

IMPACTO DEL CONFINAMIENTO PANDÉMICO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS RETORNANDO A CLASES PRESENCIALES: UNA REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA DE PROBLEMAS LATENTES A PARTIR DE LA PSICOLOGÍA SOCIAL Y LA PEDAGOGÍA.

Impact of the pandemic confinement on university students returning to face-to-face classes: a bibliographic review of latent problems based on social psychology and pedagogy

Jannina Alexandra Montalván Espinoza

Universidad de Guayaquil.
Guayaquil, Ecuador
jannina.montalvanes@ug.edu.ec
 <https://orcid.org/0000-0001-5655-5273>

Francisco Silva Vera

Universidad de Guayaquil.
Guayaquil, Ecuador.
francisco.silvav@ug.edu.ec
 <https://orcid.org/0000-0003-3320-2875>

María del Pilar Viteri Vera

Universidad de Guayaquil.
Guayaquil, Ecuador
maria.viterive@ug.edu.ec
 <https://orcid.org/0000-0002-3520-9424>

Mesías Heriberto Pilco Parra

Universidad de Guayaquil.
Guayaquil, Ecuador.
mesias.pilcop@ug.edu.ec
 <https://orcid.org/0000-0002-8878-019X>

Este trabajo está depositado en Zenodo:

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.7901643>

RESUMEN

El presente artículo de investigación reflexiona acerca de las amenazas descritas en la literatura actualizada a la salud psicológica y mental de los jóvenes en el sistema educativo del nivel superior, por causa del confinamiento por la crisis sanitaria mundial. Con ello, se pretende aportar una compilación de bases disertativas y teórico-empiricas que permitan poner en contexto los problemas de salud mental, conductas agresivas e, incluso, destructivas, que desvían al estudiante de sus propósitos educacionales, en el contexto pandémico. Adicionalmente, a partir de ello, se genera una comprensión de amenazas y debilidades que pueden servir a las políticas tanto educativas como criminales de prevención, tanto al fracaso estudiantil, como al aumento del delito. Se procedió a revisar la literatura sobre repercusiones psicosociales en los estudiantes del nivel universitario a través de una metodología de enfoque cualitativo con diseño bibliográfico de revisión sistemática y analítica, de profundidad descriptiva. En este esfuerzo se contrastan 20 documentos sobre posibles efectos en la salud mental y el comportamiento violento.

Palabras claves: Salud mental, Enseñanza superior, Estrés, Violencia, Confinamiento pandémico.

ABSTRACT

This research article reflects on the threats described in the updated literature to the psychological and mental health of young people in the higher education system, due to confinement due to the global health crisis. With this, it is intended to provide a compilation of dissertation and theoretical-empirical bases that allow mental health problems, aggressive and even destructive behaviors to be put into context, which divert the student from their educational purposes, in the pandemic context. Additionally, based on this, an understanding of threats and weaknesses is generated that can serve both educational and criminal prevention policies, both for student failure and for the increase in crime. We proceeded to review the literature on psychosocial repercussions in university students through a qualitative approach methodology with a bibliographic design of systematic and analytical review, with descriptive depth. In this effort, we compared 20 documents on possible effects on mental health and violent behavior.

Keywords: Mental health, Higher education, Violence, Stress, Pandemic confinement.

INTRODUCCIÓN

La medida de confinamiento a causa de la emergencia sanitaria mundial por Covid-19, originó el cierre preventivo de centros educativos de todos los niveles, y durante más de un año las clases no fueron presenciales, esto generó diversas situaciones de desigualdad educacional, tales como: dificultad de acceso a internet, ubicación geográfica distante de los centros educativos, ausencia de plataformas digitales adecuadas, problemáticas socioeconómicas y psicosociales de los estudiantes y sus familias, muerte de familiares y amigos cercanos, entre muchas otras. Estas situaciones afectaron a estudiantes de instituciones públicas y privadas sin discriminación de posiciones sociales. El retorno a la presencialidad en la mayoría de los países, se vio obligado a suceder por estas brechas de desigualdad que eran imposibles de sostener, apoyándose también en la vacunación masiva y disminución de casos por Covid-19.

En este sentido, las consecuencias de los hechos traumáticos de la pandemia, permitieron iniciar una serie de adecuaciones educativas para retornar de forma segura, este retorno significó según (Schwal, 2022)

Un tránsito de las actividades educativas tradicionales del personal docente hacia acciones más centradas en las necesidades de sus estudiantes, incluidas actividades en grupo, discusiones y actividades de aprendizaje práctico con un despliegue más limitado del profesorado debido a las limitaciones de la nueva realidad educativa (p. 12)

Para retomar las clases presenciales, ha sido necesario realizar adecuaciones importantes que van desde los espacios educativos, servicios tecnológicos, enfoques pedagógicos más abiertos, diversos, combinados y flexibles hasta factores fundamentalmente socioeconómicos, geográficos y culturales, puesto que aún se debe abordar una situación no superada en su totalidad. Para Hinojosa et al. (2022) esta problemática también re-

percutió en la elevación de los niveles de deserción o abandono estudiantil impactando la efectividad, eficiencia y prestigio de los sistemas educativos e instituciones del nivel superior.

La importancia de abordar esta investigación radica ahora a la nueva forma de desarrollar las clases, en este sentido, Estrada (2021) menciona que, el desarrollo de actividades académicas universitarias supone exigencias y demandas propias de la educación superior, que pueden tener como consecuencia la afectación del rendimiento académico, bienestar psicológico y calidad de vida. Este ángulo impone la consideración de cómo el contexto personal, familiar y social de los estudiantes puede expresarse en formas de ansiedad, depresión, incluso, comportamientos en contra de la vida.

