

**Afectaciones psicosociales debido a la pandemia en estudiantes y docentes de una
institución de educación superior en Cartago Valle**

Lyda Esperanza Peralta Betancourth

Código

20251714691

Universidad Antonio Nariño

Programa de Psicología

Facultad de Psicología

Cartago, Colombia

2022

NOTA DE ACEPTACIÓN

El trabajo de grado titulado

_____, Cumple con los
requisitos para optar

Al título de _____.

Firma del Tutor

Firma Jurado

Firma Jurado

Cartago noviembre 2022.

CONTENIDO

OBJETIVOS	7
Objetivo general	7
Objetivos específicos	7
JUSTIFICACIÓN	8
MARCO DE REFERENCIA	10
Antecedentes	10
MARCO TEÓRICO	21
MARCO LEGAL	25
MARCO CONTEXTUAL	26
METODOLOGÍA	27
Tipo de investigación	27
Fuentes de información	28
Instrumento	30
Procedimiento	31
Construcción del instrumento	32
Presentación de resultados	32
Discusión	32
Conclusiones	32
Recomendaciones	32
Cronograma	33
REFERENCIAS	34

Resumen

Cuando las personas se enfrentan a eventos no normativos, en lo esperado es que se presenten factores internos y externos, además de las formas en que se expresan estos, para la psicología es importante que puedan ser analizados para contemplar las maneras en que se hace afrontamiento, en la presente investigación se propone como objetivo conocer las afectaciones psicosociales debido a la pandemia en estudiantes y docentes de una institución de educación superior, la cual se desarrolla a través de la metodología de tipo mixta, los instrumentos utilizados se diseñaron a partir de un caracterización sociodemográfica para la etapa cuantitativa con la participación de 19 docentes y estudiantes universitarios; y para la etapa cualitativa se contó con 3 docentes universitarios y 3 estudiantes universitarios quienes dieron respuesta a la entrevista semi-estructurada.

Los principales hallazgos definen que las personas manifestaron emociones, sentimientos y pensamientos dentro de las condiciones naturales dado el Covid 19, sin embargo, logran realizar un afrontamiento positivo destacando sus recursos personales y psicosociales donde la familia, trabajo y amistades se convierten en una red de apoyo. Así mismo, se concluye de esta investigación que las afectaciones frente al evento por Covid 19, trajo malestar, pero la riqueza personal logró la adaptación, ajuste y un nuevo significado a la vida. Finalmente, se recomienda continuar fortaleciendo los aspectos socioafectivos de las personas desde una mirada preventiva en salud mental, lo que permitirá un adecuado afrontamiento en diversas circunstancias y diseño de estrategias de intervención.

Palabras clave: Afectaciones psicosociales, afrontamiento, emociones, Covid 19

Abstract

When people are faced with non-normative events, what is expected is that internal and external factors are presented, in addition to the ways they are expressed, to psychology it is important that they can be analyzed to contemplate the ways in which coping is done, in the present investigations it is proposed as objective to know the psychosocial affectations due to the pandemic on students and teachers of a higher education institution, which is developed through the mixed type methodology, the instruments used were designed based on sociodemographic characteristics for the quantitative stage with the participation of 19 teachers and university students; and for the qualitative stage there were 3 university professors and 3 university students who answered the semi-structured interview.

The main findings define that people manifested emotions, feelings and thoughts within natural conditions given Covid 19, it brought discomfort, however personal richness achieved adaption, adjustments and a new meaning to life. Finally, it is recommended to continue strengthening the socio-affective aspects of people from a preventive view in mental health, which will allow adequate coping in diverse circumstances and design of intervention strategies.

Keywords: Psychosocial affections, coping, emotions, Covid 19

Introducción

Existen situaciones cotidianas que hacen que las personas expresen sus percepciones en relación a un evento estresor, pudiendo ser saludable o no tanto, Así mismo, las emociones siempre estarán en su papel primordial de manifestarse para emitir una conducta, donde se movilizan aspectos biológicos, cognitivos y psicosociales. La llegada del Covid 19 como pandemia, hizo dar una mirada reflexiva a todos aquellos hábitos que se tenían establecidos para la convivencia, cotidianidad, manejo del control, salud, economía entre otros. Las personas empezaron a expresar emociones y comportamientos que dieron una mirada a partir de las ciencias sociales, en este caso de psicología. De acuerdo al documento denominado Covid “El impacto psicológico por la pandemia y por el ómicron puede ir agravándose con el tiempo” de Llorente 2021:

Cuando en junio de 2020 consultamos a la psicóloga belga Elke Van Hoof, especialista en estrés y trauma, sobre el impacto de la pandemia en la salud mental, nos dijo que el confinamiento era "el mayor experimento psicológico de la historia".

Con el paso de los meses, psicólogos, psiquiatras y trabajadores especializados en salud mental de todo el mundo empezaron a advertir sobre el aumento en consultas por trastornos de ansiedad y depresión, entre otros. Y hubo un reclamo generalizado a los gobiernos para que abordaran el tema de la salud mental en la pandemia.

Según un reciente estudio publicado por la revista científica *European Neuropsychopharmacology* (Neuropsicofarmacología europea) realizado durante la pandemia sobre más de 55.000 participantes de 40 países, se registraron múltiples y amplias vulnerabilidades, "desde ansiedad hasta la probable depresión y tendencias suicidas a través de la angustia"

A partir de este panorama, lograr comprender y conocer las afectaciones que se pudieron presentar resulta importante para las formas de intervenir, brindar las orientaciones para un adecuado tratamiento a las personas que atravesaron este tipo de eventos, en este caso dirigido a personas que tienen un perfil educativo universitario y estudiantil universitario.

Considerar la salud mental como eje principal en cualquier intervención, acción, promoción y prevención siempre será positiva.

La presente investigación brinda datos a nivel cualitativo y cuantitativo dentro de la población estudiada y objeto de investigación en un marco de teoría a partir de las emociones en el ser humano, estrategias de afrontamiento, redes de apoyo y soporte social, a través de una metodología de tipo mixta.

Los hallazgos se describen a partir de la teoría propuesta en esta investigación, en las categorías de emociones en las personas, estrategias de afrontamiento y percepción, las cuales a su vez incluyen las diferentes subcategorías que brindan al lector la comprensión del objeto de la presente propuesta investigativa. A nivel general se expresa que las personas si definen situaciones que pueden amenazar su vida y generar un malestar emocional, expresados en estrés, temor, incertidumbre, desesperanza, pero también se encuentra que existen recursos personales para realizar afrontamiento a los factores externos y logran emerger emociones a manera de reflexión de dar valor a la vida, ser sensibles, dar mayor valor al amor en la ayuda, apoyo, valor a la familia, desarrollo de empatía y solidaridad.

Finalmente, la composición del ser humano incluye la perspectiva biológica, cognitiva y psicosocial, dando un componente integral para la interpretación de los comportamientos humanos. La psicología como ciencia, le apunta a mejores condiciones en ver al ser humano y esto es lo que permite la investigación brindar explicación para mejores prácticas y atención desde esta postura.

Aproximación inicial al problema

Los seres humanos van mostrando cambios y ajustes en su proceso evolutivo y frente a diferentes condiciones, en algunos casos se pueden ver inmersos en situaciones de estrés, incertidumbre, cambios físicos, maduración neurocognitiva, como también en otros aspectos se saca ventaja al aprendizaje y desarrollo de estrategias de afrontamiento. Como se describe en Rosales (2017) El desarrollo humano es un proceso inacabado y pertinente en el ciclo de vida de las personas.

En relación con lo anterior, las personas debieron asumir una posición emocional, económica y personal con la llegada de la pandemia por el Covid 19 en el año 2020. Desde marzo de 2020, se ha identificado como una pandemia global debido a su rápida propagación y alto nivel de contagio; debido a esto, los gobiernos adoptaron una serie de medidas de bioseguridad para reducir la tasa de infección entre las personas; lo mismo ocurre con el aislamiento por zonas o el aislamiento general. (Peña y Rincón, 2020).

En Colombia el primer caso de Covid-19 se reportó en Bogotá el 6 de marzo de 2020; la persona infectada era un paciente de 19 años de Milán, Italia (Ministerio de Salud y Protección Social de Colombia, 2020). A partir de este momento se presentaron restricciones a la movilidad y conglomeraciones, afectando significativamente la economía, ocasionando aumento en el desempleo. Algunas empresas adoptaron el teletrabajo como mecanismo del ejercicio laboral, buscando preservar la integridad de los empleados, evitando así la propagación, sin abandonar la actividad económica y productividad de sus organizaciones; entre estas se encuentran las universidades que adoptaron medidas para continuar brindando la educación, la cual se movilizó a través de plataformas virtuales lo que permitía el entorno educativo apropiado frente a la pandemia y con la finalidad de cumplir la disposición del gobierno.

La educación bajo la modalidad virtual o academia en remoto, ha ofrecido la posibilidad de continuar con los estudios, mantenimiento del empleo e ingreso, generando un ahorro significativo de

dinero al anular los desplazamientos a los lugares de estudio o trabajo, la posibilidad de compartir espacios con la familia y ocupar tiempo en tareas del hogar, para las que antes no se tenía lugar, desde este punto de vista la pandemia se convirtió para muchas personas, en la posibilidad de reencontrarse consigo mismo y con sus familias, estos entre los factores positivos que se tuvieron durante la pandemia (Fernández, 2020).

Por otro lado, se presentaron múltiples dificultades por causa de las labores en remoto, por ejemplo, la carga académica se duplicó, puesto que los docentes asignaron sobrecarga de trabajo para desarrollar en casa, en una falsa creencia acerca de los estudiantes y sus compromisos, asumiendo que estos solo dedican su tiempo al estudio y al llegar la pandemia con la primera fase de confinamiento, se generaban bastante espacios de ocio, pero la realidad en muchos casos dista de lo planteado anteriormente, la estadía completa y total en casa, implicaba más labores domésticas, responsabilidades familiares, apoyo a los padres con el cuidado de hermanos menores, salir a comprar víveres con toda la carga emocional que esto trajera consigo; abandonar la seguridad de la casa para poder suplir los recursos que se agotaban en cuanto a alimentación, podría generar estados de angustia por un posible contagio y por los múltiples riesgos que se corrían al salir a las calles (Chávez, Muñoz, & González, 2021).

Adicional a esto, un gran número de estudiantes son personas laboralmente activas y que, sumado a toda la carga académica y familiar, debían rendir de forma óptima en su trabajo con todo lo que esto podía implicar. Se alternó el trabajo de manera remota y presencial, en busca de resultados de beneficio para las organizaciones, sin embargo, dentro del cronograma de actividades de recursos humanos, se impartieron un gran número de capacitaciones, reuniones y charlas motivacionales, que de una u otra manera requieren del limitado tiempo con el cual contaban tanto estudiantes como docentes universitarios, ya que a su vez deben cumplir con sus compromisos académicos y labores domésticas (Chávez, Muñoz, & González, 2021).

Sumado a esto, los estudiantes que son padres de familia, debían continuar con su obligación del cuidado de sus hijos, ocuparse de las labores del hogar, la obligación económica, las responsabilidades académicas, también se exhibieron dificultades con la estabilidad de conexión a

internet por la saturación de redes. Al presentarse esta sobrecarga de obligaciones, se llegó a límites emocionales, para los cuales no se tenía un plan eficaz de contingencia, se podía pasar de un estado ansioso y desesperado por la suma de responsabilidades a un estado de desesperanza, depresión y profunda tristeza por no saber cómo distribuir el tiempo adecuadamente, llevando de manera equilibrada y saludable todas las emociones que surgieron en el proceso (Chávez, Muñoz, & González, 2021).

Dando un vistazo a los maestros universitarios, no se aleja de la situación de la cual se viene tratando en este apartado. La presencia de la pandemia, trajo consigo un exceso de funciones laborales bastante significativa, también la capacitación contra reloj en las diferentes plataformas utilizadas para educación remota y que hasta el momento para muchos de ellos eran desconocidas, pero que debido a las circunstancias se convirtió en una herramienta fundamental y necesaria. Por otro lado no se podían abandonar las obligaciones personales, familiares, económicas, emocionales y de recursos de primera necesidad, tales como alimentos, medicamentos e implementos de aseo y bioseguridad; pero requerían de una exposición latente de sus vidas al salir de casa, esto no solo fue una preocupación vaga e infundada, realmente cobró la vida de muchas personas en Colombia y el mundo, la vida de familiares, amigos, vecinos, compañeros de estudio o de trabajo, que se contagiaron y perdieron la batalla contra el virus de Covid-19 (Chávez, Muñoz, & González, 2021).

De acuerdo con el planteamiento realizado previamente, surge la siguiente pregunta que guiará todo el recorrido de esta investigación, la cual permitirá analizar los factores psicosociales que han sido afectados en el ámbito educativo a causa de la pandemia del COVID-19:

¿Cuáles han sido las afectaciones psicosociales debido a la pandemia en estudiantes y docentes de una institución de educación superior en Cartago Valle?

Justificación

Conocer las afectaciones psicosociales debido a la pandemia del COVID – 19 en estudiantes y docentes universitarios de una institución de educación superior de la ciudad de Cartago, es importante, ya que esta situación inesperada ha transformado la vida de la humanidad y ha traído consigo múltiples afectaciones en los diferentes ámbitos donde suele moverse el ser humano. Es sabido que como seres sociales se requiere del contacto constante en diferentes entornos, fortaleciendo de esta manera aspectos psicológicos y emocionales; debido al confinamiento, la forma en que los grupos sociales se relacionaban cambió de manera abrupta, la modalidad de estudio, las dinámicas académicas, familiares y laborales, afectando significativamente la percepción y estado anímico en la población en general.

Esta investigación es pertinente ya que la meta que se pretende alcanzar, es identificar las diferentes afectaciones psicosociales que surgieron en los estudiantes y docentes universitarios, durante la pandemia y sobre todo en el confinamiento, recabando información que puede llegar a tener un plan de contingencia ante posibles situaciones similares a futuro, contrarrestando y generando planes de acción, que disminuyan el impacto negativo en la población académica.

Otro factor que se pretende alcanzar con esta investigación, es lograr recabar información suficiente, donde se pueda describir la percepción de los factores positivos y negativos propios del proceso de adaptación al confinamiento, los efectos emocionales, cognitivos y conductuales del trabajo en la universidad y la rápida respuesta de adaptación en algunas personas o por el contrario las dificultades que tienen otras, para adaptarse a los cambios abruptos, tales como los vividos durante este periodo.

Al identificar las emociones emergentes que surgieron durante este evento, queda en evidencia las múltiples problemáticas psicosociales, las cuales pueden darse a conocer a nivel institucional, exponiendo la evidente necesidad de fortalecer factores asociados a la salud mental y acompañamiento psicológico, en busca del mejoramiento del proceso académico y laboral.

Objetivos

Objetivo general

Conocer las afectaciones psicosociales en estudiantes y docentes de una institución de educación superior de la ciudad de Cartago Valle debido a la pandemia del Covid-19.

Objetivos específicos

1. Caracterizar los factores sociodemográficos de la población de estudiantes y docentes de una IES de Cartago Valle.
2. Identificar las emociones emergentes durante el evento de confinamiento del proceso de la pandemia en estudiantes y docentes de una IES de Cartago Valle.
3. Conocer los cambios socio familiares generados por el confinamiento en estudiantes y docentes de una IES de Cartago Valle.
4. Describir la percepción de los factores positivos y negativos y las estrategias de afrontamiento utilizadas en el proceso de adaptación al confinamiento en estudiantes y docentes de una IES de Cartago Valle.

Estado del Arte

En este apartado se exponen diversos aportes e investigaciones de bases de datos académicas, que se han realizado acerca del confinamiento por covid-19 y afectaciones emocionales, como categoría de búsqueda principal, también interacción social afectada, modalidad de educación remota, teletrabajo y dificultades propias del cambio. Las búsquedas se presentan de manera organizada, iniciando por las investigaciones internacionales, nacionales y finalizando en las locales.

Nivel Internacional

1. Empezaremos, resaltando estudios a nivel internacional, para ello tomamos el aporte realizado por Apaza, et al., (2020), denominado “Factores psicosociales durante el confinamiento por el Covid-19” realizado en la ciudad de Perú, a partir de la exploración del diseño no experimental, cuantitativo descriptivo, transversal, de correlación, y muestreo de conveniencia no probabilístico, se recolectaron las opiniones de 296 estudiantes universitarios del segundo al noveno semestre por medio de una encuesta online que se les envió entre los meses de abril y mayo de 2020. Entre los 296 estudiantes universitarios, el 66,2% fueron mujeres y el 33,8% fueron hombres, de los cuales la proporción de 20 a 30 años (53%) es mayor y la de 15 a 19 años (47%). El estudio explicó que bajo la pandemia provocada por la existencia del Covid-19, los estudiantes universitarios padecen estrés, depresión y ansiedad durante el confinamiento. En las mujeres la incidencia fue mayor que la de hombres; y la fatiga y el insomnio fueron los síntomas más significativos en estudiantes con prevalencia de estrés, depresión y ansiedad. Se puede afirmar, en función de los resultados obtenidos, que las mujeres son más vulnerables al estrés en una situación de aislamiento social obligatorio producto del Covid-19 que los varones. Con respecto a la depresión, del total de estudiantes el 45,9% se localizó en condición de depresión leve, de estos el 30,1% son mujeres y el 15,9% varones. Un 48% en depresión moderada, de estos el 31,4% mujeres y el 16,6% varones. En tanto, el 4,1% en depresión grave, siendo la mayor cantidad de datos distribuidos entre depresión leve y moderada; y, con mayor incidencia de depresión entre leve y grave en mujeres que en varones. Finalmente, en relación a

la ansiedad el 65,2% refirió tener ansiedad moderada., de estos el 40,9% son mujeres y el 24,3% varones. El 26,4% se encontró en la condición de ansiedad con intensidad grave, de estos el 18,2% son mujeres y el 8,1% son varones. Un 8,1% reportó ansiedad total, de los cuales el 7,1% son mujeres y el 1% varones. De los datos analizados, se revela que las mujeres tienden a presentar mayor intensidad de ansiedad en una situación de confinamiento que los varones.

El anterior estudio investigativo aporta a la actual investigación en que las afectaciones psicosociales debido a la pandemia no son iguales, ya que en mujeres prevalece más la vulnerabilidad de padecer estrés, depresión y ansiedad que en los hombres.

2. Otra de las investigaciones de carácter internacional, realizada por Estrada, et al., (2020), con el tema “Actitud de los estudiantes universitarios frente a la educación virtual en tiempos de la pandemia de COVID-19”. Esta investigación tiene como objetivo analizar la actitud de los estudiantes de la Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios frente a la educación virtual en tiempos de la pandemia del COVID-19, por otro lado la metodología que utilizaron fue cuantitativo, el diseño no experimental y el tipo de diseño transicional descriptivo, con una muestra conformada por 154 estudiantes de ambos sexos de la carrera profesional de educación y fue determinada mediante un muestreo probabilístico estratificado. El instrumento utilizado para la recolección de datos fue la Escala de Actitudes frente a la educación virtual, la cual cuenta con la confiabilidad y validez requerida. En base a los resultados se demostró que la mayoría de estudiantes presentan una actitud de indiferencia frente a la educación virtual y se hallaron diferencias estadísticamente significativas entre el sexo y la edad de los estudiantes.
3. Pasando a otro estudio internacional, el aporte realizado por los autores González, et al., (2020), sus estudios se enfocan en el “Impacto psicológico en universitarios mexicanos por confinamiento durante la pandemia Covid-19” el objetivo fue evaluar la ansiedad, la depresión,

el estrés y la salud de los estudiantes universitarios mexicanos durante las 7 semanas de encierro por la pandemia de Covid-19. El método fue observacional y transversal, la muestra se conformó por conveniencia y no aleatoria. N = 644 (276 mujeres y 368 hombres), con una edad promedio de 21 años ($\sigma = 3.56$). quienes completaron una encuesta en línea para detectar síntomas psicológicos, cuyo contenido fue compuesto por el Inventario de Ansiedad Estatal, Escala de Estrés Percibido (PSS-14) y el Cuestionario General de Salud (GHQ-28) y datos sociodemográficos. Los resultados obtenidos fueron: Síntomas (moderados a severos): estrés (31,92%), psicósomáticos (5,9%), problemas de sueño (36,3%), disfunción social en las actividades diarias (9,5%) y depresión (4,9%), especialmente en mujeres en el grupo de los estudiantes más jóvenes (18-25 años). En este último grupo también se detectó ansiedad (40,3%) con niveles más elevados en los hombres.

4. A nivel internacional, los autores Jacobo, et al., (2021), con su aporte investigativo “Miedo al Covid, agotamiento y cinismo: su efecto en la intención de abandono universitario” dieron por objetivo determinar si en estudiantes universitarios mexicanos el miedo al Covid-19, el agotamiento emocional y el cinismo son antecedentes de la intención de abandono escolar, utilizando como metodología una investigación cuantitativa, empírica, no experimental y transversal, en 478 estudiantes durante los meses de mayo y junio de 2020, en pleno periodo de pandemia de Covid-19. La técnica de análisis fue un modelo de ecuaciones estructurales con mínimos cuadrados parciales [PLS-SEM]. Se evidenció en los resultados que durante la pandemia de Covid-19, el miedo al Covid-19, el agotamiento emocional y el cinismo conducen a la intención de abandono escolar. El impacto mayor lo recibe del cinismo, seguido del agotamiento y finalmente del miedo. Se concluye que el miedo al Covid-19, el cinismo y el agotamiento influyen directa e indirectamente sobre la intención de abandono.

5. A nivel internacional, esta autora Anna María Fernández Poncela (2020), realizó este estudio “Estudiantes, emociones, salud mental y pandemia” El objeto de estudio de esta investigación son las emociones y sentimientos hoy para el estudiantado universitario en

tiempos de pandemia y confinamiento. Un acercamiento que se realiza con el método cuantitativo de encuesta y cualitativo con solicitud de relatos por escrito al respecto, todo por medio de internet, debido a las circunstancias no se pudo aplicar de forma presencial. Se trata de un estudio de caso y es un acercamiento inicial al tema de las emociones estudiantiles en época de pandemia, por tratarse de un tema de interés en el sentido de qué emociones sentían, cómo, por qué, con relación a qué, y cuál era su vivencia al respecto desde su testimonio personal y experiencia ante el tema de la consciencia de las mismas (Rogers, 2007). Se presentan las características básicas sobre la encuesta y los relatos, con los cuales se intenta entrelazar datos cuantitativos con narraciones cualitativas, con objeto de obtener un panorama amplio de tendencias de opinión y, en este caso, de sentimientos, para dotarlos de significado y riqueza descriptiva y más profunda, de aprehensión y comprensión.

6. El autor José Antonio Miguel Román en el año 2020, hizo un estudio a nivel internacional titulado “La educación superior en tiempos de pandemia: una visión desde dentro del proceso formativo” con el objetivo de analizar aspectos como el sentir, los obstáculos, los retos y las competencias a desarrollar tanto por estudiantes y docentes, como la parte administrativa de las IES. El diseño de la investigación es mixto, utilizando una muestra no probabilística de conveniencia, constituida por 34 docentes, 76 estudiantes. En los resultados queda claro que el sentimiento que predominó en este ajuste por parte de los estudiantes fue de malestar; por ejemplo, 18.57 % de éstos está inconforme y 17.14% estresado, mientras que bien y cómodo obtuvieron un porcentaje de 10% y 7.14% respectivamente. Con respecto a los docentes, éstos muestran un sentir contrario a lo que mencionan los estudiantes; éstos se sienten cómodos (24.24%); bien (21.21%) y toman la situación como un reto y una oportunidad (9.09%); mientras que 6.06 % muestra incertidumbre y siente estar cargado de trabajo.
7. Otro aporte de nivel internacional de los autores Pérez López, et al., (2020) titulado “Educación a distancia en tiempos de COVID-19: Análisis desde la perspectiva de los

estudiantes universitarios” tiene como objetivo analizar la incidencia del contexto personal y familiar en la equidad digital, identificar el modelo de enseñanza recibido, y conocer su valoración y percepción sobre este modelo. La investigación obedece a un estudio mixto de alcance descriptivo en el que se combinan métodos cualitativos y cuantitativos. En primer lugar, se realizó un cuestionario a estudiantes de la Universidad de Extremadura (UEX) (n = 548) y a posteriori se efectuaron entrevistas online a miembros del equipo de gobierno de la universidad. Los estudiantes procedentes de familias con un nivel formativo bajo tienen menos oportunidades de uso de tecnologías digitales. Se determina que la universidad debe transitar hacia modelos más colaborativos y centrados en el estudiante.

8. Los autores Sigüenza y Vílchez en el año 2021 desarrollaron una investigación a nivel internacional con el tema “Aumento de los niveles de ansiedad en estudiantes universitarios durante la época de pandemia de la COVID-19” con el objetivo establecer la relación entre la COVID-19 y la ansiedad en estudiantes de psicología y enfermería. Se realizó un estudio cuantitativo, exploratorio, descriptivo y transversal. La población fue de 66 estudiantes de las carreras de psicología y enfermería de la Universidad Técnica Particular de Loja, de los cuales el 28,8 % fueron hombres y el 71,2 % fueron mujeres. La media de edad fue de 20,21 años y se aplicó un pre- y post-test de la escala de Ansiedad Manifiesta para universitarios AMAS-C. Los sujetos se seleccionaron con un muestreo no probabilístico, por conveniencia y accidental. La ansiedad final de los universitarios durante la pandemia de la COVID-19 aumentó 2,59 puntos, en relación a la media del pre-test antes del confinamiento. La COVID-19 y el confinamiento de los estudiantes universitarios han incrementado sus niveles de ansiedad.

