

The impact of post-covid-19 emotional health on academic performance.

El impacto de la salud emocional post covid-19 en el rendimiento académico.

Autores:

Lic. Fuentes-Parrales, Jocelyne Elizabeth, Mg.
UNIVERSIDAD ESTATAL DEL SUR DE MANABI UNESUM
Magister en Ciencias del Laboratorio Clínico
Licenciada en laboratorio clínico
Carrera de laboratorio clínico, Facultad ciencias de la salud
Jipijapa – Ecuador



jocelyne.fuentes@unesum.edu.ec



<https://orcid.org/0000-0003-1027-6062>

Lic. Mina-Ortiz, Jhon Bryan, A.B.D.L.
UNIVERSIDAD ESTATAL DEL SUR DE MANABI UNESUM
Magister en análisis biológico y diagnóstico de laboratorio
Licenciado en laboratorio clínico
Carrera de laboratorio clínico, Facultad ciencias de la salud
Jipijapa – Ecuador



jhon.mina@unesum.edu.ec



<https://orcid.org/0000-0002-3455-2503>

Lic. Ponce-Pincay, Roberto Arnaldo, Mg.
UNIVERSIDAD ESTATAL DEL SUR DE MANABI UNESUM
Master en Biomedicina, mención pruebas especiales y diagnóstico biomédico
Licenciado en laboratorio clínico
Carrera de laboratorio clínico, Facultad ciencias de la salud
Jipijapa – Ecuador



roberto.ponce@unesum.edu.ec



<https://orcid.org/0000-0002-4753-03973>

Fechas de recepción: 29-AGO-2023 aceptación: 29-SEP-2023 publicación: 15-DIC-2023



<https://orcid.org/0000-0002-8695-5005>
<http://mqrinvestigar.com/>



Resumen

La COVID-19 constituye una emergencia para la salud pública debido a la elevada morbilidad y mortalidad que provoca en los seres humanos, unido a significativas repercusiones económicas y psicosociales. El presente estudio tuvo como objetivo analizar el impacto de la salud emocional en el rendimiento académico de los estudiantes post covid-19, resulta crucial abordar este tema y proporcionar apoyo adecuado para garantizar su bienestar y éxito académico, por tales motivos se empleó la metodología descriptiva y bibliográfica de los efectos e impacto psicológico en los estudiantes de los distintos niveles educativos, así mismo los factores de riesgo asociados y posibles estrategias de intervención, cabe mencionar que se seleccionaron artículos de revisión, de investigación y páginas web publicados en idioma español e inglés, fueron excluidos los artículos que no cumplieron con estas condiciones, dentro de la fase de resultados los autores coinciden en que los efectos emocionales de la pandemia, como la ansiedad, la depresión y el estrés, han afectado la capacidad de concentración y el estado de ánimo de los estudiantes. La transición a la educación a distancia y el aislamiento social también han sido desafiantes, ya que han creado una falta de interacción social y un sentimiento de desconexión.

Palabras clave: Covid-19, salud mental, estudiantes, rendimiento académico.

Abstract

COVID-19 is a public health emergency due to its high morbidity and mortality in humans, coupled with significant economic and psychosocial impacts. The present study aimed to analyze the impact of emotional health on the academic performance of students post covid-19, it is crucial to address this issue and provide adequate support to ensure their well-being and academic success, for these reasons the descriptive and bibliographic methodology of the effects and psychological impact on students of the different educational levels was used, Likewise the associated risk factors and possible intervention strategies it is worth mentioning that review articles were selected from research and websites published in Spanish and English, articles that did not meet these conditions were excluded, within the results phase the authors agree that the emotional effects of the pandemic, such as anxiety, depression and stress, have affected the ability to concentrate and mood of students. The transition to distance learning and social isolation have also been challenging, as they have created a lack of social interaction and a feeling of disconnection.

Keywords: Covid-19, mental health, students, academic performance.



Introducción

La pandemia del SARS-CoV-2 (COVID-19) afectó la vida de las personas alrededor del mundo; el aislamiento y demás medidas de distanciamiento social generaron efectos en lo social, lo económico, lo familiar y lo psicológico aún impredecibles. Para la población en general cambiaron de un momento a otro todas las rutinas diarias, familiares, de estudio, de trabajo, de entretenimiento y relacionamiento social.