En vista de esto, los antecedentes mencionados tienen relevancia para esta investigación, por presentar una base clara del objetivo principal que busca describir la nueva realidad que afrontan los estudiantes universitarios en su retorno a clases luego de las medidas tomadas ante la emergencia sanitaria mundial del Covid-19, entre los objetivos específicos se plantea indagar acerca de las repercusiones psicosociales en los estudiantes del nivel universitario y recabar nuevas directrices didácticas que puedan aplicarse en el entorno educativo superior para asegurar el retorno armonioso y efectivo de los procesos de aprendizaje. Esto lleva a presentar las siguientes interrogantes de investigación;

¿Cuál es la nueva realidad que afrontan los estudiantes universitarios en su retorno a clases luego de las medidas tomadas por la pandemia mundial?

¿Cuáles han sido las repercusiones psicosociales en los estudiantes del nivel universitario?

¿Cuáles son las nuevas directrices didácticas que pueden aplicarse en el entorno educativo

superior según diversos autores que permitan asegurar el retorno armonioso y efectivo de los procesos de aprendizaje?

En este respecto, se presenta un estudio cualitativo con diseño bibliográfico de revisión sistemática y analítica, de artículos e investigaciones de interés publicadas entre el año 2021 y 2022, a través del cual se busca ampliar el conocimiento acerca de las nuevas realidades educativas en el retorno a clases de los estudiantes universitarios, así como las directrices didácticas que favorezcan el aprendizaje y entorno educativo del nivel superior, con miras de que este nuevo conocimiento sirva de apoyo a docentes y estudiantes de las instituciones educativas universitarias de la República del Ecuador.

METODOLOGÍA

Este trabajo investigativo presenta, un enfoque cualitativo con diseño bibliográfico de revisión sistemática y analítica, de profundidad descriptiva, a través de la búsqueda bibliográfica y referencial en bases de datos como: Google Scholar, Elsevier, Redalyc, Scopus, entre otras revistas y plataformas digitales, además de trabajos de investigación con aportes relevantes para el período 2021-2022, orientados en el estudio de las repercusiones a causa de la pandemia mundial en el ámbito educativo universitario.

Se establece un período de tiempo entre los años 2021-2022, ya que fueron los años consecuentes a las medidas sanitarias por la pandemia mundial y luego del retorno educativo, adicionalmente se evalúan solo investigaciones en idioma español e inglés y que contengan las palabras clave: salud mental, adaptación estudiantil, ansiedad, estrés, depresión, estrategias educativas, enseñanza superior. Todo material que no cumpla con al menos dos de las palabras claves, y los demás criterios establecidos en cuanto a lenguaje y período, fueron descartados, así mismo aquellos que

no estuvieran completos en cuanto a estructura e información, en tal sentido se definen 20 documentos que se adaptan a los requerimientos.

Con respecto a las técnicas de recolección, corresponden a una revisión documental, sustentada por fichas de contenido y síntesis como instrumentos de recolección de los documentos seleccionados para así relacionarlos con el objeto de la investigación y delimitando de forma descriptiva el análisis e interpretación de los diversos aportes.

DESARROLLO: EDUCACIÓN SUPERIOR Y SALUD MENTAL

A continuación se compilan los desarrollos teóricos encontrados que definen el fenómeno sobre debilidades y amenazas del confinamiento pandémico en la salud mental de los estudiantes de educación superior:

En Seminara et al. (2022) se observaron experiencias de cincuenta artículos de revistas científicas indexadas y reflexionaron sobre la eficacia de los espacios para la integración estudiantil y la autopercepción que estos tienen sobre el desarrollo de las competencias y la permanencia en el sistema educativo durante la pandemia. Además, evaluaron a una muestra de sesenta estudiantes voluntarios de la carrera de Bioingeniería e Ingeniería Electrónica de la Universidad Nacional de San Juan en Argentina, donde los estudiantes participaron en talleres formativos sobre creatividad, herramientas para ser emprendedor, comunicación efectiva, gestión del tiempo y modelos de negocio.

La investigación de Seminara et al. (2022) muestra la inquietud que define este artículo: los protagonistas sugieren que se deben abrir más espacios para el análisis y debate, un clima colaborativo que genere experiencias de aprendizaje y permanencia en los estudios de nivel superior, así mismo que estimulen el convivir presencial.

En el trabajo investigativo de Villarreal (2022) parte de asumir el riesgo del confinamiento pandémico y, por ello, sugiere poner a prueba una propuesta preventiva de contención emocional que sea aplicable a todas las áreas de conocimiento para la post pandemia, considerando cada nivel educativo. E concluye que no solo se requiere mejorar la eficiencia del proceso educativo, sino que el modelo debe ser útil para contrarrestar la ansiedad, depresión y estrés en los estudiantes.

En la investigación de Rossette y Sánchez (2022) se presenta un trabajo documental, a modo de reflexión, cuyo propósito es presentar datos de varias investigaciones realizadas a la población que abandonó sus estudios durante el período pandémico, así como plantear cuestionamientos acerca del futuro inmediato de la misma educación. La investigación arroja como resultado que los jóvenes presentaron frustración ante la necesidad de sobrevivir, impotencia ante las situaciones actuales de vida lo que les conllevó a colaborar con la satisfacción de las necesidades del hogar y abandonar sus estudios universitarios. Se concluyó que el desarrollo de angustias y miedo colectivo, repercutieron en las prácticas y comportamientos masivos a causa de las medidas sanitarias. Tales crisis desencadenaron decisiones defensivas, riesgos latentes de violencia contra sí mismos o contra los demás, afectando todos los sectores y evidentemente el educativo. Como corolario, la investigación propone que se deben aplicar estrategias que aporten claridad, confianza y esperanza en el poder de la educación como instrumento de transformación tanto social como humana.