1. Para iniciar con los aportes nacionales los autores Wilmer Andrey Ríos, María Alejandra Fonseca y Claudia Seguanes Díaz (2021), su investigación abarca el tema “Afectaciones psicológicas frente al cambio de modalidad educativa presencial a virtual en estudiantes universitarios de administración en servicios en salud”. Esta investigación se desarrolló con un enfoque mixto donde se reunieron estudios cualitativos y cuantitativos por medio de una encuesta realizada a los estudiantes de la carrera de Administración en servicios de salud de U. Compensar, como instrumento se empleó una encuesta de 11 preguntas de selección múltiple evitando las preguntas cerradas, todo con el fin de determinar si los estudiantes de dicha carrera han presentado algún efecto psicológico durante su periodo académico y su relación con la modalidad virtual. Se aplicará de manera general con ayuda de la base de datos e información de la universidad para poder llegar a cada uno de los estudiantes, la participación será de manera voluntaria y sus respuestas serán tratadas con confidencialidad al momento de presentar los resultados. Observamos que con un 60% efectivamente el confinamiento y el cambio de modalidad educativa ha afectado de manera negativa a los estudiantes de la U. Compensar, esto pese a las diversas consecuencias y dificultades que nos ha traído la COVID 19, los estudiantes de manera directa e indirecta, hemos evidenciado el cambio en los métodos de aprendizaje lo cual también ha generado un bajo rendimiento académico, poco interés por aprender y la fácil distracción que se tiene al momento de recibir las clases virtuales.
2. Otro aporte de tipo nacional realizada por los autores Ramírez Bejarano, et al., (2021) con el tema “Pandemia, salud mental y desempeño académico de los y las estudiantes de la Unicamacho en 2020” tiene como objetivo caracterizar los efectos que la pandemia COVID-19 ha generado en la salud mental y el desempeño académico de los y las estudiantes de la Unicamacho. Es una investigación de tipo explicativo-comprensivo de corte transversal, donde se aplicó una mirada de complementación cualitativa y cuantitativa. Este ejercicio se realizó como parte del curso Sistematización de Experiencias con estudiantes de sexto semestre de Trabajo social 2020-2. Hubo cambios emocionales y de comportamiento por la pandemia en un

40.67%, no tuvo tanta relevancia el conciliar el sueño pues tuvo un puntaje de 20.33%, el estado de ánimo no fue tan negativo con un 34% de puntaje, los episodios de ansiedad, pánico o angustia por la pandemia tuvieron más relevancia con un 28.47% de puntuación, las afectaciones económicas familiares por la pandemia se vieron afectadas en un 36.60%, el desempeño académico también tuvo relevancia con 35.58%. Se concluye que la pandemia ha sido un evento estresante altamente traumático que ha afectado la salud mental de gran parte de las y los estudiantes de la Unicamacho y afectó negativamente su rendimiento académico.

3. A nivel nacional los autores Córdoba, et al., (2020), titulada “Caracterización de los Factores que Inciden en la Deserción Estudiantil en el Programa de Fonoaudiología en Época de la Pandemia COVID-19 en el año 2020” esta investigación tiene como objetivo caracterizar los factores por los cuales los estudiantes del Programa de Fonoaudiología UDES desertan de los estudios en época de la pandemia COVID-19. Esta investigación se realizó por medio de método descriptivo de corte transversal; la muestra seleccionada en el Programa de Fonoaudiología UDES fue de 97 personas. La prevalencia de deserción estudiantil en el programa mostró un 3,09%, es decir, se identificaron 3 individuos que desertaron totalmente del programa. El Programa de Fonoaudiología a pesar de las circunstancias que acarrea la pandemia a nivel mundial, regional y nacional no evidenció una gran afectación ya que solo el 3,09% de la población desertó de sus estudios universitarios en el semestre B del 2020.
4. Los autores Prada Núñez, et al., (2021) con el aporte “Efectos depresivos del aislamiento preventivo obligatorio asociados a la pandemia del Covid-19 en docentes y estudiantes de una universidad pública en Colombia” dieron por objetivo determinar los efectos depresivos causados por el aislamiento preventivo por la pandemia del Covid-19 en estudiantes y docentes universitarios. Enfoque cuantitativo a nivel descriptivo-correlacional. Se aplicó el inventario de depresión de Beck a una muestra de 100 docentes y 394 estudiantes de una universidad pública en Colombia. En cuanto a los niveles de afectación no hay diferencias significativas entre

docentes y estudiantes, sin embargo, sí hay diferencias respecto al género, con mayor incidencia en los hombres; así mismo se identificó que las personas entre 16 y 35 años se ubican en los niveles de depresión moderada y grave. Para el estado civil se determinó con mayor presencia en la depresión mínima, contrario a las personas viudas que se concentran en el nivel de depresión grave. Para las personas encuestadas se presentó algún nivel de afectación, lo que se convierte en un antecedente de los posibles efectos del aislamiento preventivo obligatorio. Los resultados del estudio son relevantes para la generación de programas de intervención en bienestar universitario que mitiguen el efecto de esta situación de anormalidad social. Dado que la muestra no es probabilística no se pueden hacer inferencias, sin embargo, los resultados reflejan la existencia de afectaciones en un grupo considerable de personas que no pueden ser deslegitimadas.

5. Otra investigación a nivel nacional realizada por los autores Chaves Campo en el año 2021 con el tema “Deserción académica universitaria y aislamiento preventivo obligatorio en Colombia: Estudio “CHEMA - COVID-19”” dieron por objetivo determinar la relación entre los cambios producidos por el APO, a raíz de la pandemia COVID-19, en los hábitos de estudio y la motivación de aprender, con respecto a la intención de deserción académica en la FACH de Unicatólica. Es una investigación de alcance correlacional longitudinal y descriptivo, con muestra probabilística de panel fijo, que identifica los factores ambientales de aprendizaje del educando, la metodología adoptada por los docentes y las acciones institucionales, en una correlación positiva con la decisión de continuidad académica. Los resultados contribuyen a estimar una tasa de deserción para el segundo semestre del año 2020, e identificar su comportamiento desagregado en la población educativa y otras variables intervinientes. Ambas muestras permiten asegurar que la población objeto del estudio presentó una intención de continuidad académica motivada en parte por los hábitos de estudio y por la necesidad de aprendizaje, que vivieron en el periodo de APO en Colombia, a causa de la pandemia por COVID-19.

6. A nivel nacional, los autores Galvis, et al., (2021) realizaron una investigación titulada “Tensiones y realidades de los docentes universitarios frente a la pandemia Covid-19” con el objetivo de Analizar la percepción de Docentes de universitarios sobre la carga laboral, física y mental causada por su actividad laboral en la contingencia por pandemia Covid-19. Acorde a la percepción del docente universitario y dado la situación de pandemia Covid-19, existe un mayor impacto en la carga laboral físico-mental que lleva a proponer programas de salud pertinentes que aporten a aminorar este efecto. Se desarrolla un estudio de diseño fenomenológico en el que se incluyen 178 docentes universitarios del ciclo 2020-I con contrato laboral medio tiempo (4 horas) en horario de la mañana- noche y contrato laboral tiempo completo (8 horas); que se encuentran laborando desde sus casas en metodología teórica, práctica y teórico-práctica. Se encuentra que los docentes evidencian afectación en su carga física y mental debido a la contingencia por pandemia Covid-19, relacionando la jornada laboral, intensidad de trabajo, las relaciones interpersonales con respecto a los diferentes tipos de cargas desde la habitualidad al contexto especial dado por la contingencia, en donde el esfuerzo físico-mental, las situaciones de tipo estresantes en la actividad laboral y extra laboral son factores atribuidos al desgaste profesional del docente, la modalidad virtual ha generado que los docentes tengan conductas físicas y psicológicas cambiantes. La importancia de esta investigación no solo radica en la detección de problemas serios que afectan la carga laboral y física de los docentes universitarios lo cual seguramente se extiende a todos los docentes que se encuentran en trabajo virtual y en línea, dada por la contingencia; sino por la predicción de problemas futuros, desencadenados de esta situación que se pueden convertir en patologías instauradas afecciones de tipo emocional y mental que requieren de trabajo continuo para restaurar el bienestar docente.
7. Para finalizar con las investigaciones a nivel nacional, la autora Daniela Jiménez Blanco en el año 2020, realizó un estudio llamado “Niveles de ansiedad y depresión en estudiantes

universitarios de Santander durante el periodo de cuarentena por coronavirus (Covid-19): Un estudio descriptivo.” Esta investigación tiene como objetivo evaluar los niveles de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios de Santander durante el periodo de cuarentena por coronavirus. Se utilizó una metodología de enfoque cuantitativo con un diseño no experimental, con dos cortes transversal a diferentes muestras y se implementó un muestreo no probabilístico a conveniencia. Se contó con la participación de 272 estudiantes universitarios. Para la recolección de datos se utilizó el Inventario para la depresión de Beck-Segunda Edición y el Inventario de Ansiedad de Beck. Los resultados demuestran durante la primera fase de la contingencia la existencia de niveles severos en las categorías de ansiedad moderada y leve en las universitarias sin reporte diagnóstico en comparación con los hombres, mientras que en mujeres con reporte diagnóstico las puntuaciones corresponden con niveles graves y moderados. Se identificaron diferencias entre los géneros, siendo las mujeres quienes obtuvieron mayores puntuaciones en la mayoría de las variables de estudio, puesto que se evidenció que los hombres tuvieron puntuaciones mayores en síntomas cognitivos. Los universitarios con reporte de antecedentes diagnósticos mostraron mayores niveles de severidad ansiosa y depresiva, en contraste con los participantes que no tienen historial de diagnósticos psiquiátricos, lo cual, puede asociarse con una propensión a la afectación de la salud psíquica en personas con este tipo de antecedentes, ante situaciones novedosas y estresantes, que incluso pueden representar una amenaza, cómo puede serlo, la cuarentena debida al brote del COVID-19.

Local

1. En cuanto a lo competente con investigaciones locales, se tiene como referente la realizada por Manuela Alejandra Murillo Flórez en el 2021, llamado “Niveles de procrastinación en jóvenes universitarios a raíz del confinamiento por Covid 19”, aplicando un tipo de investigación mixto, con componentes tanto cualitativos como cuantitativos, el objetivo general de dicha investigación, fue propuesto para describir los niveles de procrastinación en los jóvenes

universitarios de 18 a 30 años de la ciudad de Cartago, a raíz de la cuarentena obligatoria por la pandemia del Covid 19 y su relación con la percepción de la calidad en la formación profesional. Para esta investigación se empleó una población de 3 personas, tanto hombres como mujeres, que pertenecían al cuerpo estudiantil de universidades de la ciudad Cartago, en cualquiera de sus diferentes niveles de la formación (Semestres) y en diferentes facultades. La muestra inicial se conformó por un grupo de 50 estudiantes a quienes se les aplicó el test de procrastinación “Escala de Procrastinación Académica en Estudiantes (PASS)”. Para la muestra inicial se tomó un subgrupo de 10 estudiantes, con los cuales se aplicó de forma individual una entrevista semiestructurada, la cual arrojó como resultado la información pertinente para establecer el campo cualitativo necesario para complementar la investigación. Una vez recolectados los datos, se realizó el proceso de análisis de información y de esta manera dar lectura e interpretación a las respuestas dadas por cada uno de los estudiantes que aplicaron estos instrumentos. Los hallazgos de esta investigación, muestra que los estudiantes universitarios sintieron desmotivación con sus quehaceres universitarios, al darle más relevancia en tiempo y acción a los momentos de ocio en redes sociales, teniendo como herramienta fundamental de comunicación los medios electrónicos por la falta de contacto social. La falta de energía y el cansancio mental también fue un factor determinante en la investigación, puesto que los estudiantes no sentían el interés y la motivación suficientes para culminar con sus obligaciones escolares de manera óptima, sino que por el contrario se hacían solo por cumplir con un requisito solicitado.

Con esta búsqueda y estado del arte, en donde se han citado múltiples investigaciones que cuentan con pilares relacionados a la investigación actual, frente a temas de afectaciones emocionales en estudiantes y docentes universitarios tras la pandemia, cambios significativos en las rutinas diarias y contacto psicosocial, entre otros, hacen que esta investigación sea pertinente y de gran utilidad para la población académica y la sociedad en general, logrando ser acorde a los objetivos planteados mostrando como los múltiples factores relacionados con los

cambios emocionales asociados a cambios abruptos de las rutinas y al confinamiento pueden traer consecuencias emocionales en la comunidad académica de estudios superiores.

Marco de conceptos

Para este apartado dentro de la investigación la definición de la pandemia surge como el panorama para la contextualización en términos de salud, enfermedad y pandemia que afectó a la población mundial trayendo diversas experiencias en la vida de las personas.

El impacto de la pandemia por Covid 19 en población universitaria

A finales de 2019, un síndrome respiratorio desencadenó una epidemia, que despertó la vigilancia de los residentes en Wuhan, China. En vista de la naturaleza inusual de la enfermedad, la falta de información clínica, la frecuencia desconocida, la distribución y el potencial de propagación, los líderes del departamento de salud de China, realizaron una investigación exhaustiva y hasta el 7 de enero de 2020, pudieron caracterizar un nuevo tipo de coronavirus, que luego fue nombrado oficialmente COVID-19 por la Organización Mundial de la Salud (Peña y Rincón, 2020).

Debido a esto, se han realizado algunos estudios científicos sobre los efectos del confinamiento en el campo psicológico en poblaciones en cuarentena. Según Khan et al. (2020) señalan que la experiencia de la ansiedad, el estrés, la depresión, el miedo, los ataques de pánico, el insomnio, la ira y la decepción se manifiestan en las personas debido a la pandemia Covid-19.

En Colombia la alerta sanitaria se desencadenó el 12 de marzo de 2020, una cuarentena a nivel nacional comenzó, haciendo obligatorio el confinamiento para toda la población. Es evidente que los efectos provocados por el virus aparecen de diferentes formas dependiendo de las condiciones personales y sociales, lo que puede contribuir a un mayor o menor impacto (Ruíz, et al, 2020). Lo cierto es que, a pesar de las diversas políticas y prácticas de autocuidado encaminadas a contener y controlar la pandemia, esto creó problemas tanto económicos, psicológicos y emocionales para las comunidades. El impacto más inmediato, evidentemente, fue el cese temporal de actividades presenciales en las universidades, especialmente por parte de estudiantes y docentes, en una situación completamente nueva y sin una idea clara de cuánto durará, con un impacto fuerte en sus vidas, viendo afectaciones psicosociales como estrés, ansiedad y depresión.

Según la UNESCO, (2020), en las consecuencias a corto plazo habrá un número de estudiantes que ya no volverán a las aulas. En Estados Unidos se ha calculado, a partir de una encuesta a estudiantes 21 de pregrado, que uno de cada seis estudiantes no volverá al campus cuando las actividades presenciales se reanuden; pero, también, que cuatro de cada diez seguirán tomando cursos de educación superior a distancia. Sin embargo, a medio plazo lo más probable es que se asista a un repunte de la demanda de educación superior que ya se dejaría sentir con fuerza a partir del próximo curso académico.

Las causas de este repunte son fundamentalmente exógenas al sector y tienen que ver con el fenómeno de la búsqueda de refugio en un contexto de depresión económica. Muchos jóvenes solicitarán el acceso, o la vuelta, a la educación superior, particularmente en los casos en que los aranceles son bajos o inexistentes, intentado así tomar posiciones ante la recesión económica y el aumento del desempleo que serán, muy probablemente, fenómenos que habrá que enfrentar en los próximos años. A largo plazo, se estima ya volver a la normalidad y que ya hayan cesado los malestares causados por las afectaciones psicosociales que la pandemia del Covid-19 ha dejado.

Etapa de la adultez (temprana e intermedia)

Según Papalia, la adultez temprana, es el periodo que viene después de la adolescencia y antes de la adultez intermedia, comprendida entre los 18 y 40 años aproximadamente, entendiéndose como

uno de los momentos más largos y decisivos en la vida del ser humano; es el inicio de su independencia, en donde se permite explorar su entorno y el papel que representa.

En este periodo el adulto goza de buen estado físico, sin embargo, se presentan cambios cognoscitivos, físicos, psicológicos y comportamentales, importantes para una salud adecuada a lo largo de su vida. En esta etapa el adulto joven, decide explorar su potencial ingresando a instituciones de educación superior, enfrentando a su vez las dificultades propias de una vida con responsabilidades y dejando atrás la inestabilidad de la adolescencia.

En este lapso de tiempo, el adulto joven se encuentra en óptimas condiciones físicas y psicoemocionales, con los niveles muy altos de energía, sin embargo, puede ser una etapa en donde se adopten hábitos nocivos, tales como consumo excesivo de bebidas embriagantes, sustancias psicoactivas o tabaco, que pueden afectar de manera negativa su desempeño.

En temas de relaciones interpersonales y dinámicas familiares, es en la adultez temprana donde pueden darse las primeras decisiones de enfrentar una relación de pareja más estable y conformar un hogar, asumir responsabilidades como la adquisición de bienes y servicios que considera necesarios para su forma de vida.

Por otro lado, la adultez intermedia, está comprendida entre los 40 y 65 años de edad, después de la adultez temprana y antes de la adultez tardía. En este periodo se presenta un desgaste energético propio de la edad, pero se tiene estabilidad laboral y económica, adicional una familia totalmente conformada y estudios superiores culminados con un aprendizaje cristalizado.

A su vez en esta etapa pueden manifestarse afectaciones de salud y disminución de los sentidos, los procesos cognitivos superiores como la atención, memoria y orientación se ven reducidas de manera significativa.

En lo que respecta a la adaptabilidad al cambio, hace parte de las habilidades que tiene el ser humano para enfrentarse y adaptarse a nuevas situaciones; modificando de ser necesario su propia conducta; lo cual le permitirá alcanzar los objetivos que se haya planteado. Durante la aparición de estos nuevos escenarios pueden surgir una serie de dificultades que generalmente provienen del mundo

exterior, exigencias en el ámbito laboral o incluso la vida familiar. Teniendo en cuenta la postura de Lopera (2016) la adaptación al cambio se concibe como un proceso de relación recíproca del individuo con el entorno, la modificación, que tiene en cuenta al resolver las tensiones existenciales; búsqueda de un vivir bien (armonía), más allá de solo el equilibrio. Y para esto el sujeto instituye normas provisionales y coincide con estas, pero mantiene la posibilidad de modificarlas cuando sea conveniente por el cambio propio o de las circunstancias.

Actividad laboral en la adultez

Como parte de este proceso de transformación y desarrollo del ser humano, se identifica la acomodación laboral, como un eslabón fundamental en la vida del adulto. Durante esta etapa el ser humano emprende una búsqueda de esta a nivel general por obtener estabilidad laboral, económica y familiar; es gracias a esto podrá llevar a cabo todos los proyectos individuales y familiares de manera gradual.

Marco Legal

Los aspectos éticos de la investigación humana consideran las siguientes cláusulas: Recuerde, en toda investigación que utilice a los seres humanos como objeto de investigación, deben prevalecer estándares que respeten su dignidad y protejan sus derechos. La investigación en humanos debe realizarse de acuerdo con los siguientes estándares: Se ajustará de acuerdo a principios científicos y

éticos que justifican su racionalidad, con base en experimentos previos en animales, laboratorios u otros hechos científicos, y sólo se realizará si no pasa ningún otro medio adecuado. Sólo procederá cuando se adquiriera el conocimiento que se pretende generar. La seguridad de los beneficiarios debe prevalecer y en todo momento expresar claramente el riesgo (mínimo) que no deben correr.

Marco Contextual

Los coronavirus forman parte de la familia coronaviridae, virus capaces de ocasionar una serie de enfermedades en el tracto respiratorio, que pueden incluir desde un resfriado común, hasta procesos más complicados como el Síndrome Respiratorio de Oriente Medio (MERS) y el Síndrome Respiratorio Agudo Severo (SARS), por tal motivo han dejado de ser considerados como virus relativamente inofensivos captando la atención de científicos a nivel mundial (Yin & Wunderink, 2018). En diciembre del 2019, se aisló una cepa de coronavirus en Wuhan, China, causante de la enfermedad denominada COVID-19, considerada pandemia por la afectación causada a nivel mundial y por su rápida propagación (OMS, 2020). El COVID-19 por lo tanto, puede definirse como una enfermedad de tipo infecciosa cuyo agente causal es el coronavirus SARS-CoV-2, definido así por el Comité Internacional sobre la Taxonomía de los Virus (ICTV por sus siglas en inglés) & quot;

coronavirus 2 del síndrome respiratorio agudo severo”, con síntomas similares de gripe y en algunos casos es capaz de provocar Infección Respiratoria Aguda Grave (Ministerio de Salud Gobierno de Chile, 2020b).

Marco teórico

Con la finalidad de abordar las conceptualizaciones a partir del objetivo de la investigación, el marco teórico se encuentra dirigido a abordar los temas pertinentes que darán sustento a la misma.

1. Estrategias de afrontamiento

Los seres humanos en su cotidianidad deben realizar actuaciones que les permite desenvolverse en su contexto, sea este familiar, laboral y psicosocial. Estas cotidianidades están impregnadas de situaciones en ocasiones positivas y de otras no tanto. Es ahí donde las personas deben considerar sus recursos personales, desenvolverse como seres participativos y brindar una descripción de sus respuestas. En relación encontramos a Macías et al. (2013) quienes citan a Lazarus y Launier (1978) “definieron el afrontamiento como los esfuerzos intrapsíquicos orientados a la acción con el fin de dar manejo a las demandas internas y ambientales que ponen a prueba o exceden los recursos personales”.

Siendo estos esfuerzos internos y externos analizados desde la mirada psicológica dado su diversidad y amplitud para la comprensión del ser. Quiriendo decir que las personas no solo actúan

desde su individualidad, también los aprendizajes e historias llevan a una mirada integral, donde las emociones, formas de razonar y sentir, se mueven en mundos de posibilidades.

Sin embargo, contar con opciones para el entendimiento de los comportamientos es riqueza psíquica y en su mayoría se espera que las personas dirijan sus acciones para su saludable bienestar y mejor afrontamiento. Macías et al. (2013) refiere y cita al respecto:

El afrontamiento se deriva de las interacciones de las personas con y en las múltiples circunstancias de su vida en los contextos socioculturales, lo cual deja ver la multicausalidad del fenómeno. Dichas interacciones implican efectos de mutua influencia sobre las variables personales y situacionales y, por tanto, una causación recíproca (Fleischman, 1984; Folkman, 1986), donde la mediación se da a través del intercambio simbólico en un contexto social determinado, es decir, en términos de creencias, normas sociales, costumbres, la asimilación de derechos y deberes, esquemas de comportamiento, significados, etc., que caracterizan a las instituciones a las cuales el individuo pertenece (Blanco, 1995). (p.127).

Seguidamente, en la dinámica de conceptualizar sobre el afrontamiento como un proceso ligado a la personalidad y su medio en Felipe y Del Barco (2010), citan a Lazarus (1966), en definir:

Formuló su teoría procesual sobre el afrontamiento iniciando un fructífero campo de investigación que en la actualidad contempla varias áreas de interés entre las que se destacan las estrategias de afrontamiento que utilizan diferentes grupos de población, así como su utilidad y eficacia para adaptarse a situaciones de estrés (p.e., Samper, Tur, Mestre y Cortés, 2008). Lazarus y Folkman (1986) definieron el afrontamiento como aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas, externas y/o internas, que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo. Más tarde, este planteamiento teórico evolucionó hacia una teoría de las emociones y se ha orientado hacia posiciones constructivistas y cualitativas (Lazarus, 2000) (p.245)

Continuando en la línea de definir el afrontamiento, es interesante traer el valor que poseen o le otorgan las personas a la manera de percibir o concebir lo social en sus propias vidas, de

allí se deriva la comprensión desde lo que se recibe y lo que se entrega, una interacción de doble línea.

Macías et al. (2013) cita: Como lo plantea Blanco (1995), retomando los postulados de interaccionismo simbólico el individuo en la medida en que pertenece a un contexto socio-cultural es partícipe activo de una realidad simbólica unida por el lenguaje. Al ser parte de esa realidad, el individuo genera un esquema de comportamiento; así, al realizarse cualquier cambio en su sistema socio-cultural, necesariamente cambiarían los esquemas o representaciones mentales que la persona ha creado (Secor & Backman, 1964; Eiser, 1989; Rodríguez, 1991). (p.127)

Por eso encontramos personas que en ocasiones utilizan recursos más favorables en sus vidas que en otros. Imaginemos un ejemplo donde un individuo ha tenido dificultades en relación al valor de los derechos y que le han sido vulnerados, puede existir dos opciones; una que utilice la garantía y exigencia de sus derechos y su malestar sea resuelto, otra que lo lleve a la desesperanza y se generen aspectos inadecuados en su comportamiento. Vázquez, Crespo y Ring (s.f) cita y menciona:

Por ejemplo, la escala de modos de afrontamiento (Ways of coping, WOC) de Folkman y Lazarus (1985), un instrumento que evalúa una completa serie de pensamientos y acciones que se efectúan para manejar una situación estresante, cubre al menos ocho estrategias diferentes (las dos primeras más centradas en la solución de problemas, las cinco siguientes en la regulación emocional, mientras que la última se focaliza en ambas áreas):

1. Confrontación: intentos de solucionar directamente la situación mediante acciones directas agresivas, o potencialmente arriesgadas.
2. Planificación: pensar y desarrollar estrategias para solucionar el problema.
3. Distanciamiento: intentos de apartarse del problema, no pensar en él, o evitar que le afecte a uno.
4. Autocontrol: Esfuerzos para controlar los propios sentimientos y respuestas emocionales.
5. Aceptación de responsabilidad: Reconocer el papel que uno haya tenido en el origen o mantenimiento del problema.

6. Escape – evitación: empleo de un pensamiento irreal, improductivo (p. ej., “Ojalá hubiese desaparecido esta situación) o de estrategias como comer, beber, usar drogas o tomar medicamentos.

7. Reevaluación positiva: Percibir los posibles aspectos positivos que tenga o haya tenido la situación estresante.

8. Búsqueda de apoyo social: acudir a otras personas (amigos, familiares, etc.) para buscar ayuda, información o también, apoyo emocional. (p.427).

Y, desde esta mirada la psicología como ciencia permite dar significado a las múltiples opciones para resolver una situación y que en su mayoría de veces es dar vuelta a la cara de la moneda porque siempre existirán varios modos. De ahí, analizar si son adecuados o no. En Lazarus (1999):

Mi postura, en general, es que las personas perciben y responden a las realidades de la vida más o menos exactamente, de lo contrario no podrían sobrevivir ni florecer. Sin embargo, también contemplan las metas y creencias personales en sus percepciones y apercepciones, y en cierto grado todos vivimos en la ilusión (Lazarus, 1983, 1985). Las personas no solo quieren percibir y valorar los sucesos con realismo, también quieren colocar los sucesos bajo la mejor luz posible para no perder su optimismo o esperanza. (p.19)

1.1. Las formas de modular la conducta como estrategias de afrontamiento

Cuando las personas realizan afrontamiento a las diversas situaciones presentadas, se logra evidenciar que a nivel psicológico existen estímulos que juegan un papel preponderante en los comportamientos, vistos, como internos o externos, expresados en los primeros en condiciones por ejemplo desde la personalidad, genética y biología, para los segundos, en las posibles redes de apoyo, recursos físicos y materiales. Seguramente no es lo mismo alcanzar una meta o enfrentar una situación de estrés solo, que con el apoyo de otros. Si bien, la motivación intrínseca dinamiza comportamiento, también lo hace la extrínseca.

