., Rocha, N., & Miranda, R. (2011). *Un enfoque práctico de disnea*. Revista Colombiana De Neumología, 23(2), 55–59.
<https://cutt.ly/UAKAHc4>
- Ramírez, I. & Velazco, D. (2021). *Lo que dejó el covid-19 en la salud mental de los estudiantes*. Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, 5(6), 13778-13796.
<https://cutt.ly/PSIK6Sf>
- Ramos, C. (2021). *Diseños de investigación experimental*. CienciAmérica.10. 1-17.
<https://cutt.ly/hAkSuhb>
- Resolución 2358/ 1998. *Diario oficial año CLVI No. 51178*, 26 de diciembre 2019.
<https://cutt.ly/zAavY4i>
- Resolución 385/ 2020. *Diario oficial No. 51254*, 12 de marzo 2020. <https://cutt.ly/VAahl9D>
- Robinson, A. M. (2018). *Let's Talk about Stress: History of Stress Research*. Review of General Psychology, 22(3), 334–342. <https://cutt.ly/XSUchlr>

- Robles-Espinoza, Rubio-Jurado, de la rosa-Galvan, & Nava-Zabala. (2016). *Generalidades y conceptos de calidad de vida en relación con los cuidados de salud*. El Residente, 11(3). <https://cutt.ly/yHdjyqw>
- Sáez-Delgado, F., Olea-González, C., Mella-Norambuena, J., López-Angulo, Y., García-Vásquez, H., Cobo-Rendón, R., & Sepúlveda, F. (2020). *Caracterización Psicosocial y Salud Mental en Familias de Escolares Chilenos durante el Aislamiento Físico por la Covid-19*. Revista Internacional De Educación Para La Justicia Social, 9(3), 281–300. <https://cutt.ly/8SILNkx>
- Sakarneh, A. (2021). The Impact of COVID-19 and Lockdown on Families of Students with Special Education Needs, Cypriot Journal of Educational Sciences, 2021. *Cypriot Journal of Educational Sciences*, 16(3). <https://cutt.ly/cAaEzv7>
- Salas, F. (2018). *Caracterización de factores implicados en las conductas de riesgo en adolescentes*. Revista ABRA, 38(56), 1-16. <https://cutt.ly/BAkDfcC>
- Salazar, C. & Del Castillo, S. (2018). *Fundamentos básicos de estadística*. Quito. <https://cutt.ly/eAkDX6O>
- Salgado, E. (2015). *La enseñanza y el aprendizaje en modalidad virtual desde la experiencia de estudiantes y profesores de posgrado* (Tesis de Doctorado). Universidad Católica de Costa Rica. <https://cutt.ly/hSIDVhb>
- Segura, R. (2015). *El efecto de los factores estresantes en las mujeres*. Alternativas en psicología, XVIII. <https://cutt.ly/HAkFxy7>
- Trianes M., Mena, M., Fernández F., Escobar, M., Maldonado, E., & Muñoz, A. (2009). *Evaluación del estrés infantil: Inventario Infantil de Estresores Cotidianos (IIEC)*. Psicothema, 21(4),598-603. <https://cutt.ly/BSI1rbH>

- Trianes M., Mena, M., Fernández F., Escobar, M., Maldonado, E., & Muñoz, A. (2011). *Inventario Infantil de Estrés Cotidianos – IIEC: Manual técnico y de interpretación*. TEA Ediciones. <https://cutt.ly/FSI1ZGU>
- Urzúa, A., & Caqueo-Úrizar, A. (2012). *Calidad de vida: Una revisión teórica del concepto*. *Terapia Psicológica*, 30(1),61-71. <https://cutt.ly/uHdhhkz>
- Úsuga, A., Lemos, N., Pinzón, J., Pérez, P & Uribe, A. (2021). *Sucesos vitales estresantes, ansiedad y depresión en estudiantes de una universidad privada de Bucaramanga*. *Informes Psicológicos*, 21(2), 61-74. <https://cutt.ly/JAkFGDb>
- Vallejo, L., Arévalo, M., & Uribe, J. (2021). *Niveles De Estrés E Irritabilidad En Estudiantes Universitarios De La Ciudad De Medellín Durante La Época De Confinamiento Por Covid-19*. *Poliantea*, 15(27), 70–77. <https://cutt.ly/TAkWKRg>
- Van Liew, C., Santoro, M., Edwards, L., Kang, J., & Cronan, T. (2016). *Assessing the Structure of the Ways of Coping Questionnaire in Fibromyalgia Patients Using Common Factor Analytic Approaches*. *Pain research & management*. <https://cutt.ly/FSUV8SC>
- Valera, G., Bontempo, L., & Chacaltana (2021). *Desórdenes Emocionales ante el Impacto del Covid-19 en Estudiantes de Psicología de Lima e Ica*. *Conocimiento, investigación y educación*, 1(11). <https://cutt.ly/HAkGuBb>
- Verdugo, S., Keith, K., & Stancliffe (2005). *Quality of Life and its measurement: Important principles and guidelines*. *Journal of Intellectual Disability Research*, 49, 707-717. <https://cutt.ly/ZHdjDcB>
- Weber, J. G. (2011). *History and definition of stress theory*. In *Individual and family stress and crises*. SAGE Publications, Inc. <https://cutt.ly/CSUbeJc>

Yasmin, H., Khalil, S., & Mazhar, R. (2020). COVID 19: *Stress management among students and its impact on their effective Learning*. International Technology and Education Journal, 4(2). <https://cutt.ly/hAkGCoJ>