Finalmente, el trabajo de Moreta et al. (2021) tiene como propósito conocer los síntomas psicológicos de mayor prevalencia relacionadas con alteraciones de salud mental de los estudiantes universitarios del

Ecuador, utilizando un método de estudio descriptivo, epidemiológico y comparativo por género de corte transversal, se obtuvieron como resultados que la población estudiantil del nivel universitario es vulnerable a sufrir alteraciones de salud mental. También determina que los hombres presentan mayor incidencia de alteraciones conductuales como consumo de sustancias, ansiedad y trastornos psicóticos. En el caso de las mujeres prevalece una mayor intensidad en alteraciones psicológicas, como trastornos depresivos, somáticos y de la conducta alimentaria. También se presentan casos de ideación suicida producto de situaciones de ansiedad, estrés y depresión, por lo que se evidencian dificultades en el desempeño académico y la adaptación al ámbito educativo, lo que representa una problemática para la sociedad, el sistema sanitario y judicial.

EFECTOS DE LA CRISIS SANITARIA MUNDIAL

Los efectos de la crisis sanitaria mundial obligaron a todos los entes gubernamentales a implementar estrategias, planes y programas acordes a la situación particular que les afectaba. En la República del Ecuador se implementó un Plan Educativo denominado "Aprendamos Juntos en Casa" (Villarreal, 2022, p. 45) y unas de las estrategias aplicadas que se consideran deben mantenerse aún después de la crisis sanitaria y educativa, son aquellas que contribuyen con la contención emocional. Allí se estima que, si se mantiene un equilibrio entre la situación emocional de los estudiantes del nivel universitario, entonces los progresos académicos tendrían mejores resultados. Para ello, Villarreal menciona que, a través de un contenido con soporte emocional para el currículo de emergencia y tomando en consideración el desarrollo de habilidades sociales y de convivencia, la participación colectiva, comprensión de deberes y derechos

humanos, vinculación con proyectos de ayuda familiar, social, cuidado del medio ambiente y bioseguridad, se elevará el éxito educativo de los estudiantes universitarios.

En todas estas citas, la el problema denominador común detectado fueron los estragos causados por el confinamiento, expresado de diferentes formas: fallecimiento de familiares y amigos cercanos, desempleo, hambre, pérdida de hogares, ansiedad, estrés, depresión, consumo de sustancias, ideación suicida, entre muchos otros. Por tal razón es común que los autores propongan estrategias para el manejo de la resiliencia buscando apaciguar y distraer a la comunidad estudiantil, como las enumeradas en la tabla 1.

TABLA 1

Medidas de contención emocional recomendadas

Atención telefónica a la comunidad educativa, facilidad de acceso a recursos virtuales y publicaciones abiertas y gratuitas.
Proyectos de asistencia social, tanto para estudiantes como para familiares.
Elaboración de recursos didácticos para abordar situaciones emocionales y resiliencia.
Programas de apoyo psicosocial.
Cursos, seminarios y talleres de capacitación obligatoria dirigido al personal docente.
Políticas de fortalecimiento de recursos tecnológicos para la educación.

Fuente: (Villarreal, 2022)

Con respecto a lo anterior, se puede mencionar que, este tipo de estrategias no deben ser desestimadas después de la situación de emergencia mundial, por el contrario para el retorno a la normalidad es necesario mantener y planificar otras adicionales, de manera que le permita al estudiante readaptarse y confiar en el entorno educativo, esto se lograría a través del abordaje familiar y fortalecimiento de las relaciones interpersonales, actividades donde

los profesores y estudiantes se apoyen mutuamente en búsqueda de los mismos objetivos educacionales, estableciendo ambientes lúdicos con aprendizajes significativos, uso de espacios abiertos al aire libre y que permitan compartir nuevas experiencias.

Así también, en el trabajo documental de Rossette y Sánchez (2022) se presentan datos reflexivos de varias investigaciones relacionadas con la población estudiantil universitaria que por diversas razones abandonaron sus estudios y se cuestionan acerca de su futuro, mencionan que según cifras del Fondo Monetario Internacional de 33.6 millones de personas entre 3 y 29 años inscritas a principios de pandemia en diferentes niveles educativos, 5.2 millones no se inscribieron en el siguiente año postpandemia y casi 1 millón no culminaron sus estudios. Ante esta situación los autores establecieron, entre las causas más comunes de deserción, las descritas a continuación en la tabla 2:

TABLA 2

Causas más comunes de deserción en estudiantes universitarios en postpandemia, expresadas en porcentajes

58,9% por haberse contagiado de Covid-19.
8,9% por falta de recursos económicos.
6,7% por darle prioridad al trabajo para subsistencia.
28,8% perdió contacto con sus maestros o no pudo hacer las tareas.
22,4% pérdida del empleo de alguno de los padres.
20,2% por el cierre de la institución educativa.
17,7% carecía de herramientas tecnológicas o conexión a internet.

Fuente: Rossette y Sánchez (2022)

La crisis que impactó los hogares, habría conllevado a la toma súbita de decisiones para priorizar la supervivencia del individuo y el grupo. Pero esto implicó un impacto psico-social

así como económico progresivo del cual aún no todos se recuperan: Rossette y Sánchez (2022) explican que la educación a nivel universitario siempre representa una inversión económica relativamente considerable, ya sea en universidad pública o privada. Los autores subrayan que la relación empleo-deserción universitaria no se puede pasar por alto, ya que en los últimos tiempos el estudiante de una familia promedio debe optar por trabajar para ayudar en el hogar y cubrir sus estudios.