Además de los efectos en la salud y en la economía, se ha generado un deterioro de la salud mental de las personas. Se generaron cuadros de estrés, ansiedad y pánico debido al distanciamiento y aislamiento social, a raíz de los conflictos ocasionados por las nuevas rutinas de estudio, de trabajo, económicas, familiares y sociales. (Ramírez, Lemos, Moncayo, & Martínez, 2021)

La COVID-19 ha impactado de manera desfavorable en los estudiantes universitarios en todo el mundo. La pandemia ocasionó la suspensión de la enseñanza presencial, por lo que se buscaron alternativas para continuar el proceso docente-educativo aún en condiciones de restricciones, aislamiento social, entre otros inconvenientes y se halló la posibilidad de implementar las mejores alternativas para evitar un desenlace negativo, a largo plazo, en la formación de los futuros profesionales. (Álvarez & al., 2020)

De igual forma, estudios realizados en diferentes países han reportado similares cambios conductuales y emocionales en los niños y adolescentes en el actual contexto, así en los niños más pequeños (3 a 6 años) los cambios más frecuentes fueron: aferramiento incrementado a la madre o cuidadora, problemas en el sueño, mayor sensibilidad o tendencia al llanto y mayor miedo a que los miembros de la familia se infectaran; en los niños en edad escolar se reportó mayor irritabilidad, dificultad para concentrarse y preguntas persistentes sobre COVID-19 mientras que los adolescentes presentaban mayor malestar psicológico relacionado al confinamiento, el alejarse de sus amigos de colegio, el hacinamiento, la falta de actividad física y el duelo. Aunque, todos los niños y adolescentes, independientemente de sus grupos de edad, presentaron mayor irritabilidad, falta de atención y mayor necesidad de cercanía con su principal figura de apego en comparación de antes de la pandemia. Otros cambios reportados fueron: desgano, aburrimiento, ansiedad, oposicionismo, tartamudez, ansiedad de separación e incremento del uso de dispositivos electrónicos. (Singh, Roy, & al., 2020)

Por otra parte, un aporte realizado por los autores (Vásquez, Morales, & Silva, 2021) manifiestan que los educadores de todo el mundo enfrentan el desafío sin precedentes de la interacción académica significativa en el contexto del distanciamiento físico durante la crisis de Covid-19. El aprendizaje remoto de emergencia es un modo único de aprendizaje y esencialmente difiere del aprendizaje en línea. Mientras que el segundo está bien pensado

y planeado con anticipación, el primero es una respuesta inmediata, principalmente como un medio de educación continua durante una crisis.

Según datos de la UNESCO, a mediados de mayo de 2020 más de 1200 millones de estudiantes de todos los niveles de enseñanza, en todo el mundo, no recibieron clases presenciales en la escuela. De ellos, más de 160 millones eran estudiantes de América Latina y el Caribe. (Guanche & al., 2020)

Un estudio realizado en España en la primera fase del brote del COVID-19, observó un aumento en los trastornos mentales en la población. El grupo más afectado fueron las personas de entre 18-26 años de edad, dando la explicación de que en su mayoría son estudiantes. (Ozamiz & al., 2020)

Es por esto que, durante la emergencia sanitaria varias personas modificaron su estilo de vida habitual a razón de que estos fueron forzosamente interrumpidos y reemplazados por rutinas poco saludables (Sedentarismo, malos hábitos de sueño, consumo de sustancias adictivas, alimentación poco saludable, etc.). El estrés psicosocial (Educación virtual, trabajar desde casa, etc.) también cuenta con un factor importante para generar un impacto a nivel de la salud mental de las personas. De esta manera, cuenta que, entre los múltiples problemas acontecidos con la aparición de COVID-19, han repercutido, “no solo en la salud física, sino también en la salud mental” de muchas personas, enfocados en la producción de niveles de ansiedad, estrés y depresión, como principales riesgos de aparición, en aquellos que estuvieron sometidos a un confinamiento obligatorio, sobre todo en la población estudiantil, que estaban acostumbrados a un estilo de vida diferente, que incluía frecuentar a amigos, clases presenciales y otras actividades, que fueron prohibidas durante la pandemia. (González, Tejeda, & al, 2020)

Este problema creciente ha llevado a que los profesionales de la salud se centren en valorar el bienestar mental de las personas, con ayuda de ciertos instrumentos de evaluación. Una de estas herramientas es el cuestionario “The COVID-19 Pandemic Mental Health Questionnaire” (CoPaQ), mismo que fue diseñado específicamente para determinar el impacto psicosocial en personas, causado específicamente por la pandemia por COVID-19. Dicho cuestionario valora las esferas de estrés, depresión, ansiedad, paranoia y resiliencia. (Rek, Freeman, & al., 2020)