En Vázquez, Crespo y Ring (s.f), tanto los factores internos (estilos habituales de afrontamiento y algunas variables de personalidad) como los externos (recursos materiales,

apoyo social y la actuación de otros factores estresantes simultáneos) pueden modular, de forma favorable o desfavorable el impacto de un estresor. (p.428)

Al plantear una perspectiva de elementos intrínsecos, se presenta la personalidad desde la construcción psicológica que realiza cada persona, por ejemplo, existen rasgos introvertidos, otros extrovertidos, unos más propensos a la crítica otros no tanto, otros con mayores niveles de inteligencia que otros, que finalmente harán un entender en su manera de actuar. En Vázquez, Crespo y Ring (s.f), se describen aspectos sobresalientes en relación a la personalidad como son la búsqueda de sensaciones, sensación de control, optimismo y otras variables. Para el caso de la búsqueda de sensaciones define que de acuerdo a Zuckerman (1974), esta contribuye a la explicación de un buen número de conductas. Para el caso de sensación de control, son una de las variables más importantes que modulan los efectos de un estresor potencial, en la sensación de control sobre el mismo. En el optimismo, define la expectativa generalizada de que los resultados serán positivos, por ejemplo, una actitud positiva frente a síntomas de enfermedad como el cáncer, en los casos de personas pesimistas se denotan síntomas negativos y de evitación. Y, en otras variables, citando a Taylor (1991), que, al parecer el sentido del humor, no tomarse todo en serio, coherencia de la propia vida son elementos a considerarse. (p.430)

Ya en la perspectiva de lo externo, el apoyo familiar y social son fundamentales para el desarrollo del afrontamiento puesto que está ligado al sentimiento de ser comprendido y valorado, red de apoyo que además brinda la interacción para expresar, dialogar. En Vázquez, Crespo y Ring (s.f), El apoyo social puede considerarse de dos maneras. En primer lugar, como un recurso o estrategia de afrontamiento (p. ej., hablar con un familiar o amigo ante un problema), en este sentido, es uno de los mecanismos que la gente valora como más eficaces para afrontar situaciones emocionales difíciles (Folkman y Cols., 1986, Vázquez y Ring, 1992, 1996). En segundo lugar, puede entenderse como un amortiguador del propio estrés (Barrera, 1988); por ejemplo, la falta de personas próximas en las que confiar en circunstancias difíciles eleva de forma extraordinarias el riesgo de aparición de episodios depresivos en personas vulnerables (Brown y Harris, 1978). (p.431)

1.2. Una mirada al estrés y las estrategias de afrontamiento

En muchas ocasiones se escucha hablar del estrés y se vuelve un tema cotidiano dentro de las personas y pareciera que fuera algo que se ha normalizado como para definir una situación que genera incomodidad o malestar en la vida de las personas. Sin embargo, el estrés debe contener una definición que permita su interpretación dentro de las acciones humanas, como por ejemplo para reconocer sus implicaciones, formas de manifestación, el papel que juega en los sentimientos y emociones. En Torrades (2007), se logra encontrar la definición que hace la Organización Mundial de la Salud (OMS), “define el estrés como «el conjunto de reacciones fisiológicas que prepara el organismo para la acción». En términos globales se trata de un sistema de alerta biológico necesario para la supervivencia”. (p.109).

Con esta perspectiva se entrega una mirada para su comprensión a partir de lo biológico, siendo así un aspecto natural que pueden experimentar las personas, que además cumple una función fundamental en el desenvolverse como seres que interactúan constantemente. Pero, seguramente es necesario describir su papel y las razones de su relación con actitudes poco positivas. Por ejemplo, se logra evidenciar, escuchar las personas decir “estoy agotada, vivo con demasiado estrés, debo controlar el estrés o me voy a enfermar entre muchas otras ideas o interpretaciones”.

Si algo es fácil de entender es que el estrés lo viven todas las personas, y con lo referido por la OMS no solo tiene un contenido negativo, también hay uno positivo.

Morrison y Bennett (2008), citan a Lazarus: Hay cierto estrés que es bueno para nosotros (factor estresante positivo o de «eutress»); pero las valoraciones y las emociones negativas suelen despertar un deseo de reducir esos pensamientos y sentimientos para restaurar un sentido de armonía o equilibrio en nuestra vida. Aunque existen más de 30 definiciones de lo que se entiende por afrontamiento, el modelo transaccional de Lazarus ha tenido el impacto más profundo sobre el concepto de afrontamiento. Según este modelo, el estrés psicológico se debe a un ajuste desfavorable entre el individuo y su entorno; en otras palabras, cuando existe un desajuste percibido entre las demandas y los recursos que el individuo percibe que tiene en determinada situación (Lazarus y Folkman, 1984; Lazarus, 1993 a). los individuos

tienen que cambiar, o bien el estresor, o bien como lo interpretan para que parezca más favorable. Este esfuerzo se denomina afrontamiento. (p.398)

Dado lo anterior el estrés siempre estará presente en la vida, sin embargo, es pertinente su forma de analizar el impacto de cómo los estímulos, cómo las cogniciones y cómo las respuestas fisiológicas se movilizan en las conductas o las interpretaciones. Cuando las condiciones de estrés se resuelven utilizando habilidades positivas, el resultado dará una perspectiva o visión optimista y facilita la solución de conflictos. Por el contrario, si esas habilidades no se muestran saludables se convierte en un malestar psicológico que de alguna manera influye en el ámbito orgánico y en ocasiones provoca enfermedades. Visto así, el estrés implica un ajuste.

En Morrison y Bennett (2008), El afrontamiento no consigue inevitablemente suprimir el estresor, pero consigue superar la situación de diversas maneras, por ejemplo, dominando nuevas habilidades para asumir el estrés, tolerarlo, volver a valorarlo o minimizarlo. Por tanto, el afrontamiento trata de conseguir la adaptación. Por ejemplo, si el suceso estresante es el inicio de un nuevo trabajo, y esto provoca ansiedad, el afrontamiento puede consistir en centrarse en el «trabajo» (pensar en las ventajas del nuevo cargo, tomar contacto con nuevos compañeros, obtener información sobre la empresa y sus productos), o se puede centrar en la ansiedad (hablar con un amigo, emborracharse). Como ilustra este ejemplo, el afrontamiento puede ser cognitivo o conductual, activo o pasivo. (p.399)

Las respuestas de afrontamiento permitirán una solución si bien, se ejecutan acciones positivas y como un proceso de aprendizaje, con enriquecimiento de habilidades para las interacciones y su mundo tan diverso y fluctuante, además se propicia la conexión con la vida esperanzadora, optimista y que nada podrá tener el control total de ser. En el caso de los afrontamientos negativos en relación al estrés mostrarán la vida con un panorama menos esperanzador y se implantará la idea o cognición de ser difícil o desencadenar barreras para su solución.

En Morrison y Bennett (2008), citan a Lazarus y se describen unas categorías de afrontamiento frecuentemente empleadas:

- Afrontamiento orientado a los problemas (función de resolución de problemas), es decir, los esfuerzos de afrontamiento instrumental (conductuales y/o cognitivos) dirigidos al estresor para reducir las demandas que impone o para aumentar los recursos propios. Las estrategias incluyen planificar el cambio del estresor o cómo comportarse para controlarlo; la supresión de las actividades competidoras para centrarse en la forma de afrontar el estresor; buscar apoyo práctico o información para alterar el estresor; y confrontar la fuente del estrés.

Versus

Afrontamiento orientado a las emociones (función de regulación de las emociones); es decir, fundamental, pero no únicamente, esfuerzos de afrontamiento cognitivo dirigidos a abordar la respuesta emocional al estresor; por ejemplo, una nueva valoración positiva de la situación estresante para verla bajo un prisma más positivo; búsqueda de apoyo emocional; desahogarse; rezar (Lazarus y Folkman, 1984; Folkman y Lazarus, 1988: cuestionario sobre los modos de afrontamiento; Carver, Scheier y Weintraub, 1989: Escala COPE, Escala Multidimensional de evaluación de los estilos generales de afrontamiento).

- Enfoque atencional, vigilante, activo, de monitorización, es decir se ocupa de abordar la fuente de estrés e intentar resolver el problema mediante, por ejemplo, búsqueda de información al respecto, o hacer esfuerzos activos, cognitivos y conductuales, para abordar la fuente del estrés. (Véase también estilos de afrontamiento).

Versus

Enfoque evitativo, pasivo, atenuador, es decir se ocupa de evitar o minimizar la amenaza del estresor; a veces está centrado en las emociones, a veces incluye evitar la situación; por ejemplo, la distracción pensando en cosas agradables o haciendo otras actividades para no pensar en el estreso.

Krohne (1993) describió la evitación cognitiva y la vigilancia como dos «súper - estrategias» de afrontamiento que consideraba como dos dimensiones ortogonales de

atención orientación y que podían reflejar la personalidad subyacente (estilos de afrontamiento) (p.399)

2. Las personas y las emociones

Se dice que las emociones se encuentran como algo innato en el ser humano y con toda seguridad todos las experimentan todo el tiempo, ellas son agradables en cierta medida porque permiten experimentar sensación de desahogo, lo que se traduce en términos positivos para la salud. Por ejemplo, una persona puede experimentar la emoción de la tristeza frente un evento que le produce dolor, está emoción se convierte en transformadora porque le convierte en humano, en ser sensible, pero también aprender que el dolor es parte de la vida y que cuando es adecuado su manejo te hace flexible y mirar que un dolor te puede alimentar otras áreas, para desarrollar empatía, una pausa en la vida, una adecuada toma de decisión. En esta línea, resulta inquietante presentar los interrogantes propuestos en Fros (2014), además donde cita a Kandel:

¿Cómo es que una experiencia que dura unos minutos se transforma en un recuerdo que dura toda la vida? ¿Cómo logramos recordar esa grata emoción de correr cuando éramos niños hacia los brazos de nuestra abuela, quien nos esperaba con algún regalo y nos consentía más que nuestros propios padres? Vaya pavada de pregunta que se planteó Eric Kandel. Y vaya si fue brillante, porque logró encontrar la respuesta. ¿De qué manera? Investigando lo que sucede en nuestros cableados neuronales. (p.31).

Reforzando esto que, las emociones son placenteras y llevan al recuerdo para luego utilizarlas en nuestras vivencias, además de considerar la ciencia como aspecto fundamental en el desempeño de éstas. Porque además de ser un proceso biológico, también entraña experiencias con significado.

En lo que se encuentra en relación a la investigación de Kandel citado en Fros (2014), al relacionar la teoría de Freud, Watson o Pavlov,

¿Qué descubrió? Que ese básico aprendizaje asociativo ¡generó cambios en el funcionamiento de sus neuronas y también en la manera que se conectan! El asunto funciona también para los humanos porque el principio de comunicación entre las neuronas es semejante, a pesar de que tipos de neuronas hay muchas (cientos). (p.33)

En esta perspectiva, las emociones cuentan con una conexión a partir de las neuronas y las experiencias de las personas. Por ello, las emociones deben ser consideradas como fundamentales en todos los procesos de ser un humano, en las actitudes, regulación, habilidades para la vida, resiliencia, toma de decisiones.

Seguidamente, para abordar las emociones en esta investigación, es necesario definir que los comportamientos no se limitan solo a conductas impulsivas o que las personas son emocionales, también la etología se muestra como un referente, Català (2011), La perspectiva etológica, pone el énfasis en subrayar que el ser humano no es una tabula rasa, sino que trae inscrita una carga genética, una serie de conductas y tendencias que se activarán y se concretarán en contacto con los estímulos del medio, en especial con los de naturaleza social (p.16).

Entonces, ¿cómo entender las emociones?, si es natural observar que la tristeza muestra por ejemplo un rostro decaído, comportamientos de desinterés, en el caso del enojo, se puede observar un rostro en alerta enrojecido y grietas en el ceño. Pareciera que sabemos de las emociones, pero en ocasiones inadvertimos su profundidad en el desarrollo humano. Ahora bien, en este sentido se postula lo referido por Reeve (2009), quien además cita a Izard,

Las emociones son más complejas de lo que parecen a simple vista. En una primera observación, todos conocemos las emociones como sentimientos; conocemos la alegría y el temor debido a que el aspecto sentimental de estas emociones es muy prominente en nuestra experiencia. Es casi imposible no percatarse del aspecto sentimental de la emoción cuando enfrentamos una amenaza (temor) o logramos progresar hacia una meta (alegría). Pero, de la misma manera que la nariz sólo es una parte del rostro, los sentimientos son sólo una parte de la emoción. Las emociones son multidimensionales. Existen como fenómenos sociales subjetivos, biológicos e intencionales (Izard, 1993). En parte, las emociones son sentimientos subjetivos, ya que nos hacen sentirnos de un modo particular, como en el caso del enojo o la alegría. Pero las emociones también son reacciones biológicas, respuestas movilizadoras de la energía que preparan al cuerpo para adaptarse a cualquier situación que se enfrente; son agentes intencionales, en mucho como el hambre, que tiene una finalidad. (p.222)

A través de las emociones se logra expresar sensaciones que le son propias a cada individuo y que vienen cargadas de una historia personal, sin embargo, las emociones guardan una postura general esperada para la interacción y aplicabilidad en lo social, dado que es “normal” que las personas puedan sentir enojo, miedo, tristeza, pero que estos no deberían asumir una justificación para un comportamiento negativo todo el tiempo. Aquella persona que siempre está triste y puede afectar su salud requiere de un apoyo especializado. Pero sí se vale estar triste frente una situación momentánea como perder un examen en el colegio. Y, como en estas situaciones es donde se da valoración a lo sentido por un momento y afrontado cognitivamente por el evento o circunstancia presentada.

Dando importancia a las emociones y lo expuesto en el párrafo anterior, es pertinente exponer las cuatro dimensiones de la emoción por Reeve (2009),

El componente sentimental proporciona a la emoción su experiencia subjetiva, que tiene tanto un significado como importancia personal. Tanto en intensidad como en calidad, la emoción se siente y experimenta a nivel subjetivo (o fenomenológico). El aspecto sentimental está enraizado en procesos cognitivos o mentales. El componente de estimulación corporal involucra nuestra activación neural y fisiológica (biológica), e incluye la actividad de los sistemas autónomos y hormonales mientras se prepara y regula la conducta adaptativa de afrontamiento del organismo durante la emoción. La activación cerebral, la estimulación corporal y la actividad fisiológica están tan entrelazadas con la emoción que cualquier intento de imaginar a una persona enojada o asqueada que no presente una respuesta corporal es casi imposible. Cuando se presenta algún estado emocional, nuestro cuerpo se prepara para la acción, lo mismo en términos de nuestra fisiología cerebral (frecuencia cardíaca, epinefrina en el torrente sanguíneo) como de la musculatura (postura de alerta, puños cerrados). El componente intencional da a la emoción su carácter, dirigido a metas para realizar las acciones necesarias a fin de afrontar las circunstancias del momento. El aspecto intencional explica por qué la gente quiere hacer lo que quiere hacer y por qué se beneficia de sus emociones. La persona sin emociones estaría en una importante desventaja social y evolutiva

respecto a los demás seres humanos. Imagine, por ejemplo, la incapacidad física y social de la persona que no tuviese la capacidad de experimentar temor, vergüenza, interés o amor. El componente social-expresivo es el aspecto comunicativo de la emoción. A través de posturas, gesticulaciones, vocalizaciones y expresiones faciales, nuestras experiencias privadas se vuelven expresiones públicas. Durante la expresión de emociones, comunicamos de manera no verbal a los demás cómo nos sentimos y cómo interpretamos la situación presente. Por ejemplo, a medida que alguien abre una carta personal, observamos su rostro y escuchamos su tono de voz para interpretar sus emociones. Por ende, las emociones involucran a la persona completa, con sus sentimientos, estimulación corporal, intención y comunicaciones no verbales. (p.222).

2.1. Las emociones y su posición de ser básicas

Querer enumerar las emociones para tener un control sobre ellas resultaría inapropiado, porque se estaría limitando la posición y capacidad tan amplia de ser humano, si bien la ciencia ha permitido identificar que tienen una postura de lo básico porque son innatas y esto ya, es un dato preponderante en su comprensión, además porque tienen una función de supervivencia. Lo básico aquí es que se nace, se vive y se muere con ellas. En Reeve (2009), se describen las emociones básicas y además se cita a Ekman y Davidson,

Son aquellas que cumplen con los siguientes criterios (Ekman y Davidson, 1994): 1. Son innatas más que adquiridas o aprendidas a través de la experiencia o socialización. 2. Surgen de las mismas circunstancias para todos los individuos (la pérdida personal hace que todos nos sintamos tristes, sin importar edad, género o cultura). 3. Se expresan de maneras únicas y distintivas (como a través de una expresión facial universal). 4. Evocan una pauta de respuesta fisiológica distintiva y sumamente fácil de predecir. Algunos investigadores se declaran en contra de la idea de las emociones básicas (Ortony y Turner, 1990) y otros ofrecen una lista de emociones básicas que es diferente de la que se presenta en este libro. A pesar de esta diversidad de opiniones, ninguna lista de las emociones básicas variará en gran medida de las

que se incluyen aquí: temor, enojo, asco, tristeza, alegría e interés (de Ekman, 1992; Ellsworth y Smith, 1988a; Izard, 1991; Shaver et al., 1987; Weiner, 1986). (p.232).

Continuando en esta definición, se exploran sus definiciones, cómo es la emoción de temor, enojo, asco, tristeza, alegría y de interés. Además, porque atañen síntomas y posturas diversas en su comprensión. También se muestra valido explorar en ellas, porque tienen su lado positivo y negativo.

- Temor, sería una mentira que nadie experimentara esta emoción, solo imaginemos un perro dirigido hacia nosotros, ladrando y enseñando sus grandes colmillos. La respuesta es inmediata y dirigida a la huida con sensaciones de temor. En Reeve (2009),

El temor es una reacción emocional que surge de la interpretación que hace una persona acerca de si la situación que enfrenta es peligrosa y constituye una amenaza para su bienestar.

Los peligros y amenazas percibidos pueden ser psicológicos o físicos. Las situaciones más comunes que activan el temor son aquellas que se relacionan con la anticipación de un daño físico o psicológico, la vulnerabilidad ante el peligro o una expectativa de que las propias capacidades de afrontamiento no pudieran estar a la altura de las circunstancias que se avecinan. La percepción de que se puede hacer poco para afrontar una amenaza o peligro ambiental es tan importante como fuente de temor como cualquier característica real de la amenaza o peligro en sí (Bandura, 1983). Por ende, el temor se refiere en su mayor parte a una vulnerabilidad percibida que provoca sentirse abrumado ante una amenaza o peligro. (p.232).

- Enojo, es natural encontrar esta emoción frente a un estímulo que genere malestar, puede expresarse para advertir la incomodidad o rechazo. Normalmente se manifiesta con gestos fuertes que se expresan en el rostro de manera muy marcado. A menudo puede ser impulsivo, y exacerbar los latidos del corazón, agitación rápida, falta de control.

Reeve (2009) define y cita varios autores, El enojo es una emoción omnipresente (Averill, 1982). Cuando la gente describe su respuesta emocional más reciente, el enojo es la emoción

que con más frecuencia viene a la mente (Sherer y Tannenbaum, 1986). El enojo proviene de la restricción, como en la interpretación de que alguna fuerza externa (p. ej., barreras, obstáculos, interrupciones) ha interferido con los propios planes, metas o bienestar. El enojo también surge en respuesta a una traición, rechazo, críticas injustificadas, falta de consideración de los demás y molestias acumulativas (Fehr, Baldwin, Collins, Patterson y Benditt, 1999). La esencia del enojo es la creencia de que la situación no es como debería ser; es decir, la restricción, interferencia o crítica es ilegítima (De Rivera, 1981). El enojo es la emoción más vehemente. La persona que está enojada se vuelve más fuerte y tiene más energía (como en la parte de pelea, de la respuesta de pelea o huida). El enojo no sólo es la emoción más exaltada, sino que también es la más peligrosa, ya que su propósito es destruir las barreras en el ambiente. (233).

- Asco, seguramente esta emoción no se encuentre fácilmente en las cotidianidades o se interprete poco amenazante o dañina, sin embargo, permite la diversidad en materia de gustos y formas de interpretar el mundo, para algunas personas observar una babosa o una rana les resulte sumamente alterado dado el fastidio, para otros no. Hay otro aspecto y es su implicación para detectar algo que puede provocar daño a la salud y vida, por ejemplo, un alimento mal preparado o en estado descomposición.

En Reeve (2009), su conceptualización además de citar algunos autores, el asco implica librarse o alejarse de un objeto contaminado, deteriorado o podrido. El objeto en cuestión depende del desarrollo y la cultura (Rozin, Haidt y McCauley, 1993; Rozin, Lowery y Ebert, 1994). En la lactancia, la causa del asco se limita a los sabores amargos o agrios. En la infancia, las reacciones de asco se amplían más allá de la aversión a las repulsiones psicológicamente adquiridas y, en general, a cualquier objeto que se considera ofensivo (Rozin y Fallon, 1987). En la adultez, el asco surge de los encuentros con cualquier objeto que se considera contaminado de algún modo, como en la contaminación corporal (falta de higiene, sangre coagulada, muerte), contaminaciones interpersonales (contacto físico con gente indeseable) y contaminaciones morales (abuso sexual infantil, incesto, infidelidad). El

aprendizaje cultural determina gran parte de lo que el adulto considera como contaminación corporal, interpersonal o moral, pero las personas de la mayoría de las culturas califican como repugnantes aquellas cosas que son de origen animal y que se diseminan para contaminar otros objetos (p. ej., una cucaracha muerta que toque la comida detona un asco esencial y contamina en términos emocionales el platillo completo). La función del asco es el rechazo. A través del asco, el individuo rechaza y desecha activamente algún aspecto físico o psicológico del ambiente. (p.233)

- Tristeza, observar una persona con un rostro bajo en ánimo o con postura pasiva en su mayoría hace pensar al respecto de la emoción de la tristeza, hombros caídos son respuesta de ello. También en su gran mayoría la tristeza, es vista como la emoción más penosa, lamentable. Pero si es analizada en términos psicológicos ella representa la búsqueda de soluciones y fortalecimiento en habilidades y afrontamiento. La tristeza hace buscar alternativas y sacar provecho de algo que genera dolor, invita a la reflexión y desarrollo de empatía, evidenciar además que se puede expresar.

Reeve (2009), La tristeza (o angustia) es la emoción más negativa y aversiva. La tristeza surge principalmente de las experiencias de separación o fracaso. La separación —la pérdida de un ser querido por muerte, divorcio, ciertas circunstancias (p. ej., un viaje) o disgusto— produce angustia. Además de estar separados de aquellos que amamos, también experimentamos separación respecto de un lugar (pueblo natal) o un trabajo, posición o estatus valiosos. El fracaso también conduce a la tristeza, como al reprobar un examen, perder un concurso o ser rechazado de la membresía a un grupo. Incluso el fracaso que está fuera del propio control volitivo puede causar angustia, como en la guerra, enfermedad, accidentes y depresión económica (Izard, 1991). La tristeza motiva a la persona a restaurar el ambiente a como era en su estado anterior a la situación angustiante. Un aspecto benéfico de la tristeza es que facilita en forma indirecta la cohesión de los grupos sociales (Averill, 1968). Debido a que separarse de personas significativas causa tristeza y ésta es una emoción tan incómoda, su

anticipación motiva que la gente permanezca cohesionada con sus seres queridos (Averill, 1979) (p.234)

- Alegría, quién no desea experimentarla todo el tiempo. Se ha vendido la idea que estar feliz es lo mejor que le puede pasar a las personas, porque se muestra como sinónimo de paz, éxito, logro. Y es verdad, tiene estas bondades porque se estimula a cogniciones más placenteras para ver el mundo de manera optimista, con disposición a la mejora, pero en ocasiones puede ser mal interpretada dado que por la “alegría” vemos la vida sin retos o de facilismos con el mínimo esfuerzo o se puede ocasionar algo poco asertivo.

Reeve (2009) cita a varios autores para definir el concepto de alegría,

Los sucesos que provocan alegría incluyen resultados deseables, como éxito en una tarea, logro personal, progreso hacia una meta, conseguir lo que deseamos, obtener respeto, recibir amor o afecto, recibir una sorpresa agradable o experimentar sensaciones placenteras (Ekman y Friesen, 1975; Izard, 1991; Shaver et al., 1987). La función de la alegría es doble. Primero, facilita nuestra disposición a participar en actividades sociales. Las sonrisas de dicha alegría facilitan la interacción social (Haviland y Lelwica, 1987), si las sonrisas continúan, entonces ayuda a la relación, a formarse y fortalecerse a lo largo del tiempo (Langsdorff, Izard, Rayias y Hembree, 1983). Pocas experiencias recompensan tanto como la sonrisa y la inclusión interpersonal. Segundo, la alegría tiene una “función tranquilizadora” (Levenson, 1999). Es el sentimiento positivo que hace agradable la vida y que equilibra las experiencias vitales de frustración, decepción y afecto negativo general. La alegría nos permite conservar el bienestar psicológico, incluso ante los sucesos angustiantes que se cruzan en nuestro camino. (p.234)

- Interés, la existencia de esta emoción invita a interrogarse si tiene relación con la motivación dado su agente movilizador e inquietud por la búsqueda de algo placentero o creativo. El interés ayuda a dirigirse a una meta, a escudriñar en ello. No todas las

personas suelen tener el mismo interés por las cosas, dado su participación de la personalidad y experiencias. Reeve (2009), cita a otros autores para dar su definición: El interés es la emoción más predominante en el funcionamiento cotidiano (Izard, 1991). Siempre está presente cierto nivel de interés. Debido a esto, el aumento y disminución generalmente implica cambiar el interés de un suceso, pensamiento o acción a otro. En otras palabras, es típico que el interés no se detenga e inicie, sino más bien que se redirija de un objeto o suceso a otro. Los acontecimientos vitales que dirigen nuestra atención incluyen aquellos que implican nuestras necesidades o bienestar (Deci, 1992b). El interés crea el deseo de explorar, investigar, buscar, manipular y extraer información de los objetos que nos rodean. El interés motiva los actos de exploración y es en estos actos de voltear las cosas al revés, de cabeza, de un lado a otro y por todas partes que adquirimos la información que buscamos. El interés también sustenta nuestro deseo de ser creativos, aprender y desarrollar nuestras capacidades y habilidades (Renninger et al., 1992). (p.235)

2.2. Emoción y el afrontamiento adaptativo

La funcionalidad de las emociones se manifiesta en el propósito para dirigir un comportamiento, de no ser por ellas, no se lograría identificar una situación de riesgo o peligro y su relación con el afrontamiento es la interpretación en la subjetividad de los individuos, poder alertar sobre un evento por ejemplo peligroso, desencadena un proceso de razonamiento. Si bien, ya es conocido todos vivimos con emociones, el afrontamiento es diferente en cada persona. Miremos, una emoción de tristeza pudiera alertar y maximizar una situación, pero esa misma palabra de tristeza puede ser alivio.

Reeve (2009), Esta línea de razonamiento nos lleva a la siguiente conclusión: no existen las emociones “malas”. La alegría no necesariamente es una emoción buena, y el enojo y el temor no necesariamente son emociones malas (Izard, 1982). Todas las emociones son benéficas porque dirigen la atención y canalizan el comportamiento hacia donde se requiere, dadas las circunstancias que uno enfrenta. Al hacer esto, cada emoción proporciona una disposición única a responder ante una situación específica. Desde este punto de vista, el

temor, enojo, asco, tristeza y todas las otras emociones son buenas. Esto se debe a que el temor facilita en forma óptima la protección, el asco facilita en forma óptima la repulsión hacia objetos contaminados, y así sucesivamente. Por ende, las emociones son organizadores positivos, funcionales, deliberados y adaptativos del comportamiento. (p.236).