En tal sentido, la precariedad económica y la inestabilidad se incrementaron durante la pandemia, siendo que los estudiantes que no permanecieron activos académicamente o se quedaron rezagados respecto a sus compañeros de clase tuvieron que emplearse para su manutención, o bien encontraron dificultades luego de levantarse las restricciones. Estas dificultades que se presentaron, se expresaron tanto como conmociones personales sufridas durante la pandemia, hasta problemas financieros y enfermedades de salud mental. La relación entre deserción y pandemia habría tenido las siguientes repercusiones que Rossette y Sánchez (2022) expresadas en la tabla 3.

TABLA 3

Consecuencias de la deserción educativa en el nivel superior

Aumento de la pobreza de aprendizajes.
Esta situación podría impedirle a toda una generación explorar su verdadero potencial.
Estudiantes con menores niveles de productividad en ingresos durante su vida.
Aumento de inequidad para estudiantes de hogares pobres o vulnerables.
Caida de las perspectivas económicas y aumento de actividades delictivas, comportamientos peligrosos, violencia e inestabilidad social.
Frustración, necesidad de sobrevivir, impotencia ante las condiciones de vida. Problemas de salud mental

Fuente: Rossette y Sánchez (2022)

Aun más la percepción de que la crisis sería sostenida en muy largos plazos, abonada a la desesperanza de los proyectos de vida, como se desprende de esta cita representativa del fenómeno: “regresar a la normalidad sería muy difícil y pasará mucho tiempo antes que esto suceda” (Rossette y Sánchez 2022, p. 51). Aun más, en el caso de estudiantes que se encontraban fuera de sus países de origen, muchos tuvieron que emigrar por la falta de condiciones adecuadas y estables para extranjeros residentes, como es el caso de los venezolanos. Retos de este tipo se describen en la tabla 4.

TABLA 4

Retos inmediatos al retomar la presencialidad educativa en el nivel superior

Aporte de claridad, confianza y esperanza en la educación universitaria como instrumento de transformación humanística y social.

Realizar alianzas estratégicas que posibiliten el desarrollo de programas de permanencia en las universidades.

Fuente: Rossette y Sánchez (2022)

La necesidad constante de enfocarse en estudiar el retorno a las aulas de clases, en el marco del contexto universitario luego de la contingencia por motivos de pandemia, son fenómenos con escasos antecedentes, sin embargo, tiene mucha pertinencia, esto por el hecho de representar una problemática que aún se trata de resolver en las entidades educativas de nivel superior. El factor institucional, metodologías y estrategias implementadas para el regreso a las aulas y el desarrollo de la formación académica se vienen presentando según la necesidad de cada universidad y la perspectiva de los estudiantes, Chalpartar et al. (2022) establecen algunos factores que favorecen la permanencia de los estudiantes de vuelta a las aulas de clase, a continuación en la tabla 5.

TABLA 5

Factores que favorecen la permanencia de los estudiantes universitarios en las aulas de clase después de la pandemia

Innovación y capacitación constante para los estudiantes.
Apoyo a la comunidad educativa con planes y estrategias dinámicas, como el acceso a materiales y/o recursos necesarios para ejercer y recibir la educación.
Dirigir la atención hacia diferentes situaciones de la realidad de la comunidad estudiantil.
Apoyo a través de herramientas virtuales, facilitar el acceso a dispositivos electrónicos y conexión a internet.
Programas de becas, excepción de matrícula financiera y disposición de ayudas económicas a los estudiantes que no cuentan con los recursos económicos suficientes.
Bienestar estudiantil, apoyo psicosocial, acompañamiento, orientación y seguimiento.
Motivación y vocación por la profesión, lo que le permite al estudiante tener un desempeño óptimo en el cumplimiento de las diferentes actividades y objetivos personales.
Adaptación de las necesidades de enseñanza-aprendizaje, que fortalezcan el desarrollo de habilidades y competencias en los estudiantes con apoyo de la educación virtual, lo que permite garantizar la continuidad académica asistida por tecnologías en las diversas etapas del proceso educativo, desde la preparación, diseño, implementación y evaluación, con el fin de garantizar estándares de alta calidad que permitan la permanencia estudiantil y disminuyan la probabilidad de deserción.

Fuente: Chalpartar et al. (2022)

Esta clasificación permite enfocarse en la búsqueda y estructuración de estrategias que se inclinen a que los estudiantes permanezcan en la formación académica, teniendo en cuenta siempre los diversos factores de fortalecimiento, protección e influencia en el fenómeno de estudio, manteniendo un enlace firme con las herramientas tecnológicas, la innovación y la capacitación permanente, que garanticen elevar los estándares de calidad educativa y mitigar poco a poco las consecuencias de la contingencia sanitaria que impac-

tó significativamente a la comunidad educativa en general, buscando así la optimización de los recursos, desarrollo del sentido de pertenencia e implementación de diversas estrategias de enseñanza-aprendizaje, lo cual se convierte en un factor de prevención para la deserción académica en las instituciones de educación superior.

SITUACIONES DE ESTRÉS EN LOS ESTUDIANTES

Este tipo de situaciones, según Cruz (2022), se hacen presente cuando el estudiante universitario descubre el impacto de los estresores académicos, esto quiere decir, que se valoran aspectos de su entorno y los clasifica como amenazadores al fenómeno académico. El marco emocional no contenido cse expresa en intranquilidad, ansiedad, preocupación, rabia, desconsuelo y enfermedades lo cual, no es más que una respuesta humana del organismo ante situaciones que no ha podido controlar.