De igual manera según el estudio realizado por (Ortega, 2020), en el territorio nacional, Ecuador, a inicios de años 2020, se dio a conocer que existían 58 casos positivos y 2 personas que habían fallecido a causa de este virus, el gobierno nacional, se acogió a las medidas de prevención y de confinamiento obligatorio, tal como lo hicieron otros países, cerrando e impidiendo la aglomeración de personas en lugares públicos, se dictaminó mediante decreto un toque de queda, los servicios de salud, seguridad y alimentación, tenían un tiempo limitado de permanencia diaria, esta situación permitió que los

ecuatorianos experimenten emociones negativas, puesto que algunos fueron separados de labores de trabajo, los estudiantes tuvieron que acogerse a la modalidad virtual de estudios, y la causa más drástica fue la pérdida de familiares, sumado a ello también el miedo de enfrentarse a una nueva realidad, para la que nadie estaba preparado ni psicológica ni físicamente.

(Angelotti, 2020) manifiesta que la presencia de este potencial virus mortal, ha contribuido significativamente en el estado emocional de las personas, generando un cúmulo de emociones negativas que afectan su bienestar y su integridad, desde el año 2020, hasta la actualidad, el COVID- 19 ha arrasado con la vida de muchas personas y también ha contribuido a la aparición de emociones negativas tales como ansiedad, depresión, estrés, esto debido a la desinformación existente, el confinamiento obligatorio, la pérdida de trabajo, entre otras causas.

Por lo expuesto anteriormente, el problema de esta investigación centró su estudio en el impacto de la salud emocional post covid-19 en el rendimiento académico de los estudiantes de los distintos niveles educativos, porque se ha comprobado como el distanciamiento social y el confinamiento tuvieron un gran impacto en la comunidad educativa. Por lo tanto, esta situación ha provocado que acaben desarrollando, a lo largo de estos años, trastornos mentales o síntomas característicos de este tipo de enfermedades, especialmente aquellos que están relacionados con la ansiedad y el estrés. Una vez identificado el problema, se planteó la siguiente interrogante ¿De qué manera ha impactado la salud emocional post covid- 19 en el rendimiento académico de los estudiantes en los distintos niveles educativos?

En este mismo orden de ideas se planteó el objetivo general; Analizar el impacto de la salud emocional en el rendimiento académico de los estudiantes post covid-19 ; adhiriéndose a esto y para dar cumplimiento con el mismo los siguientes objetivos específicos; Explorar los factores que influyen en la salud emocional de los estudiantes después de la pandemia; Investigar las estrategias de apoyo y atención psicológica que pueden mejorar la salud emocional de los estudiantes y su rendimiento académico en el contexto post covid-19; Proponer recomendaciones y medidas preventivas para promover y gestionar la salud emocional de los estudiantes en el ámbito académico post covid-19.

Por lo antes mencionado, es necesario buscar alternativas que den solución al problema planteado, ya que la salud emocional es crucial para nuestro bienestar general, y esto incluye el rendimiento académico. Cuando estamos emocionalmente saludables, somos capaces de concentrarnos, aprender y retener información de manera más efectiva. Sin embargo, cuando nuestra salud emocional se ve afectada, es difícil mantenernos enfocados y motivados en nuestras tareas académicas.

Adicionalmente, un reciente sondeo realizado por (ORG, 2020) muestra que la crisis del COVID-19 ha tenido un importante impacto en la salud mental de las y los adolescentes y jóvenes de Latinoamérica y el Caribe.

El sondeo rápido amplificó las voces de 8.444 adolescentes y jóvenes de 13 a 29 años en nueve países y territorios de la región. El reporte da cuenta de los sentimientos que enfrentaron en los primeros meses de respuesta a la pandemia y la situación en el mes de septiembre.

Entre las y los participantes, 27% reportó sentir ansiedad y 15% depresión en los últimos siete días. Para el 30%, la principal razón que influye en sus emociones actuales es la situación económica.

La situación general en los países y sus localidades ha afectado el día a día de las personas jóvenes pues 46% reporta tener menos motivación para realizar actividades que normalmente disfrutaba. 36% se siente menos motivada para realizar actividades habituales.

Su percepción sobre el futuro también se ha visto negativamente afectada, particularmente en el caso de las mujeres jóvenes quienes han y están enfrentando dificultades particulares. 43% de las mujeres se siente pesimista frente al futuro frente a 31% de los hombres participantes.