De no contar con las emociones las personas también se enfrentarían a problemas de salud, qué se haría con esa sensación de miedo si alguien fue víctima de una violencia sexual, por ejemplo y en términos del desarrollo de la personalidad y afrontamiento. Al respecto de este ejemplo, su implicación está en los ajustes; lo que hacen las personas para tener un ajuste es cuestión de adaptabilidad no solo como una regla general en los humanos para solucionar o tener un comportamiento esperado dentro de la sociedad, también lo hacen porque dichas respuestas se hacen de acuerdo al evento o situación. Veamos lo referido por Morrison y Bennett (2008), quienes citan a Cohen y Lazarus (1979), con las características de un afrontamiento adaptativo:

1. Reducción de las condiciones externas perniciosas,
2. Tolerancia o ajuste a los sucesos negativos,
3. Mantenimiento de una autoimagen positiva.
4. Mantenimiento del equilibrio emocional y reducción del estrés emocional.
5. Mantenimiento de una relación satisfactoria con el entorno o con los demás.

Las respuestas de afrontamiento pueden tener éxito en una o más de estas tareas, pero la adaptación no tiene por qué ser necesariamente duradera, dependiendo del contexto y de la naturaleza del factor que provoca el estrés (por ejemplo, ¿es estable, variable o empeora?). por ejemplo, es improbable que una persona aborde la gripe de la misma manera que si se la diagnostica con un cáncer, o que acepte suspender el examen del carné de conducir la segunda vez de la misma manera que aceptó suspenderlo la primera. (p.400).

3. Redes de apoyo y soporte social

Las interacciones son propias de los seres humanos, se nace con la condición de ser sociable por lo tanto las relaciones sociales son de suma importancia puesto que a través de ellas conocemos, expresamos, comunicamos y nos apoyamos. Es natural encontrar un grupo o personas que sin contar con algún vínculo afectivo frente un evento no normativo a partir de un desastre natural como se

propician a la ayuda y colaboración. En términos psicológicos se convierte en un factor protector y saludable en el desarrollo psíquico.

Schoof, Manzanares y Grimaldo (2018), mencionan al respecto y citan a la OMS: El soporte social es considerado un elemento importante en la salud, porque fomenta y facilita el beneficio mutuo dentro de una comunidad y moviliza a los sujetos a favor del bienestar. La Organización Mundial de la Salud (OMS, 1998) define el soporte social como la asistencia desde dentro de una comunidad para sus miembros y los grupos conformados en ella que puede servir como sostén para lidiar con las experiencias adversas. Además, se requiere que pueda brindar recursos positivos como apoyo emocional, intercambio de información, suministro de recursos y servicios materiales en pro de la calidad de vida. (p.110)

Y, es que cuando las personas hacen su recorrido por el camino de la vida, siempre van a necesitar de un otro, que se convierte en sostén para avanzar y resolver todo aquello interno y externo. Existen personas como amigos, miembros de la familia, del trabajo, de un grupo religioso que regalan soporte, no del económico sino del emocional y afectivo. Imaginemos un proceso de duelo por la pérdida de un hijo, una madre, un esposo por dar un ejemplo, en estos casos quien simplemente acompaña con su presencia favorece el a travesar ese duelo. O, también con quien celebrar y agradecer se convierten en estados placenteros.

Schoof, Manzanares y Grimaldo (2018), describen dos dimensiones en relación al tema de soporte social,

Cuenta con dos dimensiones, (a) el apoyo percibido y el (b) apoyo recibido. Se diferencian entre sí debido a la presencia de un componente afectivo en uno y un componente cognitivo en el otro. Esto se ve reforzado por Caplan (1974), quien considera que el apoyo recibido es la forma de apoyo real a la que el sujeto puede acudir cuando lo necesite y el apoyo percibido como la valoración que hace el individuo acerca de la ayuda con la que cree contar. Añade que, respecto a ambos tipos de apoyo, el soporte percibido es más importante que el real. (p.110).

Continuando con esta definición, es posible interrogar: ¿es necesario los amigos, porque de alguna manera se supone que la familia será el apoyo para alguien?, ¿si es real el apoyo de los amigos de deporte o agremiación? ¿Cómo se puede entender la dinámica que desarrollan algunas personas en la vida individual? Esto se puede exponer a partir de lo planteado por Schoof, Manzanares y Grimaldo (2018), quienes citan algunos autores:

El soporte social se ha dividido en dos: el formal e informal. El informal se genera de manera natural e incluye diferentes tipos de relación social, familiar e incluso personas conocidas recientemente que estén dispuestas a ayudar debido a la similitud del sufrimiento vivido o porque alguien cercano lo experimentó. Este tipo de sistema proporciona una ayuda del tipo bidireccional, se da y se recibe mediante un intercambio continuo. El sistema formal mantiene roles definidos, donde algunos de los miembros presentan especialización, se establecen reglas y objetivos que se esperan alcanzar en beneficio de un cliente. Este está presente en intervenciones médicas, de crisis, en sistemas de rehabilitación. Es proveído principalmente por instituciones (Lila & Gracia, 1996; Mejía, 2011). (p.110).

Todo el tiempo, sin importar la cultura, ideal, se tejen relaciones en ocasiones con un matiz de un objetivo en común, desarrollo de vínculos afectivos, otros para el esparcimiento o simplemente un encuentro en un parque. Se puede decir que el soporte social es asociado a un conjunto, donde se tienen características en común, por ejemplo, cada fin de semana jugar bingo en un barrio, pertenecer a un grupo de baile donde se asiste todos los días en la noche, un grupo de oración, lo claro es que posee una cualidad y es ser soporte social, Lemos y Fernández (1990), expresan: “existe amplia evidencia del deseo de la especie humana por la afiliación las asociaciones, clubs, partidas de café, grupos religiosos, peñas deportiva, y miles de otros tipos de grupos organizados e informales, atestiguan este hecho social”. (p.114)

Para comprender su naturaleza y carácter de apoyo social, es pertinente presentar lo que definen Lemos y Fernández (1990),

El análisis del medio social, desarrollado originalmente por sociólogos y antropólogos sociales, incluye la descripción cuantitativa de la red social. Una red social se entiende como

un conjunto de lazos (por ej., relaciones de alguna clase) (Wellman, 1981). En la medida en que la red social de una persona le proporciona asistencia técnica y tangible, apoyo emocional, sentimientos de estar cuidado, autoestima, etc., dicha red social le proporciona soporte social. (p.116).

Otro aspecto interesante es el que menciona Schoof, Manzanares y Grimaldo (2018) quien cita a Lin citado en Gracia 1997,

Las funciones del soporte social, es decir, el tipo de ayuda que la red brinda se divide en dos según Lin (como se citó en Gracia, 1997): (a) la función instrumental y (b) la función expresiva. La primera consiste en cómo la persona utiliza sus relaciones sociales para conseguir objetivos o metas. La segunda, en cómo satisface mediante las mismas relaciones, necesidades emocionales y afiliativas. (p.110).

Concebir al mundo desde una perspectiva social, denota su particularidad en lo relacional y apreciación a la racionalidad humana, dando paso a “los demás”, “nosotros”, sin lugar a lo individual. Vásquez, 2012

Para Durkheim, los hechos sociales constituyen modos de acción y representación ampliamente extendidos dentro de una sociedad concreta, en tanto que son compartidos por la mayoría de sus miembros. Si bien reconoce que todo conformismo social concede siempre márgenes a la variación individual, el tono dominante de su caracterización tiende a subrayar la naturaleza general de los hechos sociales, asumiendo el término en el doble sentido de una propiedad universalizable y a la vez ajena a contingencias del orden individual. (p.333).

Entendiendo a Durkheim al respecto de lo social, más en una postura de “todos” y no individual, destaca que la funcionalidad de lo biológico, lo particular están alejados de la postura social. Como lo refiere Vásquez, 2012,

Mediante el indicador de exterioridad, Durkheim pretende subrayar la dimensión objetiva de lo social. A su juicio, los hechos sociales son objetivos en tanto constituyen realidades con una existencia regular, no derivable de la constitución biológica o psicológica de los individuos que

intervienen en ellos. Al poseer un sustrato distinto del individuo (en sentido biológico y psíquico elemental), lo social constituye una realidad específica, instituida por mecanismos independientes de la conciencia y voluntad individuales y, en este sentido, situados “fuera” de ellas. (p.332).

Así mismo, es relevante presentar en este documento lo referido por Durkheim, con respecto a la naturaleza obligatoria de lo social, citado en Vásquez, 2012,

La noción durkheimiana de coerción alude a una caracterización de los hechos sociales entendidos como modos de sentir, pensar y obrar que se nos imponen; a los que no habríamos llegado siguiendo nuestras inclinaciones particulares. Este carácter de obligatoriedad señala un elemento distintivo de lo social. Lejos de representar una mera prolongación de la naturaleza individual, lo social implica una continua labor dirigida a acotar dicha naturaleza. En este sentido, lo social no es una condición optativa, producto de la rutina o la imitación, sino un marco de determinación que condiciona la práctica del individuo en sociedad. (p.334).

Reconocer la importancia del soporte social, destaca su recorrido teórico para la comprensión de los comportamientos de las personas cuando se encuentran en un colectivo o con una meta en común. También es interesante abordar las formas en que las personas perciben este colectivo o soporte social cuando se enfrentan a situaciones complejas como una enfermedad, pérdida de bienes materiales por un desastre natural, un desplazamiento forzado, por ejemplo, con toda seguridad hay expresiones en los aspectos emocionales, en salud mental porque se genera inmediatamente un sufrimiento. Schoof, Manzanares y Grimaldo (2018), describen y citan a varios autores:

Diversos autores entre los que se encuentran Rodríguez (2008), Quevedo y Carballeira (2010), Hernández-Coronado, Martínez, Losada, Nevado y Fouces (como se citó en San Juan, 2001) consideran que la posibilidad de contar con una red social donde las personas puedan apoyarse serviría como factor protector para ellas. Además, ayudaría a contrarrestar el riesgo y reducir la vulnerabilidad, determinando incluso la mejoría o el empeoramiento de los afectados directos. Esto sugiere que las diferentes formas de agrupación y asociación contribuyen a la generación de destrezas para sobrellevar y tolerar situaciones frustrantes o ansiógenas.

Norris, Stevens, Pfefferbaum, Wyche y Pfefferbaum (2007) afirman que la comunidad tiene el potencial para funcionar de manera efectiva y ayudar en la adaptación luego de un desastre. Ellos consideran que existe relación entre la resiliencia comunitaria y las redes sociales. Se entiende la resiliencia como la capacidad de un grupo para poder adaptarse después de una adversidad o disturbio compartido. Adicionalmente, Brunet (2002) considera que el curso emocional de una víctima de alguna emergencia, desastre o catástrofe dependerá de la calidad de sus relaciones, sobre todo de su entorno más próximo. (p.109).

En este sentido, cuando las personas cuentan con redes de apoyo o consideran a los “demás” para asumir alguna carga emocional, estas redes se convierten en factores protectores. Schoof, Manzanares y Grimaldo (2018), quienes definen y cita a otros autores,

Laireiter y Baumann (como se citó en Gracia & Herrero, 2006) desarrollaron, además, un constructo dentro de su taxonomía del soporte social, la integración social que consiste en la participación e implicación de una persona en la vida social de su comunidad y de la sociedad. Entre los criterios que definen este concepto se encuentran estar en contacto regular con los vecinos y las vecinas, tener amigos, amigas, conocidos o conocidas en el vecindario y pertenencia a grupos sociales. (p.111).

3.1. La Familia como entorno de relaciones

Cuando las personas se encuentran en un entorno donde pueden expresar sus opiniones, desarrollar vínculos afectivos, establecer normas o pautas de convivencia, saben que ese espacio se llama familia. Para las personas, la familia se convierte en ese primer lugar donde se desenvuelve y encuentra protección, se hace reconocimiento de los demás integrantes de la familia y como cada quien tiene una personalidad. En Espinal, Gimeno y González (S.F) citan varios y autores y definen a la familia: “La familia es un conjunto organizado e interdependiente de personas en constante interacción, que se regula por unas reglas y por funciones dinámicas que existen entre sí y con el exterior”, (Minuchín, 1986, Andolfi, 1993; Musitu et al., 1994, Rodrigo y Palacios, 1998).

Las familias son consideradas como aquel conjunto de personas que desarrollan una identidad propia, que regulan sus interacciones, establecen vínculos y producen un canal de comunicación propio para sus relaciones. En Minuchin y Fishman (2004)

La familia es un grupo natural que en el curso del tiempo ha elaborado pautas de interacción. Estas constituyen la estructura familiar, que a su vez rige el funcionamiento de los miembros de la familia, define su gama de conductas y facilita su interacción recíproca. La familia necesita de una estructura viable para desempeñar sus tareas esenciales, a saber, apoyar la individuación al tiempo que proporciona un sentimiento de pertenencia. (p.25)

Así mismo, se visualiza a las familias en la forma en que hacen reconocimiento al papel que juegan dentro de una sociedad y la relación en un nivel de doble vía, donde ella impacta a su entorno como el entorno a las familias, desde sus culturas, tipologías, identidades, normas. En Minuchin y Fishman (2004):

Los miembros de la familia no se suelen vivenciar a sí mismos como parte de esta estructura familiar. Todo ser humano se considera una unidad, un todo en interacción con otras unidades. Sabe que influye sobre la conducta de otros individuos, y que éstos influyen sobre la suya. Y cuando interactúa en el seno de su familia, experimenta el mapa que ésta traza del mundo. (p.25).

El reconocimiento que se brinda a las familias desde esta mirada, es la posibilidad de estudiarla desde sus formas de conexión, estilos y formas de percibir a su entorno y mundo que le rodea. Seguidamente, es interesante ver como las familias aún en su paso a lo largo de la historia se ha compuesto tanto por personas como por pautas y condiciones a partir de normas, pautas de convivencia, roles, comunicación, relaciones o vinculaciones afectivas. Que seguramente no todas funcionan igual al interior de los hogares, pero sí permiten a partir de esos elementos mencionados dar un valor cualitativo de sus comportamientos como familia.

En consonancia con lo anterior, expresar al respeto de la dinámica familiar como fuente movilizadora en Demarchi, et. al 2015 cita a Agudelo (2005)

dice que la dinámica familiar son situaciones biológicas, psicológicas y sociales presentes en las relaciones entre los miembros de la familia, mediadas por reglas, autoridad y afectividad,

necesarias para lograr el crecimiento de cada uno de sus miembros, posibilitando la continuidad de la familia en la sociedad. En la dinámica familiar confluyen un sin número de experiencias, prácticas y vivencias que se encuentran determinadas por roles, autoridad, uso del tiempo libre, relaciones afectivas, normas, límites y comunicación. (p.127)

3.2. La familia y el ambiente ecológico

La perspectiva de la familia es un escenario de interacción donde no debe limitarse a su unidad y los aspectos que la conforman, si bien, la familia es ese lugar donde se construyen saberes primordiales e iniciales para relacionarse como individuos, también lo es su entorno, en Demarchi et. al 2015, “en la familia se realiza el primer encuentro de socialización entre los individuos, es aquel lugar donde se da el intercambio de saberes sobre la vida cotidiana”.

Por lo que considerar el ambiente ecológico, remite al modelo planteado por Bronfenbrenner, quien es citado en Torrico et. al 2002: “El postulado básico de Bronfenbrenner es que los ambientes naturales son la principal fuente de influencia sobre la conducta humana, con lo cual la observación en ambientes de laboratorio o situaciones clínicas nos ofrecen poco de la realidad humana” (p.46).

Así mismo, Torrico et. al 2002

Esto lleva al autor a considerar el desarrollo humano como una progresiva acomodación entre un ser humano activo y sus entornos inmediatos (también cambiantes). Pero este proceso, además, se ve influenciado por las relaciones que se establecen entre estos entornos y por contextos de mayor alcance en los que están incluidos esos entornos (Bronfenbrenner, 1979) (p.46)

En este sentido la familia se encuentra en una interacción cotidiana con otras instituciones que pueden ser centros de salud, instituciones educativas, centros de apoyo, por mencionar entre otros más, así como interactuar a partir de otras ideologías, culturas, políticas, normas. Lo que, para Bronfenbrenner, citado en Torrico et. al 2002: “surge lo que Bronfenbrenner (1976, 1977a, 1977b, 1979, 1992) denomina el “ambiente ecológico” entendido como un conjunto de estructuras seriadas”.

Por lo tanto, en este contexto las familias influyen o son influidas en menor o gran medida de acuerdo a esos niveles del ambiente ecológico. En Espinal, Gimeno y González (s.f)

El proceso de desarrollo del ser humano, al igual que ocurre en cualquier otro organismo vivo, se enmarca en una serie de sistemas relacionados unos con otros, que son distintos escenarios de interacción con el ambiente. Esta cuestión, esencial en la biología, ha sido tomada en cuenta por Bronfenbrenner (1987), quien la ha aplicado al sistema familiar, considerando que la familia es el sistema que define y configura en mayor medida el desarrollo de la persona desde su concepción. (p.2)

Su importancia radica en las formas en que se pueden explicar las relaciones familiares y su entorno.

Seguidamente se mencionan los sistemas planteados por este autor, citado por Torrinco et. al 2002:

- **Microsistema:** Es el nivel más cercano al sujeto, e incluye los comportamientos, roles y relaciones característicos de los contextos cotidianos en los que éste pasa sus días, es el lugar en el que la persona puede interactuar cara a cara fácilmente, como en el hogar, el trabajo, sus amigos (Bronfenbrenner, 1976, 1977a, 1977b, 1979, 1992).
- **Mesosistema:** Según Bronfenbrenner (1979) “comprende las interrelaciones de dos o más entornos en los que la persona en desarrollo participa activamente (familia, trabajo y vida social). Es por tanto un sistema de microsistemas. Se forma o amplía cuando la persona entra en un nuevo entorno” (Bronfenbrenner, 1979, pp 44). Es decir, vendría a representar la interacción entre los diferentes ambientes en los que está inmerso el sujeto.
- **Exosistema:** “Se refiere a uno o más entornos que no incluyen a la persona en desarrollo como participante activo, pero en los cuales se producen hechos que afectan a lo que ocurre en el entorno que comprende a la persona en desarrollo, o que se ven afectados por lo que ocurre en ese entorno (lugar de trabajo de la pareja, grupos de amigos de la pareja, etc..)” (Bronfenbrenner, 1979, pp 44).
- **Macrosistema:** Bronfenbrenner nos llama la atención sobre el siguiente aspecto: “en una sociedad o grupo social en particular, la estructura y la sustancia del micro-, el meso y el exosistema tienden a ser similares, como si estuvieran contruidos a partir del mismo modelo maestro, y los sistemas funcionan de manera similar. Por el

contrario, entre grupos sociales diferentes, los sistemas constitutivos pueden presentar notables diferencias. Por lo tanto, analizando y comparando los micro-, meso- y los exosistemas que caracterizan a distintas clases sociales, grupos étnicos y religiosos o sociedades enteras, es posible describir sistemáticamente y distinguir las propiedades ecológicas de estos contextos sociales” (Bronfenbrenner, 1979, pp 27-28). (p.47).

Considerando las definiciones en este tema citados por Espinal, Gimeno y González (s.f):

El microsistema es concebido como el conjunto de interrelaciones que se producen dentro del entorno inmediato, según Bronfenbrenner, (1986), Rodrigo y Palacios, (1998) y Papalia y Olds, (1992), la familia es el microsistema más importante porque configura la vida de una persona durante muchos años. Las relaciones que se dan en el interior del microsistema a su vez reciben la influencia del exterior, aunque no se participe de manera directa y activamente en ellas; no obstante, delimitan lo que tiene lugar en el ambiente más próximo, esto es el exosistema. El mesosistema familiar, como conjunto de sistemas con los que la familia guarda relación y con los que mantiene intercambios directos, es una dimensión importante en los informes de valoración familiar. En cada etapa de ciclo familiar, suele haber unos sistemas de interacción más frecuentes, que todo informe de valoración debe considerar: la escuela, la pandilla, el club deportivo, el partido político o la asociación de vecinos, son algunos ejemplos. quienes se refuerzan mutuamente. El macrosistema, entendido como el conjunto de valores culturales, ideologías, creencias y políticas, da forma a la organización de las instituciones sociales. En nuestro caso, la cultura predominante en el entorno familiar es también una dimensión a comparar con la cultura de origen de cada familia. (p.2)

Dado lo anterior, las familias se movilizan dentro de estos parámetros de sistemas, por lo que las familias se incluyen en grupos sociales más amplios.

3.3. Adaptación de la familia

Tener el control de todas situaciones para las personas es casi imposible, por ejemplo, la pérdida de empleo, presentación de un suceso imprevisto hace que las familias ajusten o coloquen a

prueba aquellos recursos que como familia han construido a partir de sus relaciones y cómo se visualizan dentro de una sociedad. En Minuchin (2003),

Una familia se encuentra sometida a presión interna originada en la evolución de sus propios miembros y subsistemas y a la presión exterior originada en los requerimientos para acomodarse a las instituciones sociales significativas que influyen sobre los miembros familiares. La respuesta a estos requerimientos, tanto internos como externos, exige una transformación constante de la posición de los miembros de la familia en sus relaciones mutuas, para que puedan crecer mientras el sistema familiar conserva su continuidad. (p.96)

3.4. El papel del estado y la Sociedad

En este apartado, se resaltan algunos elementos constitutivos de derechos que tienen las personas dentro de un estado o gobierno.

Si revisamos la constitución política del país de 1991, en el capítulo 2, en relación de los derechos sociales, económicos y culturales:

Artículo 42. La familia es el núcleo fundamental de la sociedad. Se constituye por vínculos naturales o jurídicos, por la decisión libre de un hombre y una mujer de contraer matrimonio o por la voluntad responsable de conformarla. El Estado y la sociedad garantizan la protección integral de la familia. La ley podrá determinar el patrimonio familiar inalienable e inembargable. La honra, la dignidad y la intimidad de la familia son inviolables. Las relaciones familiares se basan en la igualdad de derechos y deberes de la pareja y en el respeto recíproco entre todos sus integrantes. Cualquier forma de violencia en la familia se considera destructiva de su armonía y unidad, y será sancionada conforme a la ley. (p.6)

Metodología

Para llevar a cabo este apartado dentro de la investigación, se plasma en una línea coherente a partir del tipo de investigación, diseño, población, instrumentos utilizados y procesamiento de la información, así mismo se incluye la discusión, conclusiones y recomendaciones.

Tipo de investigación mixta

El tipo de la investigación es mixta, ya que se compilan tanto datos cuantitativos como categóricos, vivencias, experiencias y diferentes perspectivas personales, por tal motivo se plasman resultados en fragmentos recolectados en entrevistas a una población en particular según la necesidad de la investigación y se aborda a la mayor cantidad de población, logrando cuantificar la información por medio de la encuesta. Sampieri (2014), “La meta de la investigación mixta no es reemplazar a la investigación cuantitativa ni a la investigación cualitativa, sino utilizar las fortalezas de ambos tipos de indagación, combinándolas y tratando de minimizar sus debilidades potenciales” (p.532). Así mismo Sampieri (2014) menciona y cita otros autores:

Los métodos mixtos representan un conjunto de procesos sistemáticos, empíricos y críticos de investigación e implican la recolección y el análisis de datos cuantitativos y cualitativos, así como su integración y discusión conjunta, para realizar inferencias producto de toda la información recabada (metainferencias) y lograr un mayor entendimiento del fenómeno bajo estudio (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2008). (p.534).

Diseño: Concurrente

La investigación se desarrolla bajo el diseño concurrente de la metodología mixta, el cual expresa que no hay prioridad sobre un método cualitativo o cuantitativo y este permite expresar su pertinencia en esta investigación. Así mismo, para el procesamiento de la información cuantitativa se utiliza el diseño no experimental y de la información cualitativa se aplica el diseño narrativo.

En Sampieri (2014) la explicación al diseño concurrente: Se aplican ambos métodos de manera simultánea (los datos cuantitativos y cualitativos se recolectan y analizan más o menos en el mismo tiempo). Desde luego, sabemos de antemano que regularmente los datos cualitativos requieren de mayor tiempo para su obtención y análisis.

De acuerdo a la literatura, estos diseños concurrentes tienen en cuenta algunas condiciones como que se indaga sobre la información, pero hay separación de datos cuantitativo y cualitativos. Otro aspecto es que los datos tanto cualitativos como cuantitativos no se construyen sobre otros análisis. Seguidamente, los resultados en este tipo de análisis se realizan cuando se obtiene la

información recolectada y se analiza de manera separa. Finalmente, al obtener los resultados y la realizar la interpretación de lo encontrado en la investigación se dan “Metainferencias” que integran los hallazgos. Sampieri (2014), (p. 547)

Alcance

Los estudios mixtos, son reconocidos en su metodología por la forma en recopilar, analizar e integrar en la forma cualitativa como cuantitativa, por lo tanto, su comprensión no puede darse por separado en relación al alcance. En Sampieri (2014) se definen y citan autores al respecto de las bondades que posee el enfoque mixto:

1. Lograr una perspectiva más amplia y profunda del fenómeno. Nuestra percepción de éste resulta más integral, completa y holística (Newman et al., 2002). Lieber y Weisner (2010) señalan que los métodos mixtos “capitalizan” la naturaleza complementaria de las aproximaciones cuantitativa y cualitativa. La primera representa los fenómenos mediante el uso de números y transformaciones de números, como variables numéricas y constantes, gráficas, funciones, fórmulas y modelos analíticos; mientras que la segunda a través de textos, narrativas, símbolos y elementos visuales. Así, los métodos mixtos caracterizan a los objetos de estudio mediante números y lenguaje e intentan recabar un rango amplio de evidencia para robustecer y expandir nuestro entendimiento de ellos.
2. Producir datos más “ricos” y variados mediante la multiplicidad de observaciones, ya que se consideran diversas fuentes y tipos de datos, contextos o ambientes y análisis (Todd, Nerlich y McKeown, 2004).
3. Potenciar la creatividad teórica por medio de suficientes procedimientos críticos de valoración (Clarke, 2004). Clarke señala que sin alguno de estos elementos en la investigación, un estudio puede mostrar debilidades, tal como una fábrica que necesita de diseñadores, inventores y control de calidad.
4. Apoyar con mayor solidez las inferencias científicas, que si se emplean aisladamente (Feuer, Towne y Shavelson, 2002).
5. Permitir una mejor “exploración y explotación” de los datos (Todd, Nerlich y McKeown, 2004).
6. Posibilidad de tener mayor éxito al presentar resultados a una audiencia hostil. Por ejemplo, un dato estadístico puede ser más “aceptado” por investigadores cualitativos si se presenta con segmentos de entrevistas.
7. Desarrollar nuevas

destrezas o competencias en materia de investigación, o bien reforzarlas (Brannen, 2008).
(p.537)

Criterio

Para definir el criterio de la presente investigación como lo es el pragmatismo, es necesario exponer sus características a partir del sustento filosófico de los métodos mixtos, como lo refiere y cita Sampieri a otros autores (2014):

De acuerdo con Creswell (2013a), Teddlie y Tashakkori (2012) y Hernández-Sampieri y Mendoza (2008), los métodos mixtos tienen las siguientes características: • Eclecticismo metodológico (multiplicidad de teorías, supuestos e ideas). • Pluralismo paradigmático. • Aproximación iterativa y cíclica a la investigación. • Orientación hacia el planteamiento del problema para definir los métodos a emplearse en un determinado estudio. • Enfoque que parte de un conjunto de diseños y procesos analíticos, pero que se realizan de acuerdo con las circunstancias. • Énfasis en la diversidad y pluralidad en todos los niveles de la indagación. • Consideración de continuos más que dicotomías para la toma de decisiones metodológicas. • Tendencia al equilibrio entre perspectivas. • Fundamentación pragmática (lo que funciona, “la herramienta que necesitamos para la tarea: martillo, lija, serrucho, destornillador..., o una combinación de herramientas”). Tales características se las otorga su sustento epistemológico que es el pragmatismo (O’Brien, 2013, Johnson y Christensen, 2012; Creswell y Plano-Clark, 2011; Morris y Burkett, 2011; Lieber y Weisner, 2010; y Greene, 2004), en el cual pueden tener cabida prácticamente la mayoría de los estudios e investigadores cuantitativos o cualitativos. También, un modelo paradigmático multidimensional de la metodología de la investigación que se ha desarrollado (Niglas, 2010). (p.539)

En Nuñez (2020), El Paradigma Pragmático es el sustento de las Investigaciones con método mixto, que incluye método cuantitativo y cualitativo; su objetivo es dar una respuesta adecuada a un problema de investigación, por ello se centra en su metodología que es flexible. Tiene propiedades como la abducción, intersubjetividad y transferibilidad, que son oportunas

y adecuadas en las investigaciones de ciencias sociales, pero aun así con todas sus bondades actualmente su uso es incipiente. (p.5).