La investigación de Cruz (2022) realiza un análisis de diferentes conceptualizaciones, características y razonamientos de varios autores, y se apoya en las experiencias de estudiantes de estomatología de la Universidad Nacional de Piura en Perú y su relación con el estrés por el uso inadecuado de recursos tecnológicos, ambientes de aprendizaje, motivación, competencias individuales y su influencia en la toma de decisiones en cuanto a su futuro académico y permanencia en la carrera. En la Tabla 6 que se presenta a continuación, se dan detalles de los valores encontrados en la investigación de Cruz (2022) y que son relevantes para este artículo por permitir dar una descripción de las medidas que se pueden tomar para mitigar el estrés académico.

TABLA 6

Valores relevantes a tomar en consideración por las universidades para mitigar el estrés académico en los estudiantes

La universidad debe investigar sobre los factores que inciden en el problema de estrés y riesgos de la permanencia en el sistema educativo con esa condición .
Por motivos de pandemia se impartieron clases de manera no presenciales, y esto influyó en los niveles de estrés académico y motivación de los estudiantes, por lo que es importante considerar estrategias de gestión educativa para asegurar directrices didácticas para afrontar el retorno a clases.
Mejorar los niveles de insatisfacción de la educación virtual ya que esto también eleva los niveles de estrés académico.
Al ubicar al estudiante y docente en el mismo espacio temporal, que se corresponde a la educación presencial, el profesor debe retomar el rol orientador activo y fuente de información, pero la información y orientación brindada ahora deben estar reorganizadas y enfocadas en la nueva realidad social y emocional que afectó a la comunidad estudiantil, de manera que su permanencia en el recinto educativo sea de calidad y disminuyan los factores de riesgo por ausentismo y deserción.

Fuente: (Cruz, 2022)

En este sentido, Mejía y Ramos (2022) explican que, una de las realidades que afrontan los estudiantes universitarios en su retorno a las aulas es, haber desarrollado trastornos de salud mental como ansiedad, depresión y estrés, esto por estar expuestos a situaciones críticas durante la pandemia o incluso antes de la contingencia sanitaria, pero que salieron a flote durante la crisis; las estrategias que debe afrontar cada uno de los entes gubernamentales y educacionales deben garantizar un impacto positivo de orden psicosocial, que permitan además de abordar situaciones académicas, superar trastornos de estrés postraumático e incluso problemas de salud mental, es importante tener la previsión de incluir este tipo de dolencias entre las situaciones que antes se atendían en bienestar estudiantil, adicionalmente se deben identificar a

las personas que estuvieron o están expuestas a este tipo de situaciones, sin discriminar en condiciones sociales y así ejecutar una intervención oportuna para garantizar mejores resultados educacionales.

Los jóvenes por su condición de adaptabilidad al mundo universitario, son para Montoya, et al. (2021) más vulnerables y tienen probabilidad de presentar mayores conductas de riesgo frente a situaciones de desasosiego, están sometidos a factores que pueden afectar la salud mental al enfrentar situaciones difíciles; se les pide que tomen responsabilidades y se adapten de forma rápida, que tengan desempeños sobresalientes en entornos exigentes y esto afecta su personalidad, resiliencia y capacidad de adaptarse, y cuando no se les brinda apoyo social pueden aparecer otros estresores.

De esta manera, la importancia de hacer estudios sobre el comportamiento de los estudiantes universitarios, sirve para detectar oportunamente cualquier posible alteración en alguna de sus dimensiones, para determinar la mejor manera de apoyarlos, informándoles de su condición y motivándolos a mejorar, esto a través de la ayuda profesional oportuna y las acciones interdisciplinarias que prevengan a tiempo el padecimiento de altos niveles de agotamiento académico que, desencadenen otras situaciones como el abandono o deserción, o incluso acciones que atenten contra su seguridad y su vida. Vela y Suárez (2020) diferencian tres circunstancias que afectan la adaptabilidad y rendimiento del estudiante en el aula de clases; y se detallan en la Tabla 7 que se presenta a continuación.

TABLA 7

Circunstancias que afectan la adaptabilidad y rendimiento del estudiante universitario en el aula de clases

Fisiológicas, las constantes exigencias académicas son causadas por la necesidad de preparar de manera óptima al futuro profesional, sin embargo ese recorrido se ve regularmente afectado por padecimientos fisiológicos de los estudiantes, cansancio extremo, agotamiento físico que desencadenan otras dolencias.

Psicológicas, la salud emocional juega un papel muy relevante, esto no era apropiadamente atendido antes de la situación pandemia, puesto que el centro educativo simplemente se basaba en el rendimiento académico, luego de las diversas situaciones de estrés emocional, pérdida de familiares y amigos cercanos, problemas económicos y de propia subsistencia, las circunstancias psicológicas ahora se han convertido, en un tema imprescindible a tomar en cuenta al momento de establecer las directrices didácticas de abordaje en el regreso a las aulas de clase.

Comportamentales, las reacciones de las personas con su entorno son otro aspecto de cuidado, tener una personalidad resiliente no exime a las personas de su capacidad para hacer frente por igual a todas las situaciones adversas con las que se haya encontrado, todo dependerá de la situación, el momento vital en el que se encuentre y el contexto que le rodee. Una personalidad resiliente no implica que no se vivan nunca situaciones estresantes, sino que sepan manejarlas, hacerle frente y superarlas.

Fuente: Vela y Suárez (2020)

Para estas apreciaciones de Vela y Suárez (2020), es pertinente agregar también otros estresores académicos que pueden afectar negativamente a los estudiantes universitarios en su retorno a clases, y González et al. (2017) los resume de la siguiente manera como se muestra en la Tabla 8 que se presenta seguidamente;

TABLA 8

Estresores académicos

Sobrecarga académica, este tipo de situación acontece cuando el estudiante se enfrenta a eventos que se asocian a una elevada carga de ansiedad, como evaluaciones, deficiencias metodológicas del profesorado.