El sondeo rápido se realizó a través de U-Report, una plataforma digital que promueve la participación de adolescentes y jóvenes en temas que les afectan. Si bien la muestra no es representativa de toda la juventud en la región, los resultados permiten tener un vistazo de los desafíos que enfrentan, el acceso a mecanismos de asistencia, y la forma en que están manejando sus emociones. Los resultados son un llamado a promover la participación de la juventud en estos y otros temas que les afectan, escuchar sus voces y aumentar la inversión, la calidad y el acceso a servicios de salud mental en la región.

Por lo tanto, se puede indicar que, el estrés y la ansiedad son aquellos factores que afectan la capacidad para poder concentrarse y procesar información. Además, la falta de motivación y la tristeza pueden dificultar el cumplimiento de las responsabilidades académicas en cada uno de los estudiantes.

Material y métodos

Una vez estudiada la problemática de la investigación se procedió a plantear los métodos, en primer lugar, se aplicó el método descriptivo, según los autores (Guevara, Verdesoto, & Castro, 2020) definen “el objetivo de la investigación descriptiva consiste en llegar a conocer las situaciones, costumbres y actitudes predominantes a través de la descripción exacta de las actividades, objetos, procesos y personas”, por lo tanto este método se limitó a

describir cómo influye la salud emocional en el rendimiento académico de los estudiantes en los diferentes niveles educativos en tiempos de pandemia causada por Covid 19.

Otro método empleado fue el bibliográfico documental, la autora (Matos, S.f.) menciona que “consiste en la revisión de material bibliográfico existente con respecto al tema a estudiar. Se trata de uno de los principales pasos para cualquier investigación e incluye la selección de fuentes de información. Se le considera un paso esencial porque incluye un conjunto de fases que abarcan la observación, la indagación, la interpretación, la reflexión y el análisis para obtener bases necesarias para el desarrollo de cualquier estudio” por lo tanto, una vez identificada esta metodología se llevó a cabo la búsqueda, revisión y análisis de bibliografía correspondiente al tema.

En los artículos que se escogieron para la elaboración de esta investigación que tiene relación con el objetivo principal, se expuso y se analizó las diferentes causas y consecuencias en la salud emocional de los estudiantes en los diferentes niveles educativos que ha desencadenado la pandemia por COVID-19.

La búsqueda de información se realizó a través de Google, Google Académico y se utilizaron los siguientes criterios de inclusión y exclusión para poder recopilar información más amplia, detallada y precisa:

Criterios de inclusión:

- Artículos que tengan relación con la temática: el impacto de la salud emocional post Covid-19 en el rendimiento académico de los estudiantes.
- Artículos que contengan al grupo objetivo: estudiantes de los distintos niveles educativos.
- Artículos del año 2020 y posteriores hasta el año actual.

Criterios de exclusión:

- Artículos no relacionados con el objetivo principal de la investigación.
- Artículos que incluyan al sector público y privado como Gad Municipal, Entidades Bancarias, etc.
- Artículos donde los niños/as y adolescentes sufrían algún trastorno mental, de conducta o alguna necesidad específica educativa antes de la pandemia por COVID-19.

Resultados y discusión

El proceso de búsqueda y selección de los estudios que componen esta revisión Bibliográfica tanto nacionales como internacionales a continuación se detallan los más relevantes:



Una investigación desarrollada por (Saéñz & Cira, 2020) en Researchgate, con el tema “La Educación Superior en los tiempos del COVID-19; impactos inmediatos, acciones, experiencias y recomendaciones”, Este artículo trata sobre los impactos inmediatos que se han presentado a nivel mundial en la educación debido a la epidemia de COVID-19 y la medida de distanciamiento social. Los autores clasifican los impactos que la pandemia ha tenido en la educación y los actores que conforman las comunidades en las que afectan a estudiantes, profesores y las propias instituciones, además de su capacidad tecnológica y financiera. Por otra parte, en la educación, el mayor impacto ha sido la transición súbita de la docencia presencial a la docencia no presencial, mediada por las tecnologías.

En el estudio desarrollado por (Ávila, Eúan, & Sánchez, 2021) con el tema “¿Una pandemia adicional? Percepción psicosocial ante la COVID-19 en la comunidad escolar” se realizó una encuesta sobre el nivel de ansiedad que genera la pandemia en la comunidad escolar, un 35.8% asegura encontrarse en un nivel 3: regular de ansiedad, lo que es un factor de riesgo para la salud mental, puesto que el 72.5% de los encuestados asegura estar en niveles de ansiedad que van de regular (3) a muy alto (5). Los niveles de alerta de la Comunidad educativa ante el COVID-19 también son altos. Un 87.9% de los encuestados se encuentra con niveles de alerta que van de 3 (Regular), 4 (Alto) y 5 (Muy alto), que constituye otro factor de riesgo que debe de ser considerado y alertar sobre el estado de salud mental de la población escolar.