Población y muestra

Para el presente estudio la población y muestra requiere su definición plasmada en Sampieri (2014),

Por ahora, diremos que son dos las consideraciones que debemos tomar en cuenta para definir las muestras en un estudio mixto. La primera es el factor temporal o secuencia del diseño (concurrente o secuencial) y la segunda la prioridad del estudio (dominante en una de las ramas, ligeramente dominante o mismo peso). Esta última se fundamenta en la relación entre las muestras cuantitativa y cualitativa, la cual representa el factor central que influye en la decisión primaria: la elección de la unidad de muestreo y/o análisis por fase del estudio (Sharp et al., 2012). Tal relación puede ser idéntica, paralela, anidada o multiniveles. Las estrategias multiniveles implican que las muestras de las dos o más fases son extraídas de diferentes poblaciones o estratos de un mismo universo dependiendo de cómo se les visualice; por ejemplo, profesores, estudiantes y directivos. Si el estudio se refiere a valores son poblaciones distintas, pero si es sobre la cultura organizacional de la institución son estratos del mismo universo, y estas selecciones pueden reflejar distintos niveles de interacción con las variables de interés (como el aprovechamiento escolar). Desde luego, como señalan Teddlie y Yu (2007), en cualquier diseño mixto, las muestras involucradas pueden provenir de diferentes poblaciones y ser elegidas por distintas estrategias (probabilísticas o por propósitos). (p.568)

En este caso, se utiliza las estrategias multiniveles, de esta manera la muestra se compone de 19 participantes que contestaron la caracterización sociodemográfica, 3 estudiantes universitarios y 3 docentes universitarios que participaron de la entrevista semi- estructurada.

Unidad de trabajo

La unidad de trabajo serán 3 estudiantes y 3 docentes universitarios que convivan con al menos una de las afectaciones psicosociales que le haya generado la pandemia del covid-19, esto se hace con el fin de conocer las afectaciones psicosociales que se generan debido al trabajo y estudio remoto.

Se compone de 19 participantes que contestaron la caracterización sociodemográfica, 3 estudiantes universitarios y 3 docentes universitarios quienes contaron con los criterios de inclusión.

Criterios de inclusión

Docentes y estudiantes universitarios, de edad adulta, firma de consentimiento informado, pandemia por Covid 19, con modalidad de trabajo (contrato laboral) para los docentes y para los estudiantes universitarios modalidad de estudio presencial.

Criterios de exclusión

Se definen como los siguientes: Adolescentes, quienes no firmaron el consentimiento informado, docentes que no se encontraron con contrato laboral, estudiantes universitarios con modalidad de estudio virtual.

Instrumento

Entrevista semi – estructurada

Se diseña un modelo a partir de las categorías y objetivos de la investigación la cual permite obtener datos descriptivos y de manera flexible. Este instrumento en palabras de Sampieri (2014), quien además cita otros autores:

La entrevista cualitativa es más íntima, flexible y abierta que la cuantitativa (Savin-Baden y Major, 2013; y King y Horrocks, 2010). Se define como una reunión para conversar e intercambiar información entre una persona (el entrevistador) y otra (el entrevistado) u otras (entrevistados). En el último caso podría ser tal vez una pareja o un grupo pequeño como una familia o un equipo de manufactura. En la entrevista, a través de las preguntas y respuestas se logra una comunicación y la construcción conjunta de significados respecto a un tema (Janesick, 1998). Las entrevistas semiestructuradas se basan en una guía de asuntos o preguntas y el entrevistador tiene la libertad de introducir preguntas adicionales para precisar conceptos u obtener mayor información. (403).

Cuestionario

La elaboración del cuestionario (Caracterización sociodemográfica), se propone a partir de las categorías de la investigación. En Sampieri (2014) define un cuestionario de la siguiente manera:

En fenómenos sociales, tal vez el instrumento más utilizado para recolectar los datos es el cuestionario. Un cuestionario consiste en un conjunto de preguntas respecto de una o más variables a medir (Chasteauneuf, 2009). Debe ser congruente con el planteamiento del problema e hipótesis (Brace, 2013). Los cuestionarios se utilizan en encuestas de todo tipo (por ejemplo, para calificar el desempeño de un gobierno, conocer las necesidades de hábitat de futuros compradores de viviendas y evaluar la percepción ciudadana sobre ciertos problemas como la inseguridad). Pero también, se implementan en otros campos. (p.217)

La Caracterización sociodemográfica se elabora a partir de los siguientes aspectos:

1. información e identificación
2. Salud
3. información respecto a los integrantes familiares
4. Redes y comunidad
5. Aspecto económico

Procedimiento

La finalidad del procedimiento considerando la metodología tipo mixta permite definir los pasos desarrollados para la presente investigación de la siguiente manera, pero antes presentar lo mencionado por Sampieri (2014):

Realmente no hay un solo proceso mixto, sino que en un estudio híbrido concurren diversos procesos (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2008). Las etapas en las que suelen integrarse los enfoques cuantitativo y cualitativo son fundamentalmente: el planteamiento del problema, el diseño de investigación, el muestreo, la recolección de los datos, los procedimientos de análisis y/o interpretación de los datos (resultados) (p.540)

- Fase conceptual
- Fase empírica Metodológica (método)

- Fase empírica analítica (análisis de resultados)
- Fase inferencial (discusión)
- Metainferencias (producto de ambos enfoques (p.547))

Variables o categorías

Caracterización sociodemográfica

1. Información e identificación
2. Salud
3. información respecto a los integrantes familiares
4. Redes y comunidad
5. Aspecto económico

Entrevista semi – estructurada

- Emociones en las personas: Interpretación de las emociones, Las emociones y la salud, Sentimientos y emociones.
- Estrategias de afrontamiento: familia, redes de apoyo, relaciones interpersonales, aspecto laboral, aspecto del estudiante.
- Percepción: aspectos positivos a nivel general, aspectos negativos a nivel general, cambios, Aspectos positivos en cuanto a los procesos académicos, Aspectos Negativos en cuanto a recibir o impartir las actividades académicas.

Análisis de datos y procesamiento de la información

Sampieri (2014), Para analizar los datos, en los métodos mixtos el investigador confía en los procedimientos estandarizados y cuantitativos (estadística descriptiva e inferencial), así como en los cualitativos (codificación y evaluación temática), además de análisis combinados. La selección de técnicas y modelos de análisis también se relaciona con el planteamiento del problema, el tipo de diseño y estrategias elegidas para los procedimientos; y tal como hemos comentado, el análisis puede ser sobre los datos originales (datos directos) o puede requerir de su transformación. La diversidad de posibilidades de análisis es considerable en los métodos

mixtos, además de las alternativas conocidas que ofrecen la estadística y el análisis temático.

(p.574)

Caracterización sociodemográfica

De acuerdo a Sampieri (2014), Cualificar datos cuantitativos: los datos numéricos son examinados y se considera su significado y sentido (lo que nos “dicen”), de este significado se conciben temas que pudieran reflejar tales datos y se visualizan como categorías.

Posteriormente, se incluyen para los análisis temáticos y de patrones correspondientes. Por ejemplo: llevar a cabo un análisis de factores con los datos cuantitativos (escalas). Los factores que surjan se consideran como “temas cualitativos”. Se comparan estos factores con los temas que emergieron del análisis cualitativo. (p.574).

En este caso, los datos son presentados a través de barras de datos y son examinadas a partir de lo hallado.

Entrevista semi – estructurada

En Sampieri (2014) Cuantificar datos cualitativos: se codifican datos cualitativos, se les asignan números a los códigos y se registra su incidencia (las categorías emergentes se consideran variables o categorías cuantitativas), se efectúa análisis estadístico descriptivo de frecuencias. También se pueden comparar los dos conjuntos de datos (CUAL y CUAN).

(p.574)

En este caso, Docente universitario (D), estudiante universitario (E)

Aspectos éticos

Esta investigación se realizará bajo las siguientes consideraciones éticas:

1. Garantizar el respeto a la dignidad humana, la libertad y la autodeterminación, prevenir daños y tensiones y proteger la vida privada.
2. Asegurarse de que se utilice la ética en el proceso de investigación y desarrollo. (Ley 1090 de 2006)
3. Adjuntar el formulario de consentimiento informado y / o cualquier otro documento requerido.

4. Garantizar la confidencialidad de la información del participante, solo con fines académicos.
5. Asegurar la autenticidad de los datos, y los resultados obtenidos en cualquier momento no pueden ser alterados.
6. Comprometerse a divulgar los resultados a quienes participaron como objeto de investigación del proyecto.

Operacionalización de las variables (Definición operacional categorías y subcategorías)

Se plantea de la siguiente manera en relación a los objetivos específicos, por lo que se desarrolló la siguiente matriz:

Objetivo 1.

Identificar las emociones emergentes durante el evento de confinamiento el proceso de la pandemia.

Categorías	Subcategorías	Preguntas orientadoras
	Interpretación de las emociones	Dada la pandemia por Covid 19, la evidencia señalaba algunos síntomas emocionales (miedo, tristeza, frustración, etc.) que se presentaban en las personas, usted llegó a experimentar en su vida con mayor intensidad alguna, explicar.
Emociones en las personas	Las Emociones y la salud	¿Existió alguna situación especial en la que fuera necesario buscar ayuda de algún profesional por condiciones relacionadas por la pandemia Covid 19?, describir las razones.
	Sentimientos y emociones	Considera que su salud presentó algún deterioro (físico, mental, cognitivo, social), cuando se presentó la pandemia por Covid 19, puede explicar por favor. ¿Qué tipos de cambios se dieron en sus hábitos de vida saludable como la alimentación, ejercicio físico, descanso, sueño, etc.? ¿Observó cambios en el manejo de las emociones en usted o los miembros de su familia, por Covid 19?, describir
		En relación a los ajustes que hacen algunas personas, dado una situación imprevista,

¿cómo se sintió en el inicio de la pandemia por Covid 19?

¿Considera que la pandemia por Covid 19, le hizo cambiar su manera de llevar su vida espiritual? Como lo puede explicar

¿Qué reflexiones pudo hacer durante el transcurso de la pandemia frente a la vida o a la familia?, explicar

Tabla 2.

Conocer los cambios socio familiares generados por el confinamiento

Categorías	Subcategorías	Preguntas orientadoras
Estrategias de afrontamiento	Familia	¿Qué tipo de cambios se presentaron en las relaciones familiares dado la pandemia por Covid 19?
		¿En qué situaciones les fue posible desarrollar en usted y familia actitudes de solidaridad con otras personas dado la pandemia por Covid 19?
		¿Existió algún cambio a nivel económico dentro del hogar, por ejemplo, menos ingresos y cómo lo enfrentó la familia?
		¿Durante la pandemia por Covid 19, debió vivir la pérdida y fallecimiento de un familiar o persona cercana a causa de la enfermedad por Covid, describir?
	Redes de apoyo	¿Considera que usted y familia contaron con el apoyo necesario del gobierno para seguir adelante dada la pandemia por Covid 19?

	¿Puede describir si el apoyo mutuo siempre ha estado en su vida o por el contrario se manifestó de otra forma dado la pandemia por Covid 19?
Relaciones interpersonales	¿De qué manera se transformaron las interacciones con amigos, dado la pandemia por Covid 19?
	¿Considera que la pandemia por Covid 19 presentó cambios en las formas de educar, estudiar, si lo comparamos en sus formas dadas anteriormente?
Aspecto laboral, aspectos del estudiante	¿Cuáles fueron los cambios más significativos en relación a su vida laboral, dado la pandemia por Covid 19?
	¿Cuáles fueron los cambios más relevantes que usted experimentó con relación al desarrollo de las actividades académicas/laborales?

Tabla 3.

Describir la percepción de los factores positivos y negativos y las estrategias de afrontamiento utilizadas en el proceso de adaptación al confinamiento.

Categorías	Subcategorías	Preguntas orientadoras
Percepción	Aspectos Positivos a nivel general	¿Cuál fue el aprendizaje más grande que logró posterior a la experiencia de Pandemia?
		¿En relación a las actividades laborales/académicas, describir las experiencias que logró apreciar en términos de recibir, dar clases?
	Cambios	¿Cuáles fueron los cambios más significativos en su vida tanto a nivel familiar como laboral, dado la pandemia por Covid 19?
	Aspectos negativos a nivel general	¿Dentro de toda la experiencia de la pandemia que fue lo más difícil que tuvo que enfrentar?

¿En relación a la vida laboral/académica, describir las experiencias que se manifestaron negativas, en términos de recibir, dar clases?

Presentación de resultados

Con la finalidad de realizar presentación de los resultados, dado los objetivos de **investigación** y la población participante se presentarán de la siguiente manera:

Códigos de los participantes

Para identificar los referentes empíricos se crean los códigos de la siguiente manera:

Primera letra correspondiente a la categoría (E) Estudiante o (D) Docente

Segunda letra correspondiente al género (M) Masculino o (F) Femenino

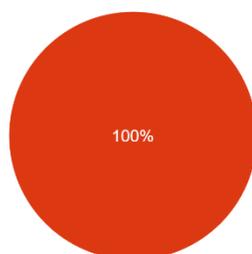
El número siguiente es la edad

En el caso de los Estudiantes se usa número romano para identificar el semestre que está cursando

CATEGORÍA	GÉNERO	EDAD	SEMESTRE	CÓDIGO

Presentación de datos estadísticos de acuerdo a la caracterización sociodemográfica

Tipo de documento:
19 respuestas

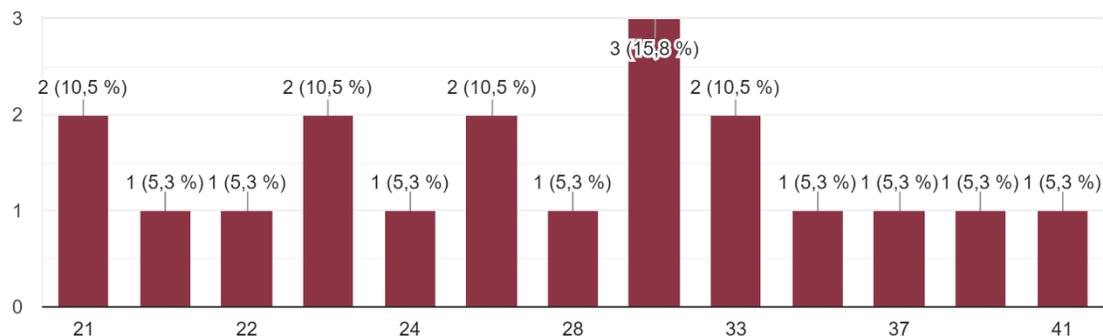


- T.I.
- C.C.
- C.E.
- Otro

Las personas que participaron de la encuesta sociodemográfica fueron en total 19 personas.

EDAD

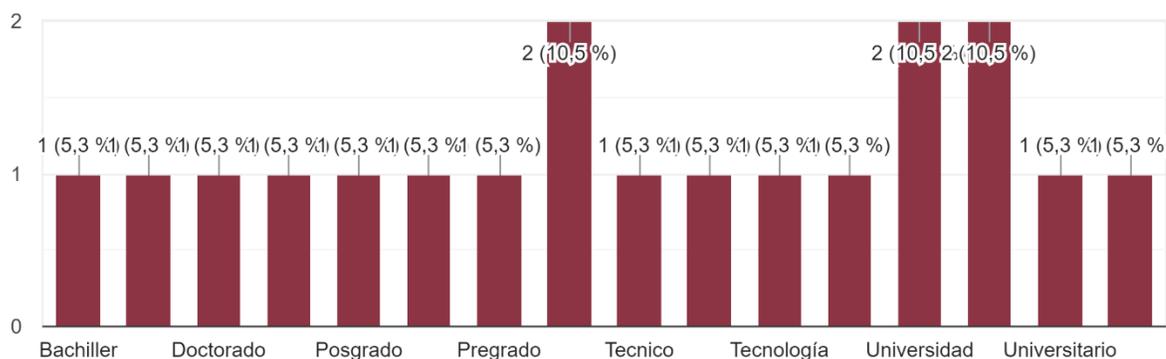
19 respuestas



Las edades de los participantes oscilan entre los 21 y 41 años, siendo un valor representativo entre los 28 y 30 años.

NIVEL EDUCATIVO

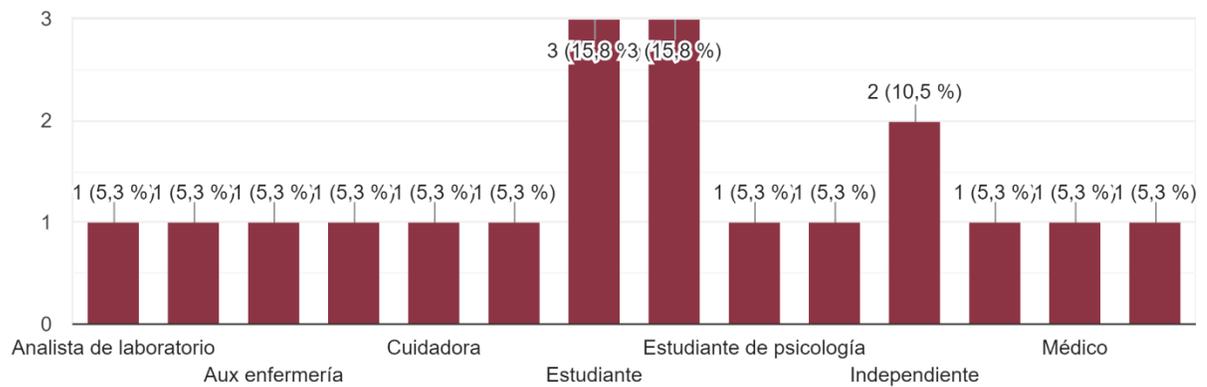
19 respuestas



En relación al nivel educativo, se reportan grado universitario y pregrado.

OCUPACIÓN

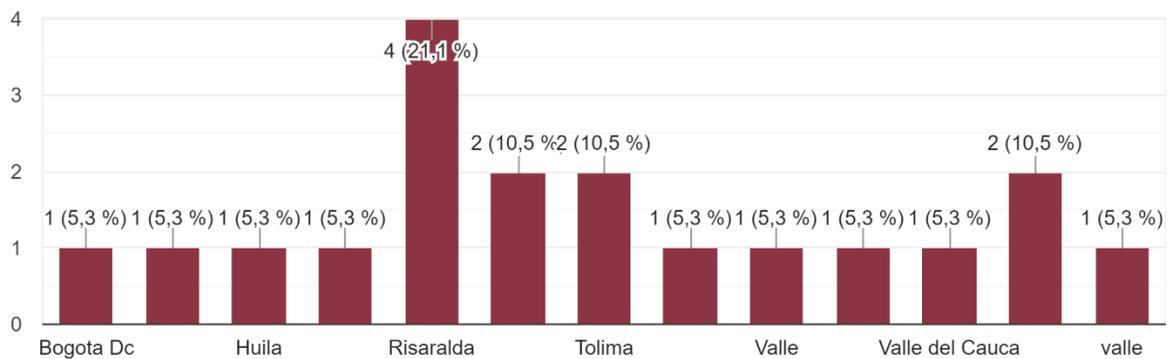
19 respuestas



En relación a la ocupación los valores significativos son ser estudiante de psicología, seguido de profesión independiente.

DEPARTAMENTO

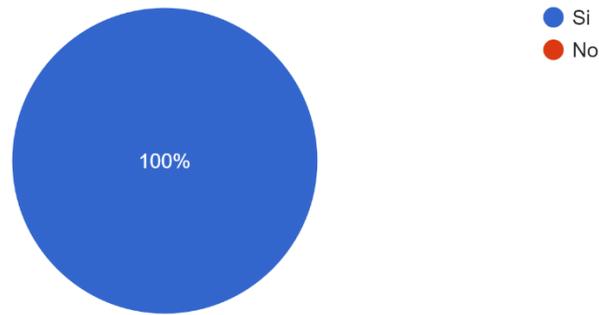
19 respuestas



En relación al departamento se encuentra que participaron con un 21,1% del departamento de Risaralda.

AFILIACIÓN A SALUD

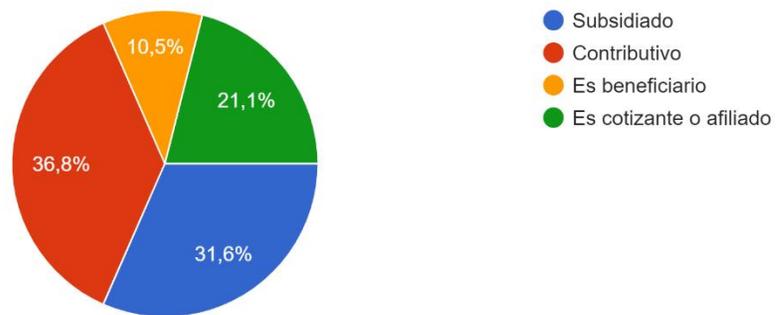
19 respuestas



El 100% de las personas participantes se encuentran afiliadas al sistema de salud.

EN CASO DE RESPONDER SI

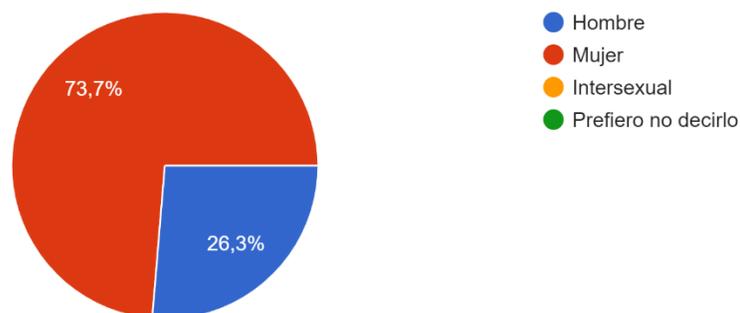
19 respuestas



En este gráfico el 36,8% representan afiliación al sistema contributivo, 31,6% afiliación al sistema subsidiado, 21,1% cotizante o afiliado, 10,5% es beneficiario

SEXO

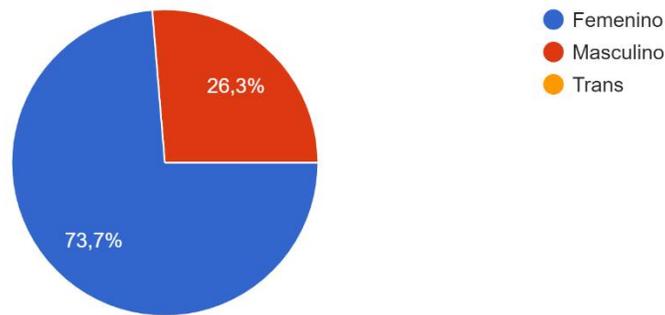
19 respuestas



En lo que respecta a la pregunta de sexo, el 73,7% de los participantes son mujeres y 26,3% hombres.

EN CASO DE RESPONDER "SI"

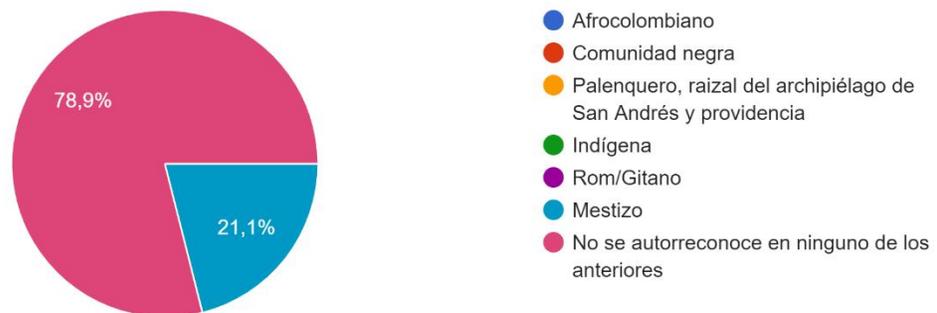
19 respuestas



En lo que respecta a su reconocimiento de género: 73,7% Femenino, 26,3% masculino

AUTORECONOCIMIENTO DEL GRUPO ÈTNICO

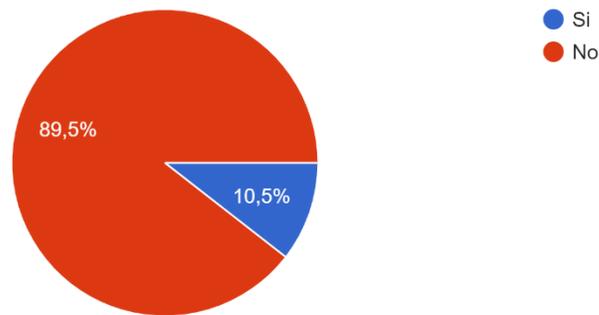
19 respuestas



En lo que respecta al autorreconocimiento del grupo étnico: 78,9% no se autorreconoce en ninguno de los anteriores, 21,1% mestizo

VICTIMA DEL CONFLICTO ARMADO O DESPLAZAMIENTO FORZADO

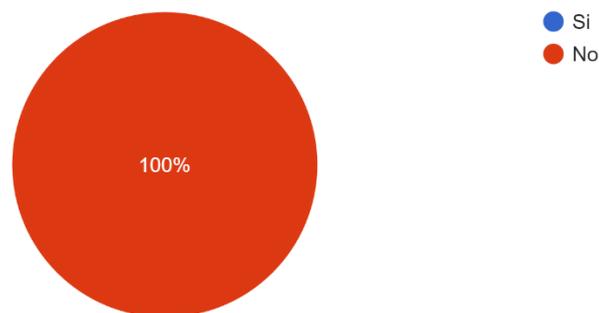
19 respuestas



De los participantes el 89,5% no son víctimas del conflicto armado o desplazamiento forzado, el 10,5% sí.