Creencias relacionadas con el rendimiento, el entorno académico no debe evaluarse en términos amenazantes, ya que esto representa vulnerabilidad y afecta la inteligencia emocional del estudiante.

Clima social negativo, el control y aceptación de los estados emocionales son elementos esenciales para un manejo adaptativo del clima social dentro del contexto educativo.

Fuente: González et al. (2017)

Según la investigación de González et al. (2017), las personas con una inteligencia emocional alta consiguen elevadas puntuaciones de comprensión, regulación, claridad, aceptación y control en su entorno educativo, el retorno a las clases debe centrarse entonces en un aspecto psicosocial, es importante que después de un hecho tan traumático como la situación pandemia, las directrices didácticas se centren en la salud y bienestar socioemocional del estudiante, brindándole las herramientas adecuadas para asimilar los aprendizajes y adaptarse a una presencialidad distinta a la que estaban acostumbrados, y así evitar estresores que incidan y desencadenen violencia juvenil e intrafamiliar.

ACTORES QUE INCIDEN EN EL AUMENTO DE VIOLENCIA JUVENIL

Las alteraciones en la salud mental de los jóvenes, representan una carga significativa en este grupo etario y, como en su mayoría, forman parte de poblaciones estudiantiles, esto incide en el rendimiento y la proliferación de conductas de riesgo que comprometen la vida estudiantil y la productividad. Los problemas mentales han aumentado durante las últimas décadas y aunque esta población se puede considerar "sana" una gran parte no

lo está en realidad como se desprende de la investigación de Moreta et al. (2021). Allí los autores mencionan varios ejemplos de esta situación en diferentes países en la tabla 9.

TABLA 9

Conductas de riesgo en estudiantes universitarios de diversos países

Ecuador	Existen conductas de riesgo como el manejo inadecuado de la sexualidad, el consumo de sustancias, ideación suicida, dificultades de desempeño académico y de adaptación escolar.
Chile	Un 27% de la población estudiantil universitaria presenta trastornos adaptativos, desórdenes de personalidad y predisposición a la conducta suicida.
Estados Unidos	Es común estudiantes que padecen problemas de depresión, trastornos de pánico, ansiedad generalizada, ideación suicida y autolesiones no suicidas.
Reino Unido	La población estudiantil presenta problemas de ansiedad, depresión y angustia.
Francia	Un 73% de los estudiantes han mostrado síntomas de ansiedad, 80% depresión.
Australia	30% presenta criterios clínicos de depresión, ansiedad, trastornos alimentarios y consumo de alcohol.

Fuente: Moreta et al. (2021)

A grandes rasgos, Moreta et al. (2021) expresan que el contexto de la universidad también tiene su efecto en la incidencia de trastornos mentales en estudiantes del nivel superior, sobre todo en aquellos que estudian en instituciones con una matriculación selectiva, sistemas residenciales rígidos y mayormente se afectan a estudiantes de carreras relacionadas con las ciencias de la salud, otros aspectos lo conforman los nuevos retos tecnológicos, mayor exigencia, desafíos académicos, crisis económica, combinación de actividades académicas con las laborales, conductas relacionadas con la construcción de la identidad, sobre todo en jóvenes entre los 18 y 29 años, transición entre la adolescencia y la adultez, habilidades sociales, preocupaciones por la salud física,

abuso de sustancias, violencia interpersonal, manejo inadecuado de la vida sexual, condiciones étnico-raciales, trastornos del sueño, depresión, estrés académico, entre otras situaciones relacionadas con la salud mental y el conflicto social.

Por su parte, Cabezas et al. (2021), en una investigación llevada a cabo en la República popular de China con 1.210 personas de 194 ciudades del país asiático, se aplicó una escala de Depresión, Ansiedad y Estrés para evidenciar el impacto psicológico, ansiedad, depresión y estrés luego de la etapa inicial del brote por Covid-19. Allí se encontró que el 16,5% de los encuestados mostraron síntomas depresivos de moderados a graves, 28,8% síntomas de ansiedad de moderados a graves y 8,1% con niveles de estrés moderados a graves. Los autores concluyen:

El confinamiento y el cambio de modalidad a teletrabajo, así como la intensidad y sobrecarga de trabajo, la responsabilidad del rol que desempeñan, conllevaría a consecuencias de tipo emocional, cognitivas y conductuales que se traducen en estrés y se asocian a los factores psicosociales de la nueva modalidad Cabezas et al. (2021, p. 604)

En este respecto, el confinamiento acrecentó problemas psicológicos como estrés, ansiedad y depresión, adicional a esto, consumo de sustancias como drogas y alcohol. Ortiz y Robalino (2019) en cuyo estudio se manifiesta que el consumo de drogas entre los jóvenes del Ecuador, se inicia normalmente justo antes o al inicio de los estudios universitarios y los trastornos secundarios al uso de sustancias están en su pico entre los jóvenes de 16 a 25 años,

Los jóvenes ingresan generalmente a la universidad con la expectativa de lograr reconocimiento social que en un futuro les garantice estabilidad laboral, es considerado un medio altamente competitivo, y en este país muchos estudiantes no cuentan con los recursos económicos, apoyo social, familiar, o con los recursos psicológicos funcionales que les permitan manejar adecuadamente los estresores que son propios del proceso de enseñanza-aprendizaje, lo que conduce a desarrollar conductas de riesgo Ortiz y Robalino (2019, p. 1)

Los trastornos de ansiedad y depresión, son definidos por Ortiz y Robalino (2019) como condiciones que frecuentemente ocurren de forma simultánea, y son más comunes en estudiantes universitarios, las tasas nacionales indican que un 8% de los estudiantes universitarios están experimentando niveles moderados y severos de sintomatología depresiva, mientras que el 28% sufre de ansiedad en niveles moderados y severos. Epidemiológicamente la depresión afecta a más de 350 millones de personas a nivel mundial según cifras de la Organización Mundial de la Salud y consideran que se convertirá en la segunda causa de incapacidad a nivel mundial.