También una investigación desarrollada por la (UNICEF, 2020) después de realizar su estudio manifiesta que las secuelas en la salud de los niños/as y adolescentes son enormes: 1 de cada 7 niños/as ha mostrado afecciones en la salud mental, principalmente trastornos de depresión, ansiedad y estrés postraumático. Además, al no tener contacto social se vuelven más vulnerables a padecer algún tipo de problema mental.

Un análisis desarrollado por (Pedró, 2020) con el tema “Covid-19 y Educación Superior en América Latina y el Caribe: efectos, impactos y recomendaciones políticas” inevitablemente, la pérdida de contacto social y de las rutinas de socialización que forman parte de la experiencia cotidiana de un estudiante de educación superior tendrá un costo. El aislamiento que va inevitablemente asociado al confinamiento tendrá efectos en términos de equilibrio socioemocional que dejarán huella, en particular en aquellos estudiantes con problemáticas preexistentes en este dominio. A los estudiantes más vulnerables que participan en programas de nivelación y apoyo, el aislamiento les golpea aún más fuerte. Indicativamente, una encuesta realizada durante la última semana de marzo entre estudiantes de Educación Superior en Estados Unidos reveló que un 75% afirma haber experimentado ansiedad y depresión como resultado de la crisis.

Otro estudio desarrollado por (Rodríguez, Carbajal, Narvaez, & Gutierrez, 2020) con el tema “Impacto emocional por COVID-19 en estudiantes universitarios. Un estudio comparativo”, desarrolló dentro de la fase de metodología un diseño descriptivo comparativo, transversal en donde se recolectó información de 418 estudiantes

universitarios de entre 16 y 53 años de edad ($M = 23.23$, $DE = 7.23$), siendo en su mayoría mujeres (71%, 297), y predominantemente de universidades públicas (68%, 284), para ello se aplicó el instrumento de Perfil de Impacto Emocional por COVID-19, conformado por 25 ítems que miden 5 factores (5 ítems por factor) mediante escalamiento likert desde 0 a 3. Estos factores están relacionados directamente a la situación de COVID-19: Ira/Resentimiento, miedo, ansiedad, estrés y depresión. Teniendo como resultado que las mujeres presentan puntuaciones más elevadas en los factores miedo y depresión que los hombres, pero también se podría decir, a raíz de los resultados, que lo mismo sucede con el factor estrés. En lo que se refiere a los factores ira y ansiedad, no se encontró relación significativa con la variable sexo, indistintamente que sea varón o mujer, las puntuaciones promedio son similares. En tal sentido, sería muy conveniente realizar más estudios de los factores socio-emocionales, en particular, y de salud mental, en general, en estudiantes universitarios para contar con información más específica y poder generar protocolos para dar una mejor atención a esta población.

Dando cumplimiento al objetivo 2: Investigar las estrategias de apoyo y atención psicológica que pueden mejorar la salud emocional de los estudiantes y su rendimiento académico en el contexto post covid-19; se consideró el texto desarrollado por (Huremovic, 2019) con el título “ A mental health response to infection outbreak” plantea las siguientes estrategias de apoyo y atención psicológica que pueden mejorar la salud emocional de los estudiantes y su rendimiento académico en el contexto post covid-19: Dentro las medidas a implementar en un corto plazo están principalmente la utilización de primeros auxilios psicológicos, con los cuales se propende por una relación respetuosa y de apoyo entre pacientes y terapeutas, evaluando necesidades críticas, e intervenir tempranamente llevando a un plano de “normalidad” o mejor dicho esperable las reacciones de estrés o duelo. Así mismo incentivar y apoyar el pensamiento de corte positivo sobre el futuro y educar en técnicas para disminuir niveles de estrés y de hiperactivación como la respiración profunda o diafragmática, relajación muscular progresiva e imágenes guiadas. Igualmente, debe existir un apoyo temprano al equipo de salud, de manera que se prepare adecuadamente al personal para el trabajo y desafíos asociados, en el marco de una relación de respeto y transparencia, sin falsas garantías o esperanzas, brindando una evaluación completa y precisa de lo que enfrentarán, sin eufemismos y en un lenguaje sencillo.