AL MOMENTO TIENE UN DIAGNÓSTICO MÉDICO

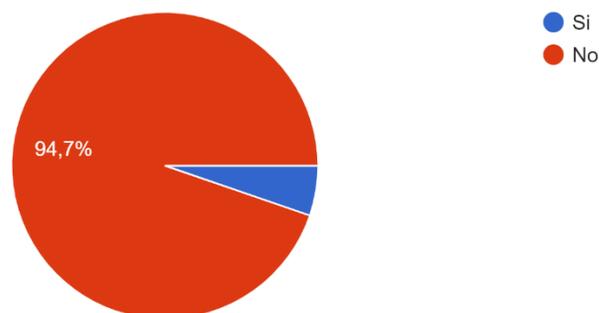
19 respuestas



Para este caso en relación si existe un diagnóstico médico: 100% no

ACTUALMENTE TIENE RECETA MÉDICA (TOMA DE MEDICAMENTOS)

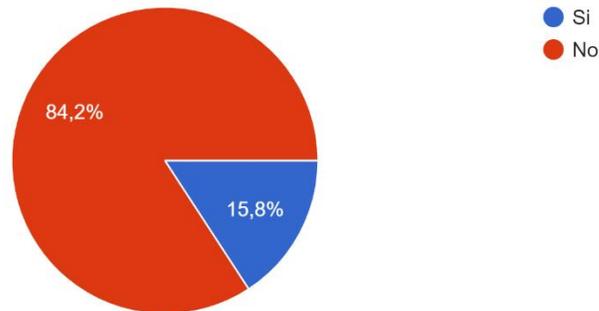
19 respuestas



Para esta pregunta el 94,7% no cuenta con una receta médica. El motivo para los que respondieron si, fue tomar medicamentos para los métodos anticonceptivos.

ASISTE ALGÚN TIPO DE INTERVENCIÓN O TERAPIA

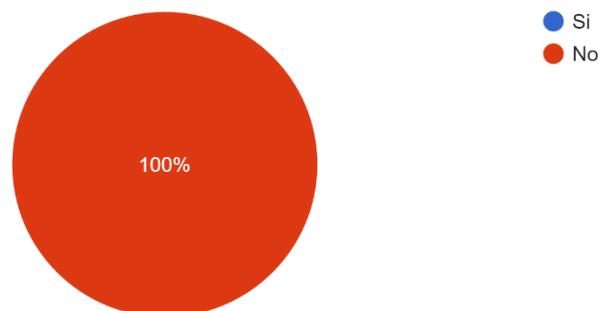
19 respuestas



Para el caso de asistencia a una intervención o terapia: 84,2% no asiste, 15,8% si lo hace y el motivo es por psicología.

PRESENTA ALGÚN TIPO DE DISCAPACIDAD

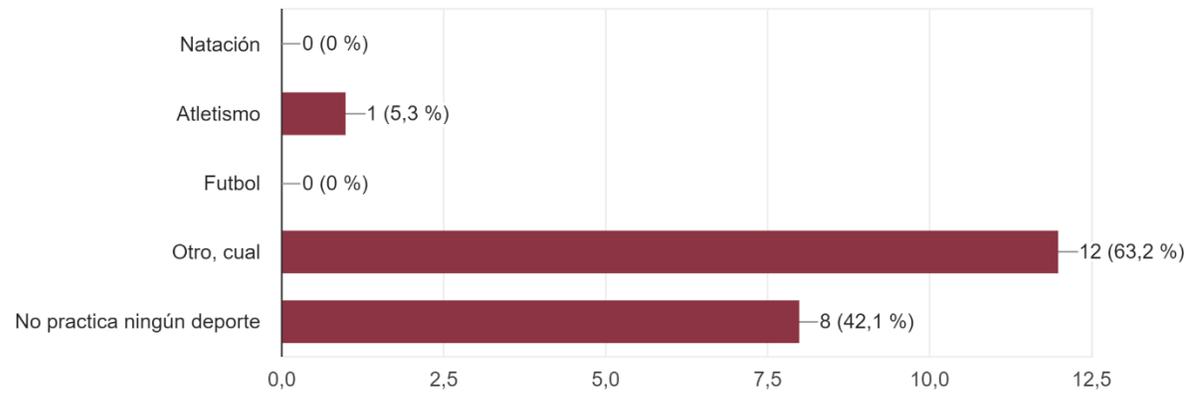
19 respuestas



Los participantes no presentan algún tipo de discapacidad

PRACTICA ALGÚN TIPO DE DEPORTE.

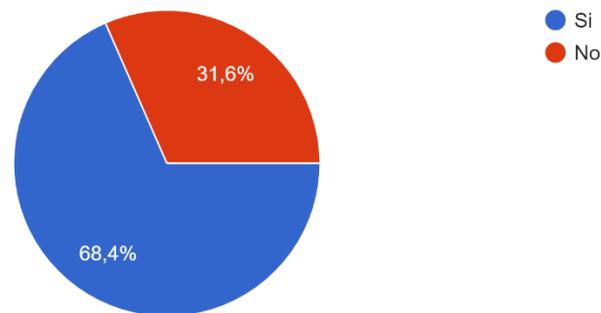
19 respuestas



En relación si se practica algún deporte, 63,2% otro, 42,1% No practica ningún deporte, 5,3% atletismo.

EN EL HOGAR ALGÚN MIEMBRO DE LA FAMILIA VIVIÓ LA ENFERMEDAD POR COVID 19

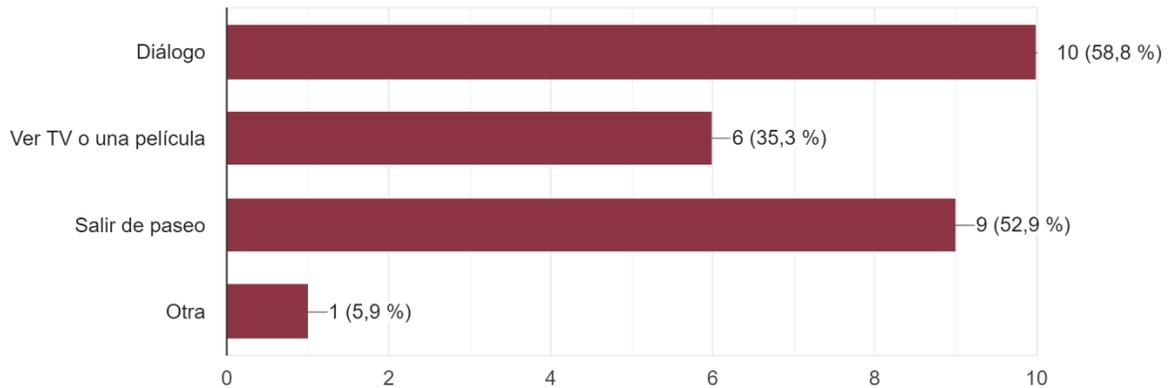
19 respuestas



Participantes con enfermedad por Covid 19: 68,4% Si, 31,6% no.

QUÉ TIPO DE ACTIVIDADES DESARROLLA CON SU GRUPO FAMILIAR COMO FORMA DE INTERACCIÓN FAMILIAR

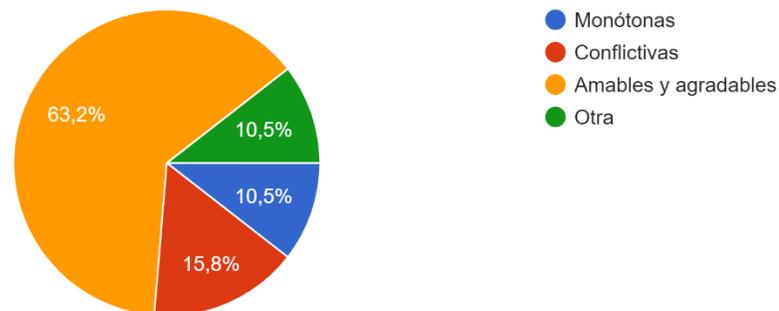
17 respuestas



Para este gráfico, 58,8% diálogo, 52,9% salir de paseo, 35,3 ver TV o una película

DURANTE LA ÉPOCA DE CONFINAMIENTO LAS RELACIONES FAMILIARES SE TORNARON

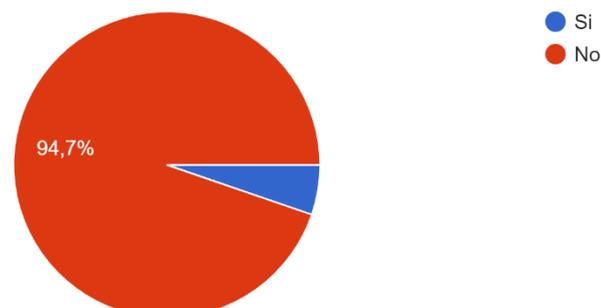
19 respuestas



Las relaciones durante el confinamiento por Covid 19: 63,2% Amables y agradables, 15,8% conflictivas, 10,5% monótonas, 10,5% otra.

PERTENECE A UN GRUPO O AGREMIACIÓN

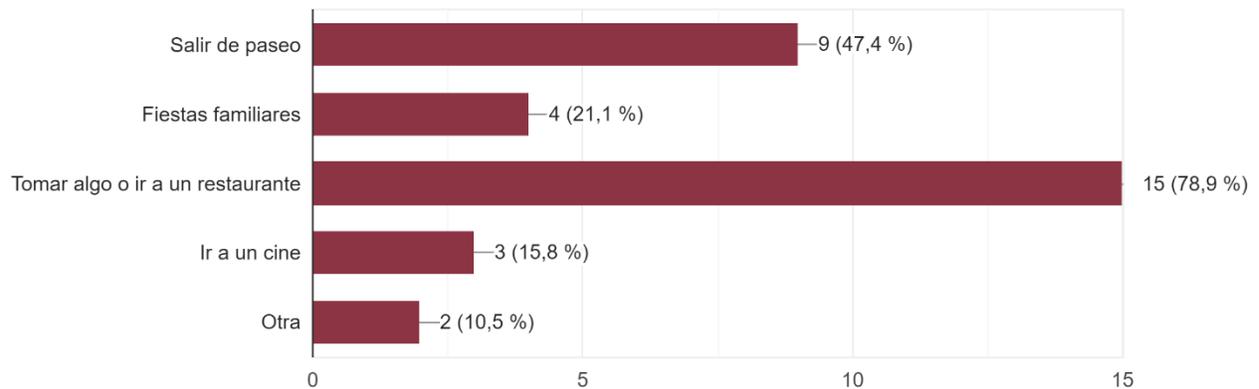
19 respuestas



En lo que respecta a pertenecer a un grupo o agremiación: 94,7% no

ESPACIOS PARA COMPARTIR CON AMIGOS. LO QUE SUELE HACER ES

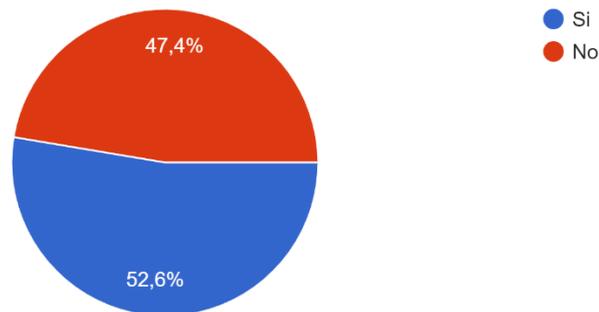
19 respuestas



En lo que respecta los espacios para compartir con amigos: 78,9% tomar algo o ir a un restaurante, 47,4% salir de paseo, 21,1% fiestas familiares, 15,8% ir a cine, 10,5% otra

COMPARTIR ESPACIOS CON SU COMUNIDAD O VECINDARIO

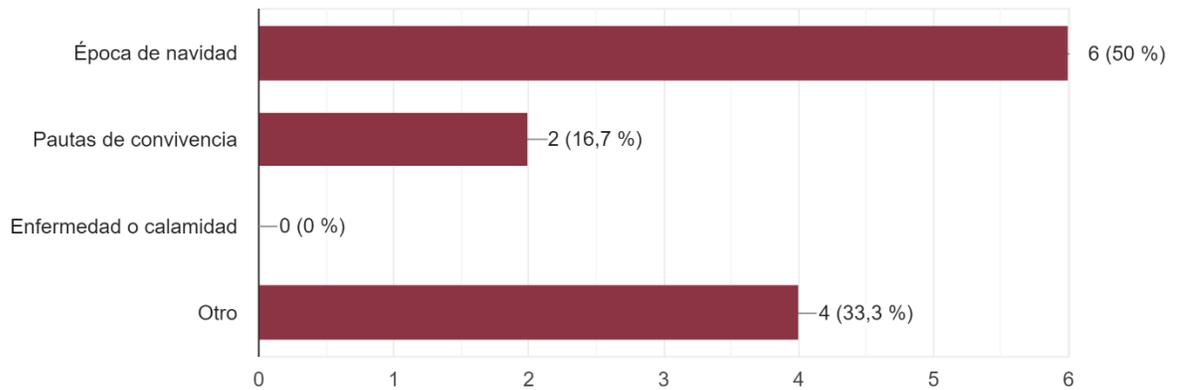
19 respuestas



Comparte espacios con su comunidad o vecindario: 52,6% si, 47,4% no.

EN CASO DE RESPONDER SI

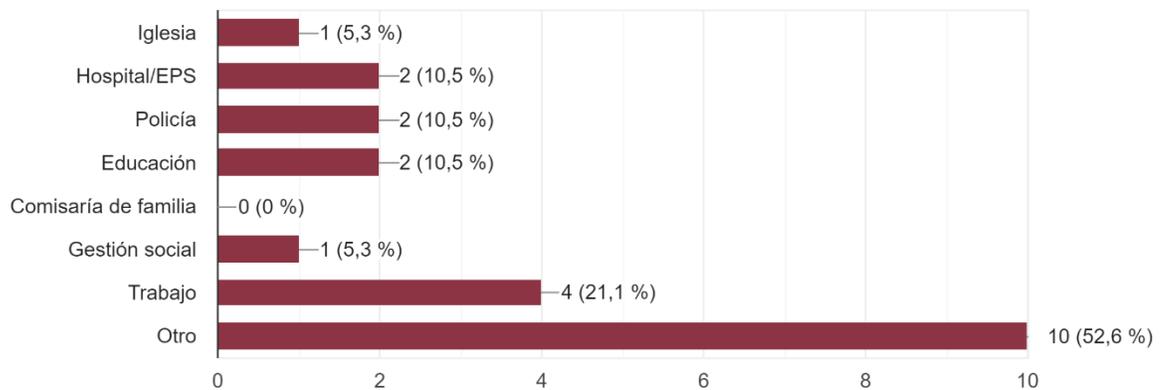
12 respuestas



En este caso corresponde a 50% época de navidad, 33,3% otro, 16,7% pautas de convivencia

ACTUALMENTE CUANDO USTED SE ENCUENTRA EN UNA SITUACIÓN DIFÍCIL, SU RED DE APOYO ES

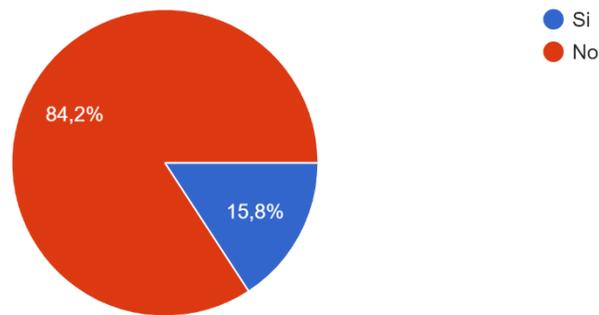
19 respuestas



En lo que respecta a la red de apoyo: 52,6% otro, 21,1% trabajo, 10,5% para Hospital, policía, educación, 5,3% iglesia, gestión social.

EN LA ACTUALIDAD RECIBE BENEFICIOS SOCIALES Y DEL GOBIERNO

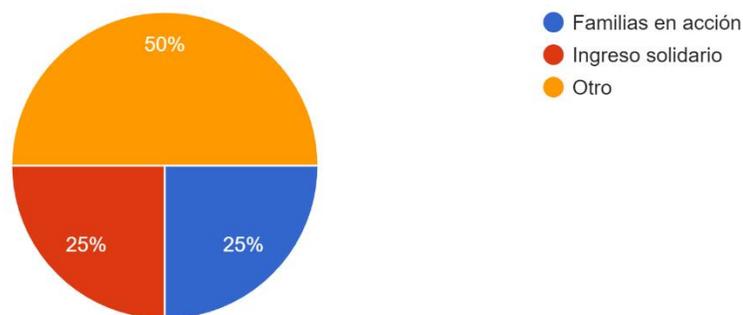
19 respuestas



En el caso de recibir beneficios sociales y del gobierno: 84,2% No, 15,8% si

EN CASO DE RESPONDER SI.

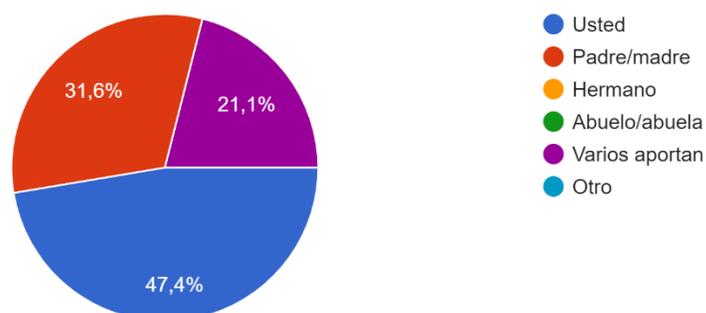
4 respuestas



Se recibe beneficios: 50% otro, 25% ingreso solidario, 25% familias en acción

EL SOSTENIMIENTO ECONÓMICO DEL HOGAR SE ENCUENTRA A CARGO DE

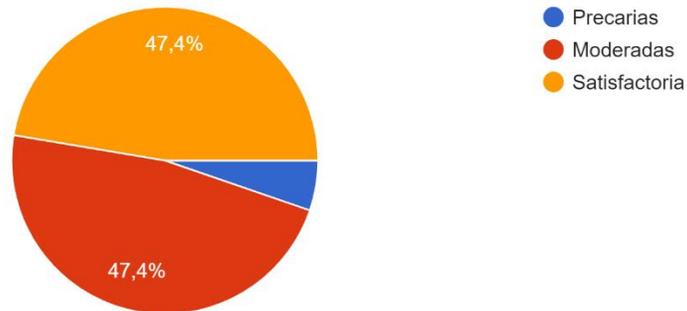
19 respuestas



En lo que respecta al sostenimiento del hogar: 47,4% usted, 31,6% padre/madre, 21,1% varios aportan

LAS CONDICIONES ECONÓMICAS ACTUALES DE SU HOGAR USTED LAS CONSIDERA.

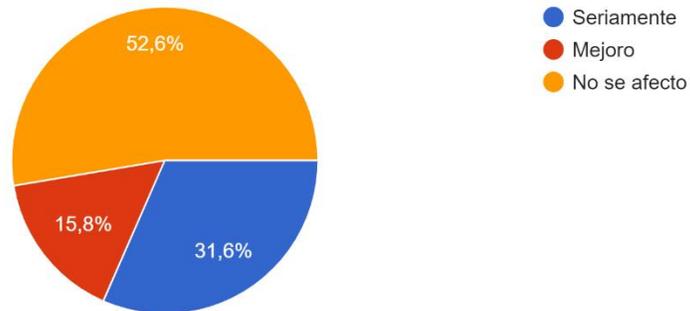
19 respuestas



Condiciones económicas actuales: 47,4% satisfactoria, 47,4% moderadas

SI SE AFECTÓ ECONÓMICAMENTE.

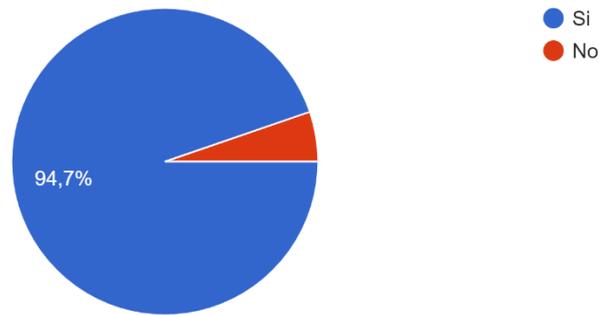
19 respuestas



Afectación económica; 52,6% no se afectó, 31,6% seriamente, 15,8% mejoró

EN RELACIÓN A LOS RECURSOS O MEDIOS DIGITALES, CONTÒ CON ESTOS MEDIOS PARA EL DESARROLLO DE ACTIVIDADES ACADÉMICAS/LABORALES

19 respuestas

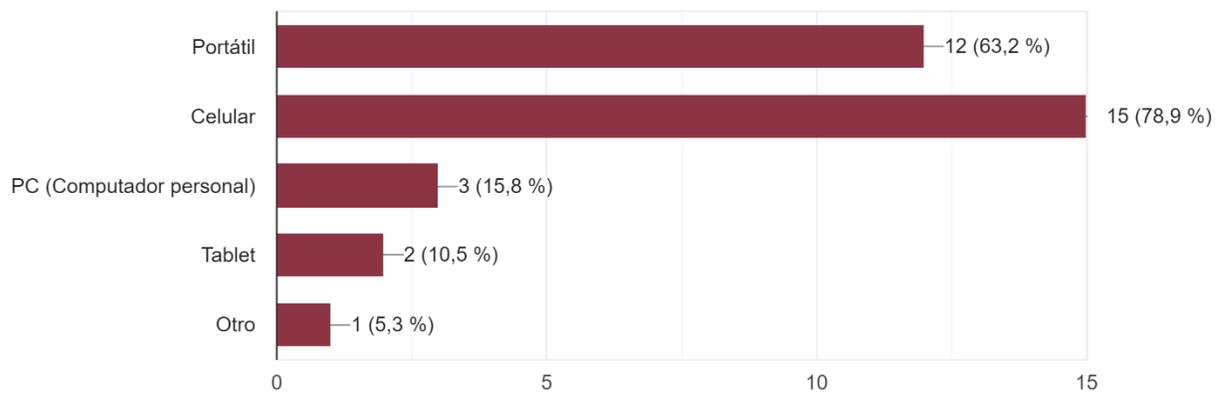


Respecto a los recursos o medios digitales para el desarrollo de actividades académicas y laborales

94,7% si

SI CONTABA CON MEDIOS O RECURSOS TECNOLÓGICOS CUÁLES ERAN?

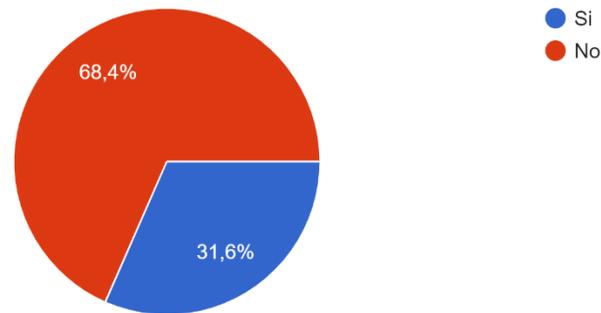
19 respuestas



El contar con medios o recursos tecnológicos: 78,9% celular, 63,2% Portátil, 15,8% PC (computador personal), 10,5% Tablet, 5,3% otro.

SE DEBIERON REALIZAR INVERSIONES A NIVEL MONETARIO PARA LA ADQUISICIÓN DE ALGÚN RECURSO TECNOLÓGICO

19 respuestas



Realizar inversión a nivel monetario para adquirir algún recurso tecnológico: 68,4% No, 31,6% sí.

Presentación de información de acuerdo a la entrevista semi - estructurada

Categorías y subcategorías:

- Emociones en las personas: Interpretación de las emociones, Las emociones y la salud, Sentimientos y emociones.
- Estrategias de afrontamiento: familia, redes de apoyo, relaciones interpersonales, aspecto laboral, aspecto del estudiante.
- Percepción: aspectos positivos a nivel general, aspectos negativos a nivel general, cambios, Aspectos positivos en cuanto a los procesos académicos, Aspectos Negativos en cuanto a recibir o impartir las actividades académicas.

Tabla No. Resultados: Objetivos específicos, Categoría, Subcategorías, referente empírico, referente teórico, para docentes universitarios.