De la misma manera, estos autores expresan que, el consumo de drogas y alcohol, en conjunto con la ansiedad y depresión, conllevan a pensamientos suicidas en un 15%, cambios en los patrones del sueño 51%, cansancio 44%, problemas biológicos 41%, así como también baja autoestima, dificultad para resolver conflictos (y los consecuentes resultados violentos), accidentes, conductas sexuales de riesgo, intoxicaciones y muertes autoinducida o inducida en otros.

El estudio realizado por Molina et al. (2022) vuleve a fonrmar la tendencia descryta a lo largo del artículo sobre salud mental y violencia- Allí se establece que los jóvenes no superan situaciones estresoras típicas del estudiante universitario, por lo que pueden caer en actos delictivos y que atenten contra su propia vida y la de los demás. En este sentido se muestran resultados de la evaluación de un grupo de mujeres privadas de libertad, donde los patrones clínicos de personalidad reflejaron rasgos esquizoides y depresivos, agresiva-sádica, compulsiva, límite, trastornos de estrés postraumático, trastorno del pensamiento y trastorno delirante.

Es importante destacar este estudio, ya que estas mujeres vienen acarreado estas situaciones rela-

cionadas con la salud mental, desde su adolescencia y no tuvieron la oportunidad de ser tratadas por especialistas y reorientar su conducta. Estos casos de ingreso a prisión que se detallan en el estudio de Molina et al. (2022) destacan por hechos delictivos de tenencia ilegal de estupefacientes, delitos contra la propiedad y en su mayoría son mujeres de un promedio de 30 años, solteras o emparejadas con hijos a su cargo, con ingresos menores al salario básico, que no completaron sus estudios, procedentes de medios sociales deprimidos lo que las convierte en una población vulnerable.

En este orden de ideas, otra situación preocupante es la estudiada por Ortega y Pino (2021), con respecto al homicidio, que es quizás la consecuencia más grave que puede generar la delincuencia y las enfermedades de índole mental, debido a que lleva implícita la pérdida irreparable de la vida, hombres y mujeres jóvenes pueden llegar a ser víctimas y victimarios, sobre todo en edades entre los 15 y 29 años, para estos autores, en Ecuador el consumo de drogas ha invadido los centros de estudio y existen factores que facilitan su consumo se encuentran la disfunción familiar, influencia del entorno, problemas psicosociales y desconocimiento de los efectos para la salud. (Mateus, 2021) detalla que, la mayoría de las personas envueltas en situaciones criminales, han sufrido severos traumas en la infancia, adolescencia o juventud temprana, es necesario una educación sobre esta temática, para prevenir y poder combatir de raíz problemas de conductas inadecuadas que se conviertan en delictivas.

Cabe destacar también, que la familia al ser el núcleo primario de cada individuo, influye directamente en la conducta que este desarrolle posteriormente, y si el núcleo tiene conflictos eso también marcará el accionar de la persona, de la misma manera el entorno generalmente el educati-

vo, que rodea al adolescente o joven, interfiere de alguna manera en sus acciones, y generalmente los jóvenes que se encuentran inmersos en situaciones negativas, tienen bajo nivel educativo y problemas académicos por lo que presentan un mayor riesgo de cometer conductas antisociales (Marín, 2022). Otros factores que inciden es el manejo inadecuado del tiempo libre y de ocio, y como se ha mencionado antes, el abuso de sustancias, lo que altera otras patologías y sintomatologías de estrés, ansiedad y depresión.

Como se ha podido observar, el encierro obligatorio por la crisis sanitaria, empujó a las víctimas y victimarios de violencia intrafamiliar a afrontar situaciones de riesgo, afecciones físicas, psicológicas y cognitivas. (Hidalgo, 2021) explica que la violencia postmoderna surge de la paranoia social que nace como producto de la devaluación de los valores, y el efecto de estas experiencias se exteriorizan a través de sentimientos de tensión, impotencia, tristeza, abandono, estado continuo de miedo, frustración, alerta y vigilancia constante; todo esto tiene consecuencias físicas, somáticas, psicológicas, cognitivas y sociales, estas últimas convierten a las personas en sujetos con conductas agresivas ante las dificultades, o autoagresivas como cortarse la piel, atentar contra su vida, asociarse a grupos no deseados como pandillas, consumo de drogas o alcohol.

Este mismo autor señala que las personas más vulnerables en este tipo de situaciones por lo general son mujeres, niños y adolescentes y si no se aplican medidas correctivas no se pueden insertar correctamente en la sociedad, en el sistema educativo, sanitario y por ende van encaminados a posibles situaciones delictivas como víctimas o victimarios. Al respecto Velastegui et al. (2022) señalan que por lo general las personas que soportan una situación de emergencia, sufren antes, durante y después de la si-

tuación con problemas psicológicos que afectan su estabilidad emocional y bienestar psicosocial, afrontando desordenes como depresión, ataques de pánico, síntomas psicóticos y suicidios, estos factores prevalecieron en cuarentena y el estrés psicológico se incrementó a cifras alarmantes.