Dentro de las medidas que se pueden implementar a largo plazo o después de un brote, están el uso de terapias centradas en el trauma. La terapia cognitivo conductual tiene como objetivo disminuir o desestructurar pensamientos automáticos negativos, catastróficos y pesimistas sobre el futuro. Además, tener un enfoque de apoyo con intervenciones psicoterapéuticas centradas en la recuperación del sentido de autonomía y un particular énfasis en favorecer la aceptación de la pérdida. Otros tipos de terapia que se podrían implementar son la desensibilización y reprocesamiento por movimientos oculares (EMDR, por sus siglas en inglés) para TEPT. Las terapias mencionadas se complementan con tratamiento psicofarmacológico, principalmente con inhibidores selectivos de la

recaptación de serotonina/o noradrenalina (ISRS/ISRN), durante 6 a 12 meses para prevenir recaídas y recurrencia de síntomas.

Tres factores principales deben ser considerados al desarrollar estrategias de salud mental: 1) Equipos multidisciplinarios de salud mental que incluyen psiquiatras, enfermeras psiquiátricas, psicólogos clínicos y otros profesionales de la salud mental; 2) Comunicación clara que implica actualizaciones periódicas y precisas en el brote de COVID-19; y 3) Establecer servicios de asesoramiento psicológico vía Telesalud.

En este mismo orden de ideas y, dando cumplimiento al objetivo 3: Proponer recomendaciones y medidas preventivas para promover y gestionar la salud emocional de los estudiantes en el ámbito académico post covid-19, el mismo autor plantea “es importante traducir el conocimiento científico en medidas pragmáticas de salud pública de forma oportuna, así como preparar a la comunidad para prevenir y mitigar las secuelas neuropsiquiátricas de un brote; esto representa un paso crucial para reducir las consecuencias y costos a largo plazo”. A continuación, las siguientes recomendaciones.

Tabla 1

Recomendaciones en salud mental durante la pandemia covid-19

Proporcionar información útil.	Es importante que las personas entiendan los datos correctamente para reducir el exceso de estrés (p.ej., ansiedad, depresión, etc.) provocadas por una percepción inapropiada.
Trabajar con funcionarios de salud pública para formular comunicaciones apropiadas a la cultura de la población, y así motivar como movilizar para una preparación sin generar el pánico.	Expandir conciencia y participación pública del progreso continuo en las medidas de toma de decisiones. Ya que la indignación puede venir principalmente por errores y deficiencias en la prevención y el control de la epidemia.
Trabajar con funcionarios de salud pública y entidades de salud para proporcionar apoyo a los pacientes en cuarentena y/o aislamiento social.	Asegurar el suministro de servicio de tratamiento médico. Es fundamental establecer un servicio médico para tratar la enfermedad y dejar que las personas sepan cómo acceder a él. Las personas pueden obtener ayuda a tiempo si están infectadas. Puede mejorar sentido de control de las personas sobre los riesgos, evitando así la percepción excesiva de riesgo social.

Trabajar con funcionarios y entidades de salud locales para garantizar apoyo psicosocial y de otro tipo para el personal de salud

Proporcionar más servicios de entretenimiento en la puerta para abordar la buena calidad de vida. Las personas pueden estar más dispuestas a cooperar cuando se cumplen sus requisitos de vida y entretenimiento, como compras en línea, entretenimientos.

Nota: Datos tomados desde (Ramírez, Castro, & al.)

En el desarrollo de esta investigación se mostró cómo la situación pandémica por COVID-19 afectó a la salud mental de los niños/as y adolescentes por diferentes causas y razones. Las causas aumentaron con la aparición de diferentes trastornos mentales o la aparición de diferentes sintomatologías características de este tipo de trastornos, entre los que destacan en reiteradas ocasiones por parte de los autores son la ansiedad, la depresión y el estrés postraumático, aunque se han encontrado muchos más.

Poniendo en consideración a la autora (Sánchez, 2021) destaca que el estado de alerta generado por la COVID-19 supone un conjunto de nuevos estresores que pueden provocar alteraciones en la población infanto-juvenil, la cual tiene entre sus principales riesgos el estrés psicosocial y los problemas psicológicos consecutivos al aislamiento físico.

Los niños y adolescentes constituyen un colectivo de especial vulnerabilidad, la cual puede incrementarse si presentan características familiares, educacionales, socioeconómicas o condiciones físicas y/o mentales desfavorables.