Categorías	Subcategoría	Referente empírico	Referente teórico
Emociones en las personas	Interpretación de las emociones, Las Emociones y la salud, Sentimientos y emociones	<p>"Pues cuando empezó la pandemia, al principio fue muy chistoso porque yo nunca me imaginé que se iba a dar una cosa como esas"</p> <p>"Entonces sí, el hecho de todas las restricciones al principio, que precisamente para salir al supermercado en unos días específicos, como con tanta cosa, si genero miedo", "Entonces eso fue generando un estrés; además que como nos tomó por sorpresa a todo el mundo, las pobres profesoras no sabían que hacer", "Me puse a llorar y le dije a mi esposo -No puedo más con esto, yo voy a ir a hablar al colegio, porque yo no puedo más con esto o ayúdeme usted con uno de los niños, porque yo no puedo con las dos cosas". "Estoy angustiada por mi como mamá y estoy angustiada por las pobres profesoras, porque yo he tenido cercanía con las profes del colegio de mis hijos y efectivamente yo sentía, lo que ellas también estaban sintiendo en su trabajo, cierto, la angustia, saturadas y unos padres se quejaban por una cosa, otros se quejaban por otra", "Sentí mucha Ansiedad", "Si aumenté de peso por la ansiedad frente al encierro", "Sí, mi hijo más irascible y aislado", "Inquieta, ansiosa retada por el trabajo virtual, estresada por las responsabilidades", "Nos unimos más, aprendimos los unos de los otros, nos cuidamos más, comprendimos el valor de estar juntos y también de estar solos", "luego llego la pandemia a Colombia y se sentía miedo por el riesgo de perder la vida o perder a personas cercanas", "Tal vez por el estrés, tuve una baja de defensas y me dieron varios episodios de gripa, pero nada grave por fortuna. A nivel cognitivo podía ser un poco complejo concentrarme para trabajar, pero nada grave y a nivel social", "aprender a valorar cosas que en ocasiones nos detenemos a mirar, tener la posibilidad de tener un empleo estable y los recursos económicos suficientes para no pasar necesidades y adicional poder ayudar a otras personas que necesitaban".</p>	<p>Hablar de emociones, remite a pensar a sus formas de expresión, miedo, tristeza, alegría, enojo. Sin embargo, dada la naturaleza, ellas cumplen un papel de alerta y supervivencia. Siempre estarán allí, que unas personas las experimentan en niveles diferentes, unos más altos o bajos en intensidad. Y, también influyen en el organismo y sus comportamientos. Por ejemplo, si una persona no logra trabajar en la regulación de sus emociones, estará propensa a experimentar daños en su salud. En esta investigación se encuentra que las emociones expresadas en las personas con un perfil de docentes universitarios, son naturales frente a un evento inesperado. Lo referido por Reeve (2009), quien además cita a Izard, las emociones son más complejas de lo que parecen a simple vista. En una primera observación, todos conocemos las emociones como sentimientos; conocemos la alegría y el temor debido a que el aspecto sentimental de estas emociones es muy prominente en nuestra experiencia. Es casi imposible no percatarse del aspecto sentimental de la emoción cuando enfrentamos una amenaza (temor) o logramos progresar hacia una meta (alegría). Pero, de la misma manera que la nariz sólo es una parte del rostro, los sentimientos son sólo una parte de la emoción.</p>

Categorías	Subcategorías	Referente empírico	Referente teórico
Estrategias de afrontamiento	Familia, redes de apoyo, relaciones interpersonales, aspecto laboral	"Yo creo que todos reflexionamos frente a la importancia de tener a sus seres queridos, de tener salud y de poder valorar el tiempo para compartir", "por ejemplo con la comunidad educativa en el colegio de los niños, había la posibilidad de apoyar, también llevar mercados o cosas en la iglesia, aunque es algo que normalmente se hace como familia, en ese momento generaba mucha satisfacción poder ayudar", "el tiempo que se tuvo para nivelar los horarios y demás, pero como todos somos seres de adaptación, al retomar la presencialidad, nos trajimos todas las enseñanzas y los aprendizajes que fueron muy grandes a nivel tecnológico y virtual", "No accedimos a ningún subsidio, porque no había la necesidad, ya que estamos en un estrato medio y con los recursos para solventarnos", "Mejoraron bastante, ya que nos unimos más", "De mi familia no falleció nadie pero si seres cercanos y fue triste no poder acompañar a los familiares y amigos en estos procesos", "Siempre hemos sido unidos como familia, pero debo decir que la pandemia sirvió para ser más empáticos ante la realidad que viven los demás", "Claro que sí, en este punto debimos aprender a utilizar de manera permanente las herramientas virtuales, capacitaciones de plataformas digitales, charlas y talleres para poder impartir las clases por estos medios".	Las personas vivimos en un intercambio constante con el entorno, pero también, existe el reconocimiento de la individualidad como ser humano. Cada individuo como unidad se inserta en un contexto de posibilidades que le favorecen su desarrollo, por ejemplo, la familia en la historia se ha reconocido como ese ambiente donde se dan las primeras interacciones, donde aprendemos y luego participamos en una sociedad. Siendo así, esa línea de doble vía: individuo y entorno, existe un dar y un recibir, donde los aprendizajes se fortalecen para convivir en un mundo. En esta categoría, se logra encontrar que la familia se convierte en un soporte para realizar afrontamiento a diversas situaciones, se encontró condiciones de solidaridad, reflexión del valor del tiempo y familia, ajustes o adaptaciones a los aspectos laborales. En Vázquez, Crespo y Ring (s.f), tanto los factores internos (estilos habituales de afrontamiento y algunas variables de personalidad) como los externos (recursos materiales, apoyo social y la actuación de otros factores estresantes simultáneos) pueden modular, de forma favorable o desfavorable el impacto de un estresor. (p.428)

Categorías	Subcategorías	Referente empírico	Referente teórico
Percepción	Aspectos Positivos a nivel general, Cambios, Aspectos negativos a nivel general	"Definitivamente el aprendizaje más grande es que con la familia se puede lograr muchas cosas y nos unimos y respetamos nuestros tiempos y nos permitimos nuestros espacios de soledad", "lo más cambiante fue el establecimiento de nuevas rutinas eso fue complicado y volver a asumir eso fue difícil y sobre todo entender cómo educar y como hacer –en caso mío- la orientación escolar desde la distancia", "Dejar de ver a mi familia, yo estaba con	El aprendizaje para adquirir herramientas y considerarlo sin obstáculos, no sería aprendizaje. La forma en que las personas van adquiriendo sus conocimientos y los van interpretando les permite darle un valor positivo o negativo. Así mismo, todos los seres humanos se van a enfrentar a cambios, esa es la vida. Sin embargo, se logra evidenciar que a pesar de existir situaciones

mi esposo y mis hijos, pero yo a mi familia extensa no la podía ver, a mi mamá, a mis hermanos", "Amar y disfrutar de las pequeñas cosas, entendiendo que somos afortunados de tener aire en los pulmones y cada día una oportunidad de hacer grandes cosas y en cuanto a mi trabajo, entendí que nunca es tarde para aprender nuevas cosas y explorar", "Uno de los cambios más drásticos que pasé fue transitar de la presencialidad a la virtualidad, y con esto lidiar con la carga académica", "El encierro exigía mayor creatividad para compartir tiempo de calidad con mi hija y así mismo, necesité de creatividad para generar ingresos económicos ya que estaba desempleada", "Nuevos aprendizajes cada día; la responsabilidad de sostener no solo mis emociones como docente, sino también acompañar a mis alumnos", "El estrés"

complejas y que generan dolor, las personas también buscarán otras alternativas o relevancia en los aspectos positivos. Morrison y Bennett (2008), citan a Lazarus: Hay cierto estrés que es bueno para nosotros (factor estresante positivo o de «eustress»); pero las valoraciones y las emociones negativas suelen despertar un deseo de reducir esos pensamientos y sentimientos para restaurar un sentido de armonía o equilibrio en nuestra vida.

Tabla No. Resultados: Objetivos específicos, Categoría, Subcategorías, referente empírico, referente teórico, para estudiantes universitarios.

Categorías	Subcategoría	Referente empírico	Referente teórico
Emociones en las personas	Interpretación de las emociones, Las Emociones y la salud, Sentimientos y emociones	"Durante la pandemia experimenté sentimientos de incertidumbre y paranoia, ya que en ocasiones tuve síntomas de alguna enfermedad e inmediatamente pensaba que era Covid-19", "Empecé a ejercitarme más, ya que sentía la necesidad de tener un aumento en la actividad física por el encierro", "Si, tuvimos alteraciones emocionales. En ocasiones sentíamos preocupación, angustia y mucha incertidumbre", "Creo	Para esta categoría se logra evidenciar en los estudiantes universitarios la exposición natural de las emociones y todo lo que traen ellas como experimentar incertidumbre o por el contrario buscar darles manejo a esas emociones temporales. La teoría hace referencia a su expresión cuando se manifiesta un evento y lo que busca el organismo es

que unas de las emociones más fuertes experimentadas durante la pandemia, fueron la incertidumbre, miedo y ansiedad", "decidí cambiar mi vida física, y empecé a hacer ejercicio con mi familia ", "si, frustración, porque era muy consciente que en cualquier momento podía contagiarme", "No, ya que pude darle manejo a las situaciones presentadas", "En cuanto familiar y personal si, mucha frustración, miedo, ya que no podía estar en aislamiento porque mi trabajo no me lo permitía", "Valorar y cuidar más a mis padres, en cuanto a lo personal ser más consciente del cuidado que debo tener con mi salud y vida".

regular o generar protección a la vida. En Crespo y Ring (s.f), se describen aspectos sobresalientes en relación a la personalidad como son la búsqueda de sensaciones, sensación de control, optimismo y otras variables. Para el caso de la búsqueda de sensaciones define que de acuerdo a Zuckerman (1974), esta contribuye a la explicación de un buen número de conductas. Para el caso de sensación de control, son una de las variables más importantes que modulan los efectos de un estresor potencial, en la sensación de control sobre el mismo.

Categorías	Subcategoría	Referente empírico	Referente teórico
Estrategias de afrontamiento	Familia, redes de apoyo, relaciones interpersonales, aspecto laboral	"Había más comunicación con mis familiares, madre, padre, hermanas y sobrinas ya que estábamos en constante necesidad de saber del estado salud de los demás", "Si, me quedé sin trabajo. Esto fue duro de afrontar ya que parecía imposible generar ingresos de alguna manera. Sin embargo, la solidaridad por estos tiempos parecía germinar de las personas que eran cercanas a mí", "El apoyo mutuo me ha ayudado en distintos momentos de mi vida, pero fue durante la pandemia cuando más sentí este apoyo de las personas cercanas", "con amigos o amigas cercanas intentábamos mantener contacto y vernos de vez en cuando en la casa de alguno de ellos o la mía", "Uno de los cambios más drásticos que pasé fue transitar de la presencialidad a la virtualidad", "Creo que nos fortalecimos más, porque estábamos todo el día juntas, hacíamos actividades juntas", "Las relaciones se dieron virtualmente, nos acercamos por medio de aplicaciones, pero nunca perdí la unión que tenía con ellos", "El	De acuerdo a lo manifestado por los estudiantes universitarios en relación a la categoría de estrategias de afrontamiento, se logra evidenciar formas de interpretar una situación y a la vez ir generando cogniciones reales de lo sucedido. Se evidencia la familia como un entorno de abrigo y apoyo, así mismo se hace referencia a la comunidad como una red de apoyo a pesar de las circunstancias. Se generaron espacios de reflexión en lo que respecta al valorar la calidad de comunicación e interacción con la familia. Es interesante mencionar lo expuesto por Minuchin y Fishman (2004): Los miembros de la familia no se suelen vivenciar a sí mismos como parte de esta estructura familiar. Todo ser humano se considera una unidad, un todo en interacción con otras unidades. Sabe que influye sobre la conducta de otros individuos, y

aprendizaje está muy ligado a lo que decía antes, que la vida es una sola y hay que aprovecharla al máximo mientras se pueda", "Valorar y cuidar más a mis padres, en cuanto a lo personal ser más consiente del cuidado que debo tener con mi salud y vida", "Mejoro la comunicación familiar", "Tener que permanecer las 12 horas de turno con tapabocas puesto y con cuidados extremos de higiene".

que éstos influyen sobre la suya. Y cuando interactúa en el seno de su familia, experimenta el mapa que ésta traza del mundo. (p.25).

Categorías	Subcategorías	Referente empírico	Referente teórico
Percepción	Aspectos Positivos a nivel general, Cambios, Aspectos negativos a nivel general	"El compartir y estar más pendiente de mi familia", "Soportar la presión de la carga académica para no perder materias o tener bajas notas", "En cuanto a mi familia, supimos cómo unirnos más y acercarnos, conocer más cosas de las otras y que nuestra relación se fortaleciera", "Creo que la metodología de muchas clases en líneas	Cuando las personas consideran los aspectos positivos y negativos como fuente de aprendizaje, se dan procesos de cambio y ajuste, se considera que las personas en el trayecto de su vida han logrado identificar recursos que les favorece y otro que no. En relación a esta categoría se

fue monótona, no me motivaban a estudiar, además que los profesores no estaban tan pendientes de mi proceso de aprendizaje, las clases se volvían aburridas", Mi contagio por COVID 19, ya que tuve muchas complicaciones que me llevaron a reflexionar acerca de mi vida", "En momento en el cual me contagie y el estrés por la labor de contacto con más personas que vengo realizando como enfermera", "Poder apoyar a personas que lo necesitaban, aprender a utilizar las herramientas virtuales y aprender a sobrellevar situaciones jamás pensadas".

evidencia que los estudiantes universitarios hacen uso de la razón y comprensión del control como algo que se puede salir de las manos en las personas, generando una idea positiva y de ajuste para sus vidas. Reeve (2009), Esta línea de razonamiento nos lleva a la siguiente conclusión: no existen las emociones "malas". La alegría no necesariamente es una emoción buena, y el enojo y el temor no necesariamente son emociones malas (Izard, 1982).

Discusión

Los seres humanos todo el tiempo se encuentran insertos en procesos que de acuerdo al desarrollo humano se conocen como normativos y no normativos, es esperado que nos cambie el color del pelo por la edad o paso del tiempo, que los adolescentes hombres les cambie el tono de voz, que se tenga una talla corporal de acuerdo a la edad, estos clasifican en los normativos, por el contrario con los no normativos, no se espera que un derrumbe o desastre natural acabe con la vida de las personas o por ejemplo la aparición de un virus o enfermedad sin previo conocimiento en ello. Las personas a nivel mundial debimos afrontar una situación personal, social, económica, laboral que seguramente no se esperaba, y más aún, que tuviera tanto impacto en las cotidianidades de las personas por la condición del aislamiento, dada la llegada del Covid 19, el cual inició en el país de China. Con el fin de dar respuesta a los objetivos plasmados en esta investigación se presentan los hallazgos una vez se aplicaron los instrumentos:

Objetivo No. 1 Identificar las emociones emergentes durante el evento de confinamiento el proceso de la pandemia.

Si bien la llegada del Virus Covid 19 en el año 2020, generó malestar al principio y se especulaba de manera desinformada, luego con el pasar del tiempo y cuando llega la disposición global para un confinamiento y de carácter obligatorio se convirtió en un estado de alarma en las personas, pero también desencadenó la presencia de emociones que en su mayoría se manifestaron en temor o miedo, luego de tristeza por los datos estadísticos de personas que morían a causa del virus.

Una vez se obtiene la información de las personas que participan de la investigación se evidencian en sus manifestaciones síntomas de angustia, estrés, incertidumbre, dudas, pero también emergen en las personas la iniciativa de ayuda, amor, empatía, reflexión y valor por la vida, la familia. Sin embargo, es pertinente resaltar el papel de las emociones básicas como mecanismo de justificación teórica: En Reeve (2009), y quien además cita a Ekman y Davidson,

Se plantea que son innatas, por lo que refleja un estado natural del ser humano. Se presentan en todos los individuos y se experimentan sensaciones si hay tristeza, alegría, y aquí no hay distinción dentro de la cultura, género o sociedad. A pesar que todos los individuos pueden expresarlas existen diferentes formas, pero pueden dar un indicador para su comprensión universal, por ejemplo, en un rostro enojado es fácil identificar pómulos rojos, frente y ceño arrugado. (p.232).

Dado lo anterior esas manifestaciones de angustia, estrés, incertidumbre, dudas, iniciativa de ayuda, empatía, reflexión, valor por la vida, y la familia, en alguna medida se van construyendo e interpretando de acuerdo a cada experiencia, en este caso el Covid 19, hizo que muchas personas experimentaran no solo sus emociones básicas y que son innatas, sino que también surgieran otros aspectos de sus vidas y que se relacionan con la emoción del interés, veamos su definición a través de Reeve (2009), cita a otros autores: “La emoción del interés motiva a la exploración, al indagar al respecto de información que se encuentra a nuestro alcance, para ser utilizada, además enseña a la toma de decisiones, desarrollar las propias capacidades y habilidades”. (p.235)

Además, se puede manifestar que las emociones en su condición de ser biológicas juegan un papel preponderante en los aprendizajes y que no todas las personas reaccionan a ellas de la misma manera, por ejemplo, en una situación de enfrentar a alguien que le sugiere amenaza, unos pueden alejarse, huir, otros gritar, sostener una postura rígida. Catalá (2011), a partir de la “perspectiva etológica, pone el énfasis en subrayar que el ser humano no es una tabula rasa” (p.16), en este sentido, la naturaleza humana siempre experimentará las emociones, pero las reacciones y actitudes tendrán un contenido aprendido.

Es por ello que se encuentra en relación a este objetivo la capacidad de las personas utilizar recursos personales que en este caso se manifiestan desde la empatía, amor, valor por la vida, solidaridad. Las emociones son multidimensionales. Existen como fenómenos sociales subjetivos, biológicos e intencionales (Izard, 1993).

Otro aspecto sobresaliente para describir en relación a las emociones emergentes es considerado en aquellas que se manifiestan desde el componente sentimental y que bien lo define Reeve (2009),

El componente sentimental proporciona a la emoción su experiencia subjetiva, que tiene tanto un significado como importancia personal. Tanto en intensidad como en calidad, la emoción se siente y experimenta a nivel subjetivo (o fenomenológico). El aspecto sentimental está enraizado en procesos cognitivos o mentales. (p.222).

Por lo cual, es lo pertinente encontrar aquellos aspectos como la angustia, amor, empatía, valor por la vida, la familia, solidaridad, estrés.

Objetivo No. 2 Conocer los cambios socio familiares generados por el confinamiento.

Como principio natural, las relaciones entre seres humanos se dan por una condición innata, siempre unos con otros van a buscar las formas de interactuar, es placentero ver en un parque por ejemplo la forma en que los niños se relacionan sin tener un vínculo establecido previamente y la forma en que intercambian juegos, saberes. En esos espacios desde niños se aprende que hay un semejante, pero un ser diferente en ideas, que sin embargo me permite disfrutar y ver la vida de una

manera diferente. También, en relación a los entornos, estos permiten a las personas generar, modificar, ajustar recursos personales para desenvolverse en la vida y un contexto. Las personas creamos patrones comunes para la convivencia y seguimos siendo únicos desde nuestra personalidad.

El soporte social es considerado un aspecto importante en la salud, porque a través de él, se desarrollan acciones de solidaridad y apoyo mutuo lo que redundaría en el bienestar de las personas, además porque se convierte en un sustento psíquico para los miembros que conforman ese grupo, en términos de empatía, comprensión y medios de escucha frente a eventos dolorosos o adversos, lo que también provoca desarrollo de recursos personales y sociales en búsqueda de mejor calidad de vida. Schoof, Manzanares y Grimaldo (2018), quienes también cita al respecto a la OMS. (p.110)

Al respecto de lo mencionado en el párrafo anterior y lo encontrado existe reconocimiento en el hecho que hay eventos que pueden presentarse y las personas hacen uso de sus recursos personales para enfrentarlos y se movilizan en acciones para la ayuda mutua, reconociendo además que todos pueden ser vulnerables y el egoísmo no cabe en las ideas personales.

Se encuentra también, que existieron cambios por las formas de comprender las cotidianidades por ejemplo estudiar de manera presencial verse de manera personal, ir de paseo, ir de visita donde la familia extensa, salir a un parque con los amigos, interactuar libremente por los espacios, tener “control” sobre lo cotidiano. Sin embargo, los ajustes se fueron dando con el paso del tiempo, porque además comprendían que no estaban solos y que seguían contando con esas redes de apoyo en sus familias, amigos, estudios. Por ejemplo, en el caso de la familia para Minuchin y Fishman (2004), la familia se conforma como un grupo natural y con el tiempo se establecen pautas que les permite interactuar, así como se dan acciones de apoyo y desarrollo de pertenencia. (p.25)

Otro aspecto a destacar como cambio positivo es la importancia que manifestaron los participantes y fue una constante el hecho de dar valor a las personas queridas o familiares, personas de su entorno, valor del tiempo, valor por las cosas intangibles y como reflexión el poder seguir avanzando y buscando estrategias para afrontar sus cotidianidades, que mirado desde la postura del desarrollo humano es una acomodación entre ser humano activo y los entornos inmediatos, donde las

relaciones que se establecen se ven influenciadas por estas, Torrico et. al 2002, citando a (Bronfenbrenner, 1979) (p.46)

Objetivo No. 3 Describir la percepción de los factores positivos y negativos y las estrategias de afrontamiento utilizadas en el proceso de adaptación al confinamiento.

Seguramente hacer afrontamiento a los eventos inesperados que trae la vida no es fácil, porque de esto depende la personalidad, el contexto, la cultura, las redes de apoyo y derechos con que se cuenta, pero si algo positivo es que existen mecanismos que dirigen las conductas para realizar afrontamiento en las diversas condiciones presentadas. En relación a ello se menciona a Macías et al. (2013) quienes citan a Lazarus y Launier (1978) “definieron el afrontamiento como los esfuerzos intrapsíquicos orientados a la acción con el fin de dar manejo a las demandas internas y ambientales que ponen a prueba o exceden los recursos personales”.

Así mismo, se logra encontrar a partir de la percepción la mediación como proceso cognitivo que realizan los participantes entre su desarrollo personal y todos aquellos elementos establecidos a partir de la norma, estándares sociales, costumbre, creencias. Lo cual exige un afrontamiento entre las circunstancias presentadas y las múltiples opciones para una adecuada toma de decisiones.

De acuerdo a este objetivo, lo hallado en relación a la percepción de las estrategias de afrontamiento encontradas tanto negativas y positivas se evidencia que a nivel positivo existió reencuentro con ese ser individual, valor a la vida, desarrollo de solidaridad, empatía, búsqueda de recursos personales para atender la situación de estar confinados, se valoró los vínculos afectivos, tiempos y espacios para el diálogo, se manifestó la importancia del autocuidado, por ejemplo hacer deporte, se desarrolló la empatía por entender las demás personas que sufrían o morían. En lo relacionado con los aspectos negativos, algunos perdieron su empleo, debieron asumir cargas laborales o de estudio más complejas y desgastantes, aumento del estrés.

Sin embargo, es importante resaltar la teoría que acompaña este objetivo y permite mencionar, la escala de modos de afrontamiento (Ways of coping, WOC) de Folkman y Lazarus (1985),

conformada por la confrontación, la planificación, distanciamiento, autocontrol, aceptación de responsabilidad, escape – evitación, reevaluación positiva, búsqueda de apoyo social. (p.427).

Para este caso se manifestaron en su mayoría los aspectos mencionados por el autor como elementos que favorecieron la toma de decisiones, búsqueda de soluciones, búsqueda de apoyo social, búsqueda de recursos positivos aún en medio de un evento estresor. Los participantes logran percibir aspectos positivos a pesar de los eventos estresores, y el buscar apoyo social se convirtió en un recurso valioso para del desarrollo socioafectivo.

Resultados caracterización sociodemográfica

Una vez se analizan los datos estadísticos se evidencia la participación de 19 personas y se explica de la siguiente manera

Información de identificación

De los 19 participantes todos cuentan con documento de identificación cédula de ciudadanía, 15,8% en edad de 29 a 30 años, valores de 10,5% para edades de 21, 23, 33 años, 5,3% para otras edades, en lo relacionado al nivel educativo un valor representativo del 10, 5% para universitarios, pregrados, 5,3% para postgrado, tecnología, bachiller, técnico. En lo que respecta a la ocupación 15,8% estudiante, estudiante de psicología. 10, 5% independiente, 5,3% para ocupaciones en analista de laboratorio, médico, auxiliar de enfermería, cuidadora. Todos se encuentran afiliados al sistema de salud: 36,8% contributivo, 31,6% subsidiado, 21,1% cotizante o afiliado, 10,5% beneficiario.

Salud

Para el caso de salud, las personas participantes no tienen un diagnóstico médico, en un valor de 94,7% no tiene una receta médica, asisten a intervención o terapia un valor de 84,2% y 15,8% no. No se reporta alguna discapacidad, en lo que respecta a si práctica algún deporte los valores son 63,2% otro, 42,1% no practica ningún deporte, 5,3% atletismo.

Información respecto a los integrantes familiares

En lo que respecta a las actividades que desarrolla con la familia, los datos reportan 58,8% diálogo, 52,9% salir de paseo, 35,3% ver TV o una película, 5,9% otra. Durante la época de confinamiento las relaciones familiares se tornaron, 63,2% amables y agradables, 15,8% conflictivas, 10,5% monótonas, conflictivas.

Redes y comunidad

En lo relacionado a si se pertenece a un grupo o agremiación, 94,7% no, en lo que respecta a los espacios para compartir con amigos, 78,9% tomar algo o ir a un restaurante, 47,4% salir de paseo, 21,1% fiestas familiares, 15,8% ir a cine, 10,5% otra. Comparte espacios con su comunidad o vecindario, 52,6% si, 47,4% no.

Aspecto económico

El sostenimiento económico del hogar se encuentra a cargo de, 47,4% usted, 31,6% padre/madre, 21,1% varios aportan. Las condiciones económicas actuales de su hogar usted las considera, 47,4 moderadas, 47,4 satisfactorias. En relación a los recursos y medios digitales contó con los medios para el desarrollo de actividades laborales/académicas, 94,7 responde si.

Dado lo anterior se concluye que los aspectos evaluados se mostraron satisfactorios en la medida que los porcentajes en lo que respecta a garantía de derechos como contar con afiliación a salud se encuentra en un 100% cubierto, no se presentaron diagnósticos médicos, se encuentran estilos de interacción y vinculación afectiva tanto con la familia como con el entorno, sea comunidad o sociedad. Se mostraron positivas las relaciones establecidas con sus redes de apoyo como por ejemplo compartir en espacios de ocio y esparcimiento. En lo que respecta a las condiciones económicas se reportan datos donde las personas contaron con los medios digitales para recibir estudios universitarios o laborales.

Conclusiones

- En relación a las emociones es la comprensión que ellas están insertas en la vida de las personas todo el tiempo, lo que las hace diferentes son sus manifestaciones en las personas dado los recursos propios, su biología (en términos de genética), experiencia, cultura y sociedad. También que esa condición de ser básicas, dan un punto de partida para su

comprensión donde la neurociencia juega un papel importante, pero que ellas deben contar con un estímulo regulador que dirija la conducta de manera positiva. En el sentido que una persona puede experimentar enojo y no siempre debe ser visto como algo malo, pero si requiere de manejo para el desarrollo de las interacciones y participación en su contexto.

- El componente del estrés se manifestó como un aspecto natural dentro de lo percibido por los participantes dado la pandemia por Covid 19.
- Se pensaría que todo evento inesperado trajera consigo dolor, sufrimiento, en este caso se manifestaron actitudes positivas desde el afrontamiento, búsqueda de soluciones.
- Un evento no normativo como fue el Covid 19, se manifestó en síntomas incómodos dado las interpretaciones que se tenían de la cotidianidad, tener el “control” y poder hacer todo sin limitaciones, pero este evento produjo en las personas de esta investigación una mirada al valor de la vida, salud, la familia y su entorno como para desarrollar actitudes de solidaridad y apoyo social.
- En lo que respecta a la familia, se favorecieron espacios para el diálogo y fortalecimiento de vínculos afectivos, dado que algunos refirieron que estaban más “pendientes” de sus seres queridos.
- Los participantes realizaron adecuado afrontamiento a las circunstancias presentadas, dado que debieron buscar en sus propios recursos estrategias para avanzar y seguir con sus metas y proyectos.
- El apoyo social jugó un papel preponderante, dado que dio significado a la solidaridad, ayuda y eliminación de egoísmos. Con una mirada de un “todos” y no como unidad.
- Aunque el estado contempla sus normatividades que favorecen los derechos humanos, en este caso no se hizo uso de esto como para adelantar algún proceso.
- Definitivamente son más las cosas buenas que pueden lograr las personas desde una postura plural por el desarrollo de la empatía.
- Se dieron nuevos aprendizajes como por ejemplo el uso y manejo de los medios digitales como recursos educativos a pesar de su complejidad para aprender en aquel momento.

- Las personas participantes realizaron ajustes y adaptaciones en sus cotidianidades.