Es imprescindible la detección de situaciones de riesgo derivadas de la pandemia y el confinamiento, así como las individuales y ambientales de los menores para aplicar estrategias de prevención, atención integral y seguimiento en etapas de crisis y posteriores a estas, que impliquen la información a padres acerca del cuidado y atención adecuada a sus hijos, así como la vigilancia de sus derechos.

La expresión de las manifestaciones psicopatológicas depende principalmente de la edad del menor. Es notable la intensificación de síntomas en menores con desajustes psíquicos previos.

Pese a los infortunios, la COVID-19 trajo retos y enseñanzas relacionadas, en parte, con la maravilla que representan los años de infancia y juventud, llenos de toda capacidad de adaptación y creatividad, cuestión que permite reflexionar sobre la necesidad de propiciar a los menores recursos y habilidades para afrontar adecuadamente situaciones de crisis y estrés psicosocial.

La alegría, esperanza y energía que imprimen los niños y adolescentes a este tiempo de muchas tristezas e incertidumbres ofrece una luz y la certeza de que las familias y la sociedad saldrán airosas de este periodo hacia la recuperación total.

Una vez analizada toda la bibliografía sobre el impacto de la pandemia Covid-19 en la educación superior, se puede concluir que no se estaba preparado para afrontar la situación de crisis sanitaria. La educación a distancia apoyada en las tecnologías de la información e Internet demostraron ser una herramienta de aprendizaje muy útil, por lo que mantener actualizadas las plataformas en línea y capacitar continuamente a los docentes para su uso es una necesidad inevitable.

Conclusiones

La pandemia de COVID-19 ha afectado profundamente la vida de personas en todo el mundo, afectando no solo la salud física sino también la mental. El aislamiento, el contacto físico limitado y el declive económico provocaron un cambio radical en el entorno psicosocial de cada país. Como resultado, la salud mental de poblaciones altamente vulnerables, como son los niños y los jóvenes, que representan alrededor del 28 por ciento de la población mundial.

De acuerdo con el estudio realizado por (Lozano, Fernández, & al., 2020) los estudiantes han demostrado tener resiliencia ante la pandemia y esto se debe en su mayoría al manejo y acceso a la tecnología e información, sin embargo, se ha dado un cambio en el rendimiento académico de los estudiantes, ya que ahora se han visto en la necesidad de poner en práctica la competencia de aprender a aprender, adaptarse a nuevos horarios, aprender a usar herramientas tecnológicas, entre otros. A su vez tomar las medidas sanitarias para evitar un posible contagio, por ende, el estudiante ya no se preocupa únicamente por su aprendizaje, sino que tiene que pensar en su protección diaria.

A través de la literatura analizada, se concluye que la ansiedad, la depresión y el estrés, fueron los síntomas desencadenados con mayor frecuencia en la población estudiada, durante y después de la pandemia. Esto debido al confinamiento por el Covid-19, a la interrupción de algunas actividades, como reuniones, adaptarse a una nueva modalidad de estudio, lo que para algunas personas supone un verdadero desafío. Por tanto, estas emociones se vieron afectadas significativamente.

Finalmente, los niños necesitan una identificación temprana de los problemas de salud mental que involucre a los padres y expertos para prevenir la morbilidad de salud mental a largo plazo. El punto focal del sistema de atención de salud y la formulación de políticas deben ser la prevención, la promoción y las intervenciones correspondientes al sistema público de salud mental para satisfacer las necesidades de salud mental de la población en general y en especial de los niños y adolescentes teniendo en cuenta los parámetros contextuales regionales. Coordinando además multisectorialmente para garantizar que los impactos físicos y mentales de la epidemia de COVID-19 en niños y adolescentes se

mantengan mínimos. Se justifican acciones inmediatas recordando que invertir en cada niño, niña y adolescente es invertir en su presente y su futuro, pero además es asegurar el desarrollo sostenible de cada país. (Tirado, 2020)

Referencias bibliográficas

- Álvarez, H., & al., e. (2020). La educación en tiempos del coronavirus: Los sistemas educativos de América Latina y el Caribe ante COVID-19. *anco Interamericano de Desarrollo*.
- Angelotti, G. (2020). Reflexiones en torno a la cuarentena por la Covid-19. *Antrópica: Revista de Ciencias Sociales y Humanidades*, 11-15.
- Ávila, U., Eúan, M., & Sánchez, R. (2021). *¿Una pandemia adicional? Percepción psicosocial ante la COVID-19 en la comunidad escolar*. España: Asociación Formación IB.
- González, N., Tejada, A., & al, e. (2020). Impacto psicológico en estudiantes universitarios mexicanos. *Scielo*, p.17.
- Guanche, H., & al., e. (2020). Componente crítico en las estrategias de atención médica, prevención y control de la COVID-19. *Educación Médica Superior*.
- Guevara, G., Verdesoto, A., & Castro, N. (2020). Metodologías de investigación educativa (descriptivas, experimentales, participativas, y de investigación-acción) . *Recimundo*, 163 - 173.
- Huremovic, D. (2019). Psychiatry of Pandemics. En *A mental health response to infectionoutbreak*. Springer.
- Lozano, A., Fernández, J., & al., e. (2020). mpactos del confinamiento por el COVID-19 entre universitarios: Satisfacción Vital, Resiliencia y Capital Social Online. *International Journal of Sociology of Education*, 79 - 104.
- Matos, A. (S.f.). *Investigación Bibliográfica: Definición, tipos, técnicas*. Obtenido de <file:///C:/Users/User/Downloads/Investigaci%C3%B3n%20Bibliogr%C3%A1fica.pdf>
- ORG, U. (2020). *El impacto del COVID-19 en la salud mental de adolescentes y jóvenes* . Obtenido de <https://www.unicef.org/lac/el-impacto-del-covid-19-en-la-salud-mental-de-adolescentes-y-j%C3%B3venes>
- Ortega, M. (2020). Efectos del Covid-19 en el comportamiento del consumidor: Caso Ecuador . *Retos*.
- Ozamiz, N., & al., e. (2020). Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España. *Cadernos de Saúde*, 36 (4).
- Pedró, F. (11 de Junio de 2020). *COVID-19 Y EDUCACIÓN SUPERIOR EN AMÉRICA LATINA Y EL CARIBE: EFECTOS, IMPACTOS Y RECOMENDACIONES POLÍTICAS*. Obtenido de <https://www.fundacioncarolina.es/wp-content/uploads/2020/06/AC-36.-2020.pdf>

- Ramírez, J., Castro, D., & al., e. (s.f.). ONSECUENCIAS DE LA PANDEMIA COVID 19 EN LA SALUD MENTAL ASOCIADAS AL AISLAMIENTO SOCIAL. *Scielo Preprints*.
- Ramírez, J., Lemos, I., Moncayo, J., & Martínez, S. (2021). PANDEMIA, SALUD MENTAL Y DESEMPEÑO ACADÉMICO DE LOS Y LAS ESTUDIANTES DE LA UNICAMACHO EN 2020. *Revista Sapientía*, 13(25), 58 - 67.
- Rek, S., Freeman, D., & al., e. (2020). *The COVID-19 Pandemic Mental Health Questionnaire (CoPaQ): Introducing a comprehensive measure of the psychosocial impact of the current coronavirus crisis*. Obtenido de <https://osf.io/3evn9/>
- Rodriguez, L., Carbajal, Y., Narvaez, T., & Gutierrez, R. (2020). Impacto emocional por COVID-19 en estudiantes universitarios. Un estudio comparativo. *Educa UMCH. Revista sobre Educación y Sociedad*, 5 - 22.
- Saénz, M., & Cira, J. (2020). La Educación Superior en los tiempos del Covid-19; impactos inmediatos, acciones, experiencias y recomendaciones. . *ResearchGate*.
- Sánchez, I. (2021). Impacto psicológico de la COVID-19 en niños y adolescentes. *Scielo Analytic*.
- Singh, S., Roy, D., & al., e. (2020). Impact of COVID-19 and lockdown on mental health of children and adolescents: A narrative review with recommendations. *Psychiatry Research*.
- Tirado, B. (2020). La salud mental de los niños y adolescentes en tiempos de pandemia. *Rev Hisp Cienc Salud*, 6(4):161-165.
- UNICEF. (2020). *Los efectos nocivos de la COVID-19 sobre la salud mental de los niños, niñas y jóvenes son solo la punta del iceberg* . Obtenido de <https://www.unicef.org/es/comunicados-prensa/efectos-nocivos-covid19-salud-mental-ninos-ninas-jovenes-punta-iceberg>
- Vásquez, A., Morales, H., & Silva, J. (2021). INFLUENCIA DE LA SALUD MENTAL EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE UNIVERSITARIOS POR COVID 19. *Hacedor*, 119 - 129.

Conflicto de intereses:

Los autores declaran que no existe conflicto de interés posible.

Financiamiento:

No existió asistencia financiera de partes externas al presente artículo.

Agradecimiento:

N/A

Nota:

El artículo no es producto de una publicación anterior.