Recomendaciones

- En las instituciones educativas, continuar fortaleciendo las habilidades socio afectivas de las personas como un recurso valioso para favorecer las estrategias de afrontamiento que se aplican en todo contexto.
- Para las instituciones educativas, proponer grupos para favorecer las interacciones y conocer las inquietudes u ideas que pueden tener los jóvenes.
- Para las instituciones educativas, fomentar el conocimiento desde una perspectiva de derechos, dado que pueden existir situaciones que requieran el uso de ellos y se pueda tener conocimiento en esta área.
- Para los sistemas de salud, continuar promoviendo las estrategias para la salud mental desde una perspectiva socioafectiva.
- Para los docentes y estudiantes, atender sus propias necesidades desde el autocuidado, asistencia a los servicios médicos.
- Para los estudiantes universitarios continuar participando de las redes y grupos de apoyo, lo que favorece su bienestar personal.

- En consideración del ejercicio de corresponsabilidad, participar de los diferentes escenarios políticos y sociales donde se promueve la salud mental.
- En el ámbito académico, promover la participación desde sus conocimientos, teorías y prácticas, permitiendo la relación teoría y experiencia cotidiana en los diferentes casos que permitan promover la salud mental.

Referencias

- Ámbito Farmacéutico. (2007). Estrès y burn out. <https://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-pdf-13112896>
- Apaza, P., Cynthia M., Sanz, S., Roberto Simón, Arévalo, S. y Johanna Elena. (2020). *Factores psicosociales durante el confinamiento por el Covid-19 – Perú*. [Archivo PDF]. <https://www.redalyc.org/journal/290/29063559022/29063559022.pdf>
- Aranda, C., Pando, M. (2013). *Conceptualización del apoyo social y las redes de apoyo social*. Instituto de investigación en salud ocupacional, departamento de salud pública, universidad de Guadalajara, México. [Archivo PDF]. <file:///C:/Users/CLAUDIA/Downloads/0.pdf>
- BBC News Mundo. (2021). *Covid: "El impacto psicológico por la pandemia y por ómicron puede ir agravándose con el tiempo"* <https://www.bbc.com/mundo/noticias-59603703#:~:text=El%20informe%20%22Resultados%20del%20estudio,el%20estilo%20de%20vida%20cotidiano%22.>

- Castaño, E., León del Barco B. (2010). *Estrategias de afrontamiento del estrés y estilos de conducta interpersonal*. [Archivo PDF]. <https://www.ijpsy.com/volumen10/num2/260/estrategias-de-afrontamiento-delestrs-ES.pdf>
- Cifuentes Gil, R. (2011). *Diseño de proyectos de investigación cualitativa*. Centro de publicaciones educativas y material didáctico. [Archivo PDF].
file:///C:/Users/CLAUDIA/Downloads/Dialnet-DisenoDeProyectosDeInvestigacionCualitativa-4929358%20(3).pdf
- Chaves Campo, C., Muñoz Bonilla, H. y González Guacaneme, G. (2021). *Deserción académica universitaria y aislamiento preventivo obligatorio en Colombia: Estudio “CHEMA - COVID-19”*. Revista Unicatólica.
<https://revistas.unicatolica.edu.co/revista/index.php/LumGent/article/view/303/158>
- Clemente, M. (2003). *Redes sociales de apoyo en relación al proceso de envejecimiento humano*. Centro Interamericano de Investigaciones Psicológicas y Ciencias Afines.
<https://www.redalyc.org/pdf/180/18020103.pdf>
- Club de escritura. (2020). *Paradigma pragmático*. Artículo de Revisión. Escuela de posgrado UPT.
<https://clubdeescritura.com/obra/10321783/paradigma-pragmatico-articulo-de-revision/#:~:text=El%20Paradigma%20Pragm%C3%A1tico%20es%20el%20sustento%20de%20las%20Investigaciones%20con,su%20metodolog%C3%ADa%20que%20es%20flexible.>
- Córdoba Machuca, R., Pérez Oyaga, A. y Velázquez Arenas, G. (2020). *Caracterización de los Factores que Inciden en la Deserción Estudiantil en el Programa de Fonoaudiología en Época de la Pandemia COVID-19 en el año 2020*. Repositorio Udes
<https://repositorio.udes.edu.co/server/api/core/bitstreams/51d0de4b-90d9-4b57-b857-0812a00f1cae/content>
- Daneri, F. (2012). *Psicobiología del Estrés*. Universidad de Buenos Aires, trabajo práctico.
https://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/sitios_catedras/electivas/090_comportamiento/material/tp_estres.pdf

- Erades, N. y Morales, A. (2020). *Impacto psicológico del confinamiento por la COVID-19 en niños españoles: un estudio transversal*. [Archivo PDF].
https://www.revistapcna.com/sites/default/files/006_0.pdf
- Espinal, I., Gimeno, A. y González, F. (s.f). *El Enfoque Sistémico En Los Estudios Sobre La Familia*. Universidad Autónoma de Santo Domingo UASD y Centro Cultural Poveda, Distrito Nacional Santo Domingo. [Archivo PDF].
http://www.observatoriosocial.com.ar/images/articulos/Material_de_Consulta/El_Enfoque_Sistemico.pdf
- Estrada Araoz, E., Gallegos Ramos, N., Mamani Uchasara, H. y Huaypar Loayza, K. (2020). *Actitud de los estudiantes universitarios frente a la educación virtual en tiempos de la pandemia de COVID-19*. Revista Brasileira.
<https://sistemas.uft.edu.br/periodicos/index.php/campo/issue/view/372>
- Estrella Sinche, E. y Suárez Bustamante, M. (2006). *Introducción al Estudio de la Dinámica Familiar*. IDEFI. [Archivo PDF].
https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/4650017/mod_resource/content/1/RAMPA%20VIN1%20Parte2-3.pdf
- Fernández Poncela, A. (2020). *Estudiantes, emociones, salud mental y pandemia*. Revista Andina de Educación. <https://revistas.uasb.edu.ec/index.php/rec/issue/view/26312816.2020.4.1>
- Galvis, G., Vásquez, A., Caviativa, Y., Ospina, P., Chaves, V., Carreño, L. y Vera, V. (2021). *Tensiones y realidades de los docentes universitarios frente a la pandemia Covid-19*. Revistas académicas Universidad Autónoma.
<https://revistas.uautonoma.cl/index.php/ejhr/article/view/1396/1014>
- González Jaimes, N., Tejada Alcántara, A., Méndez, C. y Ontiveros Hernández, Z. (2020). *Impacto psicológico en universitarios mexicanos por confinamiento durante la pandemia Covid-19*.
<file:///C:/Users/CLAUDIA/Downloads/normalilia,+Art%C3%ADculo+COVID-19.pdf>

Iturrieta Olivares, S. (2001). *Perspectivas teóricas de las familias: como interacción, como sistemas y como construcción social*. CED, Universidad Católica del Norte. [Archivo PDF].

https://www.researchgate.net/publication/333203557_PERSPECTIVAS_TEORICAS_DE_LAS_FAMILIAS_COMO_INTERACCION_COMO_SISTEMAS_Y_COMO_CONSTRUCCION_SOCIAL

Jacobo Galicia, G., Máynez Guaderrama, A. y Cavazos Arroyo, J. (2021). *Miedo al Covid, agotamiento y cinismo: su efecto en la intención de abandono universitario*. Universidad Popular Autónoma del Estado de Puebla, México.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7872539>

Jeon L, Buettner CK, Snyder AR. (2014). Pathways from teacher depression and child-care quality to child behavioral problems. APA PsycNet.

<https://psycnet.apa.org/doiLanding?doi=10.1037%2Fa0035720>

Jiménez Blanco, D. (2020). *Niveles de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios de Santander durante el periodo de cuarentena por coronavirus (Covid-19): un estudio descriptivo*. Universidad Pontificia Bolivariana de Bucaramanga.

<https://repository.upb.edu.co/handle/20.500.11912/8806?show=full>

Lazarus, R. (1999). *Estrés y emoción Manejo e implicaciones en nuestra salud*. Desclèe De Brouwer Biblioteca de Psicologia.

Lemos Giraldez, S. y Fernández Hermida, J. (1990). *Redes de soporte social y Salud*. Departamento de psicología Universidad de Oviedo. <https://www.psicothema.com/pdf/671.pdf>

Manual MSD Versión para profesionales. (2020). *Trastornos depresivos*.

<https://www.msmanuals.com/es/professional/trastornos-psiqui%C3%A1tricos/trastornos-del-estado-de-%C3%A1nimo/trastornos-depresivos#:~:text=William%20Coryell&text=Los%20trastornos%20depresivos%20se%20caracterizan,placer%20despertado%20por%20las%20actividades>

- Macías, M., Madariaga Orozco, C., Valle Amarís, M., Zambrano, J. (2013). *Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico*. Universidad del Norte. [Archivo PDF]. <https://www.redalyc.org/pdf/213/21328600007.pdf>
- Mérida Martínez, Y. & Acuña Gamboa, L. (2020). *Covid-19, Pobreza y Educación en Chiapas: Análisis a los Programas Educativos Emergentes*. Revista Internacional de Educación para la Justicia Social.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7523257>
- Miguel Román, J. (2020). *La educación superior en tiempos de pandemia: una visión desde dentro del proceso formativo*. Revista Latinoamericana de Estudios Educativos (México).
<https://www.redalyc.org/jatsRepo/270/27063237017/html/index.html>
- Ministerio de Salud (2017). *Boletín de salud mental Depresión Subdirección de Enfermedades No Transmisibles*.
<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/ENT/boletin-depresion-marzo-2017.pdf>
- Minuchi, S. (2003). *Familias y Terapia Familiar*. Gedisa Editorial. [Archivo PDF].
<https://www.cphbidean.net/wp-content/uploads/2017/11/Salvador-Minuchin-Familias-y-terapia-familiar.pdf>
- Minuchin, S y Fishman, H. Ch. (2004). *Técnicas de Terapia Familiar*. Paidós Buenos Aires. [Archivo PDF].
<https://ns1.clea.edu.mx/biblioteca/files/original/042d5ead5802c0aa81b54a43364df0d4.pdf>
- Morrison Val, Bennett Paul. (2008). *Psicología de la salud*. Editorial Pearson Educación S.A.
- National Library of Medicine. (2016). *Correlatos de salud del acoso laboral: un estudio de seguimiento prospectivo de 3 ciclos*. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26645744/>
- National Library of Medicine. (2021). *Recomendaciones para la prevención de la desnutrición en pacientes COVID-19 en seguimiento por atención primaria: papel del CONUT*. National Center for Biotechnology Information.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7833460/>

- Navas Orozco, W. y Vargas Baldares, M. (2012). *Trastornos de ansiedad: revisión dirigida para atención primaria*. Revista Médica de Costa Rica y Centroamérica. [Archivo PDF].
<https://www.binasss.sa.cr/revistas/rmcc/604/art11.pdf>
- Organización Mundial de la Salud. (2010). *Que es una pandemia*.
https://www.who.int/csr/disease/swineflu/frequently_asked_questions/pandemic/es/
- Peña López B. y Rincón Orozco B. (2020). *Generalidades de la pandemia por COVID-19 y su asociación genética con el virus del SARS*. Revista Salud UIS.
<http://dx.doi.org/10.18273/revsal.v52n2-2020001>
- Pérez López, E., Vázquez Atochero, A. y Cambero Rivero, S. (2020). *Educación a distancia en tiempos de COVID-19: Análisis desde la perspectiva de los estudiantes universitarios*.
Revista Iberoamericana de Educación a Distancia.
<https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/233084/P%C3%A9rez.pdf?sequence=1>
- Pérez Núñez, D., García Viamontes, J., García González, T., Ortiz Vázquez, D. y Centelles Cabrerías, M. (2014). *Conocimientos sobre estrés, salud y creencias de control para la Atención Primaria de Salud*. Revista Cubana de Medicina General Integral.
https://www.researchgate.net/publication/317518321_Conocimientos_sobre_estres_salud_y_creencias_de_control_para_la_Atencion Primaria de Salud
- Prada Núñez, R., Gamboa Suárez, A. y Hernández Suárez, C. (2021). *Efectos depresivos del aislamiento preventivo obligatorio asociados a la pandemia del Covid-19 en docentes y estudiantes de una universidad pública en Colombia*. Universidad Francisco de Paula Santander.
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-01372021000100108
- Quintero, J. (2020). *El Efecto del COVID-19 en la Economía y la Educación: Estrategias para la Educación Virtual de Colombia*. Revista Scientific.
<https://doi.org/10.29394/Scientific.issn.2542-2987.2020.5.17.15.280-291>

Ramírez Bejarano, J. A., Lemos Carabalí, I.M., Martínez Bolaños, S. y Moncayo Erazo, J. A. (2021). Pandemia, salud mental y desempeño académico de los y las estudiantes de la Unicamacho en 2020. Revista Sapientia.

<https://revistas.uniajc.edu.co/index.php/sapientia/article/view/89>

Ramírez Ramírez, L., Arvizu Reynaga, V., Ibáñez Reyes, L., Martínez, C. y Ramírez Arias, V. (2020). *Apoyo ante Covid-19 en Latinoamérica: estudio exploratorio de las necesidades psico-socio educativas durante la contingencia*. Congreso internacional virtual sobre Covid-19.

<https://www.eumed.net/actas/20/covid/8-apoyo-ante-covid-19-en-latinoamerica-estudio-exploratorio-de-las-necesidades.pdf>

Ribeiro, B., Scorsolini Comin, F. y Dalri, R. (2020). Ser docente en el contexto de la pandemia de COVID-19: reflexiones sobre la salud mental. Index de Enfermería.

http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962020000200008&lng=es&tlng=es

Ríos, W., Fonseca, M. y Seguanes Díaz, C. (2021). *Afectaciones psicológicas frente al cambio de modalidad educativa presencial a virtual en estudiantes universitarios de administración en servicios en salud*. Dirección de Investigaciones. Institución Universitaria Escolme.

<http://revista.escolme.edu.co/index.php/cies/article/view/351>

Rodríguez, A., Zúñiga, P., Contreras, K., Gana, S. y Fortunato, J. (2016). Revisión Teórica de las Estrategias de Afrontamiento (Coping) según el Modelo Transaccional de Estrés y Afrontamiento de Lazarus & Folkman en Pacientes Quirúrgicos Bariátricos, Lumbares y Plásticos. Revista el dolor 66. [Archivo PDF].

<https://www.revistaeldolor.cl/storage/articulos/November2020/TJTbXx57FGjK3J3ctga7.pdf>

Rosales, M. (2017). *El desarrollo humano: una propuesta para su medición*. Universidad de los Andes. [Archivo PDF]. <https://www.redalyc.org/pdf/543/54353312007.pdf>

- Ruiz Roso, M., Carvalho Padilha, P., Mantilla Escalante, D, Ulloa, N., Brun, P, Acevedo Correa, D..., (2020). Covid-19 Confinement and Changes of Adolescent's Dietary Trends in Italy, Spain, Chile, Colombia and Brazil. *Nutrients*. <https://www.mdpi.com/2072-6643/12/6/1807>
- Sánchez, G., Aguirre, M., Solano, N. y Viveros, E. (2015). *Sobre la dinámica familiar. Revisión documental*. Revisión documental. Cultura Educación y Sociedad, Fundación Universitaria Luis Amigó sede Medellín. [Archivo PDF].
<file:///C:/Users/CLAUDIA/Downloads/admin,+18+Sobre+dinamica+fliar.+Revision+documental.pdf>
- Schoof Aguirre, M., Manzanares Medina, E., Grimaldo Muchotrigo, M. (2018). *Red de soporte social y apoyo comunitario en miembros de una organización de desplazados por violencia política residentes en Cañete, Perú*. *Revista Costarricense de Psicología*.
<https://www.scielo.sa.cr/pdf/rcp/v37n2/1659-2913-rcp-37-02-107.pdf>
- Sigüenza Campoverde, W. y Vílchez Tornero, J. (2021). *Aumento de los niveles de ansiedad en estudiantes universitarios durante la época de pandemia de la COVID-19*. *Revista Cubana de Medicina Militar*. <http://www.revmedmilitar.sld.cu/index.php/mil/article/view/931>
- Torrico Linares, E., Santín Vilariño, C., Villas, A., Menéndez Álvarez, S. y López López, M. (2002). *El modelo ecológico de Bronfrenbrenner como marco teórico de la Psicooncología*. *Anales de Psicología*, Universidad de Murcia. [Archivo PDF].
https://www.um.es/analesps/v18/v18_1/03-18_1.pdf
<https://www.uv.es/jugar2/Enfoque%20Sistemico.pdf>
- UNESCO. (2020). *COVID-19 y educación superior: De los efectos inmediatos al día después. Análisis de impacto, respuestas políticas y recomendaciones*. Organización de las Naciones Unidas para la educación, la ciencia y la cultura.
<https://www.iesalc.unesco.org/wp-content/uploads/2020/05/COVID-19-ES-130520.pdf>
- Vázquez Gutiérrez J. (2012). *La concepción de hecho social en Durkheim. De la realidad material al mundo de las representaciones colectivas*. Universidad Iberoamericana, Ciudad de México. [Archivo PDF]. <https://core.ac.uk/download/pdf/38819738.pdf>

Vázquez Valverde, C., Crespo López, M., Ring J. (2000). *Estrategias de afrontamiento*.

https://www.psicosocial.net/historico/index.php?option=com_docman&view=download&alias=94-estrategias-de-afrontamiento&category_slug=trauma-duelo-y-culpa&Itemid=100225

Anexos

Afectaciones psicosociales debido a la pandemia por Covid 19 en estudiantes y docentes de una institución de educación superior en Cartago Valle

Objetivos

- Identificar las emociones emergentes durante el evento de confinamiento el proceso de la pandemia
- Conocer los cambios sociofamiliares generados por el confinamiento
- Describir la percepción de los factores positivos y negativos y las estrategias de afrontamiento en el proceso de adaptación al confinamiento

1. ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

En relación a los ajustes que hacen algunas personas, dado una situación imprevista, ¿cómo hizo interpretación de la pandemia por covid 19?

¿Considera que la pandemia por Covid 19, le hizo cambiar su manera de llevar su religión?

Como lo puede explicar

Considera que su salud presentó algún deterioro (físico, mental, cognitivo, social), cuando se presentó la pandemia por Covid 19, puede explicar por favor

¿Existieron condiciones ambientales que le hicieron modificar su forma de estudiar, por ejemplo, la virtualidad, de qué manera lo sobrellevó?, explicar

¿La manera en que usted interpretaba el valor de la vida, le hizo considerar aspectos diferentes a los que tenía antes de pandemia por Covid 19?, explicar

¿Puede explicar si la pandemia por Covid 19, le hizo considerar sus hábitos de vida saludable como la alimentación, ejercicio físico, descanso, sueño, etc.?

¿Existió algún cambio a nivel económico dentro del hogar, por ejemplo, menos ingresos y cómo lo enfrentó la familia?

2. EMOCIONES

¿Considera que aparecieron sentimientos no manifestados antes de pandemia por Covid 19?, describir

Dada la pandemia por Covid 19, la evidencia señalaba algunos síntomas emocionales (miedo, tristeza, frustración, etc.) que se presentaban en las personas, usted llegó a experimentar en su vida con mayor intensidad alguna, explicar.

Si debió buscar ayuda profesional (medicina, psicología, psiquiatría, etc.), por condiciones relacionadas por la pandemia Covid 19, describir las razones.

Siente actualmente que su vida cambió dado la pandemia por Covid 19, de qué manera, explicar.

3. CAMBIOS SOCIALES Y FAMILIARES

¿Considera que se manifestaron cambios en las relaciones familiares dado la pandemia por Covid 19, de qué forma?, describir.

¿Considera que usted y familia contaron con el apoyo necesario del gobierno para seguir adelante dada la pandemia por Covid 19?

¿Considera que en usted y familia se desarrollaron actitudes de solidaridad con otras personas dado la pandemia por Covid 19?, explicar

¿En relación a las interacciones con amigos, usted considera que dado la pandemia por Covid se presentaron cambios? Describir.

¿Considera que la pandemia por Covid 19 presentó cambios en las formas de educar, si lo comparamos en sus formas dadas anteriormente?, describir

¿Existieron cambios en relación a su vida laboral, dado la pandemia por Covid 19?, describir.

¿Puede describir si el apoyo mutuo siempre ha estado en su vida o por el contrario se manifestó de otra forma dado la pandemia por Covid 19?



**Afectaciones psicosociales debido a la pandemia por Covid 19 en estudiantes y docentes de
una institución de educación superior en Cartago Valle**

CARACTERIZACIÓN SOCIODEMOGRÁFICA

1. INFORMACIÓN DE IDENTIFICACIÓN

NOMBRES Y APELLIDOS

TIPO DE DOCUMENTO: T.I. ____ C.C.____ C.E.____

NUMERO DE IDENTIFICACIÓN _____

EDAD _____ NIVEL EDUCATIVO _____

OCUPACIÓN _____

PAIS DE NACIMIENTO _____ DEPARTAMENTO _____

MUNICIPIO _____

AFILIACIÓN A SALUD: SI ____ NO ____ SUBSIDIADO ____

CONTRIBUTIVO _____

ES BENEFICIARIO ____ ES CONTIZANTE O AFILIADO ____

TIEMPO DE PERMANENCIA EN LA CIUDAD DE CARTAGO _____

SEXO: HOMBRE ____ MUJER ____ INTERSEXUAL ____

DESEA RESPONDER PREGUNTA SOBRE SU GÈNERO: SI ____ NO ____

FEMENINO ____ MASCULINO ____ TRANS ____ OTRO _____

AUTORECONOCIMIENTO DEL GRUPO ÈTNICO:

Afrocolombiano ____ Comunidad negra ____ Palenquero, raizal del archipiélago de San

Andrés y providencia ____ Indígena ____ Rom/Gitano ____ No se autorreconoce en ninguno de

los anteriores _____

VICTIMA DEL CONFLICTO ARMADO O DESPLAZAMIENTO FORZADO.

SI _____ NO _____

LA VIVIENDA DONDE HABITA ES: propia _____ familiar _____

Arrendamiento _____

Estrato al cual pertenece su vivienda. 1 _____ 2 _____ 3 _____ 4 _____ Otro _____

Tiene registro en el Sisbén. SI _____ NO _____ en caso de responder SI, nivel _____

2. SALUD

Al momento tiene un diagnóstico médico SI _____ NO _____

En caso de responder SI, por favor indicar _____

Actualmente tiene receta médica (toma de medicamentos) SI _____ NO _____

En caso de responder SI, cuál y motivo _____

Asiste algún tipo de intervención o terapia SI _____ NO _____ en caso de responder SI, mencionar (psicología, psiquiatría, salud ocupacional, etc.) _____

DISCAPACIDAD: Presenta algún tipo de discapacidad SI _____ NO _____

En caso de responder SI, por favor indicar tipo de discapacidad _____

DEPORTE. Practica algún tipo de deporte. Natación _____ Atletismo _____ fútbol _____
otra, cuál? _____

En el hogar algún miembro de la familia vivió la enfermedad por Covid 19, SI _____
NO _____, en caso de responder SI, estado leve _____ estado moderado _____ estado grave _____

3. INFORMACIÓN RESPECTO A LOS INTEGRANTES FAMILIARES

NÚMERO DE PERSONAS CON LAS QUE CONVIVE _____

PARENTESCO: Padre ___ Madre ___ Esposo/a, compañero/a sentimental _____
abuela/o _____ Hermano/a _____ Hijo/a _____ Otra _____ Cuál _____

Qué tipo de actividades desarrolla con su grupo familiar como forma de interacción familiar
Diálogo _____ Ver TV o una película _____ salir de paseo _____

En el hogar algún miembro familiar tiene discapacidad. SI _____ NO _____

Durante la época de confinamiento las relaciones familiares se tornaron: Monótonas _____
conflictivas _____ amables y agradables _____

4. REDES Y COMUNIDAD

Pertenece a un grupo o agremiación SI _____ NO _____, en caso de responder SI, ¿Cuál?

Espacios para compartir con amigos. Salir de paseo _____ Fiestas familiares _____ tomar
algo o ir a un restaurante _____ ir a un cine _____ Otro _____

Comparte espacios con su comunidad o vecindario SI _____ NO _____ en caso de
responder SI, época de navidad _____ pautas de convivencia _____ Enfermedad o
calamidad _____

Su mayor red de apoyo. Iglesia _____ Hospital/EPS _____ Policía _____ Educación
_____ Comisaría de familia _____ gestión social _____ Trabajo _____ Otro _____

En la actualidad recibe beneficios sociales y del gobierno, SI _____ NO _____ en caso
de responder SI. Familias en acción _____ ingreso solidario _____ otro _____

Como norma a nivel mundial se presentó el trabajo desde casa y quedarse en ella por un
tiempo, por cuánto tiempo se quedó en casa, o trabajó en casa desde el inicio de pandemia, indicar el
número de semanas _____

5. ASPECTO ECONÓMICO

El sostenimiento económico del hogar se encuentra a cargo de: Usted _____
Padre/madre _____ Hermano _____ abuelo/abuela _____ otro _____

Las condiciones económicas actuales de su hogar usted las considera. Precarias _____
moderadas _____ Satisfactoria _____

Como se vio afectado su estado financiero desde el inicio de la pandemia de Covid 19
comparado con el año presente

Mucho peor _____ No ha habido cambio _____ Algo mejor _____ mucho mejor _____



CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN INVESTIGACIÓN ACADÉMICA

Estimado participante:

Soy estudiante del programa de psicología de la Universidad Antonio Nariño. Como parte de los requisitos del programa se llevará a cabo una investigación, esta trata sobre: *“Afectaciones psicosociales debido a la pandemia en estudiantes y docentes de una institución de educación superior en Cartago Valle”*

Esta investigación es necesaria para obtener mi grado en psicología. Usted ha sido seleccionado para participar en esta investigación la cual consiste en: 1 entrevista semiestructurada la cual está compuesta de preguntas abiertas y cerradas las cuales usted deberá responder individualmente, durante un tiempo determinado.

Estos encuentros serán grabados en audio con su consentimiento.

La información obtenida a través de este estudio será mantenida bajo estricta confidencialidad y su nombre **NO** será utilizado. (Si se utiliza expediente médico no habrá ninguna violación de confidencialidad según establecido por la ley HIPPA)

Usted tiene el derecho de retirar el consentimiento para la participación en cualquier momento. El estudio no conlleva ningún riesgo ni recibe ningún beneficio. No recibirá compensación por participar.

Los resultados del estudio estarán disponibles en la facultad de psicología de la Universidad Antonio Nariño si así desea solicitarlos.

Si tiene alguna pregunta sobre esta investigación, se puede comunicar al correo

coordinador.psicología.cartago@uan.edu.co

Investigador principal

Lyda Esperanza Peralta Betancourth

He leído el procedimiento descrito arriba. La investigadora me ha explicado el estudio y ha contestado mis preguntas. Voluntariamente doy mi consentimiento para participar en el estudio sobre *“Afectaciones psicosociales debido a la pandemia en estudiantes y docentes de una institución de educación superior en Cartago Valle”*

Firma del (los) participantes

Fecha Septiembre de 2022


Margarita M. Ariza G.


Alejandra Norcia.
LORENDO TRUJILLO


Marcela Peralta B.