Esto ha dado como resultado, para Gómez y López (2022) personalidades antisociales, por lo que se hace necesario, dar un enfoque investigativo permanente del procedimiento cognitivo que llevó al individuo a adquirir una conducta delictiva, peligrosa para sí mismo y para los demás, esto es el reflejo de familias disfuncionales, sentimientos reprimidos, infancia desgarradora, traumas psicológicos, enfermedades mentales, y entorno sociocultural. (Arias, 2020) apunta que los comportamientos que lesionan a otros pueden ser aprobados o reprobados según criterios culturales y están sometidos a una evaluación constante en la medida que los valores y las normas de la sociedad van cambiando como fruto de la evolución social, por lo que se debe tener sumo cuidado y los entes educativos deben tener bases firmes en la legislación de cada país y en las pautas establecidas de bienestar social, sanitario y educativo.

Con respecto a estas situaciones de alerta, Robles et al. (2021) describen a la pandemia como una generadora de crisis y cambios, no solo socioeconómicos y sanitarios, sino también en el entorno familiar y en los sujetos, la ansiedad de las personas ante la insertidumbre sanitaria y económica, afectaron la estabilidad psicológica y social e influyeron en el desarrollo de una angustia y miedo colectivo, esto repercutió en las prácticas y comportamientos masivos ante las medidas sanitarias y después de ellas, los procesos socioemocionales hacen referencia al manejo de las personas ante las diversas situaciones vividas con alta incidencia de su posición social, estrechamente re-

lacionadas con su identidad de género, generacionales, de estratificación social, educativas y de situaciones vitales, es un sistema de análisis interdisciplinario que busca explicar las alteraciones emocionales a partir de determinantes socioculturales de los individuos, manifestándose a través de la experiencia y expresión emocional cotidiana.

Como consecuencia de todo lo anteriormente reflejado, se evidencian casos preocupantes reseñados por diversos medios de comunicación con cifras alarmantes, a continuación, en la tabla 10 se describen diversas fuentes al respecto;

TABLA 10

Casos preocupantes reseñados por medios de comunicación sobre situaciones relacionadas con la salud mental de los jóvenes

<p>Los espacios brindados por universidades para propiciar la salud mental y el desarrollo psicosocial de los estudiantes. PUROPE-RIODISMO</p>	<p>Ante la crisis generada por el confinamiento sanitario, la salud mental de los ciudadanos tuvo un marcado deterioro, los jóvenes cursantes de estudios universitarios mostraron en un 44% que asistieron a terapia psicológica, 46% presentaron síntomas depresivos, 46% ansiedad, 54% estrés y 30% tiene los tres problemas a la vez y un 5% pensamientos suicidas. En una encuesta online realizada por el Núcleo Milenio para mejorar la Salud Mental en Adolescentes y Jóvenes reveló que los síntomas ansiosos y depresivos que presentan los estudiantes no comienzan en la etapa de educación superior, sino entre los 14 y 15 años, y los efectos adversos de la pandemia impactaron su salud mental. En este sentido las instituciones de educación superior han buscado alternativas para hacerse cargo del problema y generar instancias para reducir esas cifras preocupantes. Cuevas y Escares (2022)</p>
<p>Los problemas de salud mental aumentaron en universitarios. EL COMERCIO</p>	<p>Seis problemas relacionados con la salud mental se incrementaron durante la pandemia en los estudiantes universitarios, entre los que se encuentran: depresión, ansiedad, estrés postraumático, trastornos de alimentación, de sueño y consumo de sustancias, en sondeos realizados en universidades como Cuenca, Azuay y la Católica del Ecuador, además identificaron estudiantes postcovid-19 con duelos no resueltos que enfrentan múltiples trastornos a la vez, con ataques psicóticos, alucinaciones y delirios. (Castillo, 2022)</p>
<p>738 estudiantes de escuela y colegio intentaron suicidarse en los últimos dos años. PRIMICIAS</p>	<p>Cifras reveladas por el Ministerio de Educación muestran que los intentos de suicidio en estudiantes del sistema escolar público subieron de 253 en el año 2020 a 485 en el 2021 y un total de casos consumados en esos dos años de 130 suicidios, 58 casos de jóvenes con edades entre 13 y 17 años, 72 casos de niños entre 8 y 9 años. (Castillo, 2021)</p>
<p>Con la pandemia, la salud mental en la región de El Paso-Ciudad Juárez está al límite. LA VERDAD</p>	<p>El suicidio es tal vez uno de los efectos más preocupantes del aumento de depresión y otros trastornos de salud mental, los sentimientos de desesperación pueden llevar a la ideación suicida, el aislamiento, las clases en línea y los temores de contagio dieron como resultado sentimientos de culpa y estrés hasta concebir la muerte como una salida. Martínez y Pérez (2022)</p>

Fuente: recopilación de Cuevas y Escares (2022), (Castillo, 2022), (Castillo, 2021), Martínez y Pérez (2022).

Estos casos críticos, no eximen otros aspectos más directamente asociados al rendimiento académico y adaptación al entorno educativo, como la procrastinación académica que, para Gómez et al. (2020) es conceptualizada como la tendencia conductual de posponer o demorar de forma injustificada actividades o

comportamientos propios del ámbito académico, que son necesarios para alcanzar un objetivo a pesar de tener el propósito de realizarlo, por lo que es otro factor a tomar en consideración al planificar directrices didácticas para afrontar el retorno a clases, y evitar consecuencias negativas en el aprendizaje, en la calidad de vida

y que también son consecuencias podría decirse que leves del estrés, depresión, ansiedad, competencia percibida, autoperdón y autculpa, siguen representando problemas de regulación emocional, por lo que las directrices educativas deben estar orientadas a una visión psicosocial, que aborde aspectos como los que están organizados en la Tabla 11;

TABLA 11

Aspectos psicosociales a tomar en consideración para establecer directrices didácticas para la efectividad del retorno a clases de estudiantes universitarios

Autonomía, existen dos orientaciones en relación a esto, una es la posibilidad de involucrarse en actividades por voluntad propia, acompañada por un ambiente de libre elección, apoyo y dominio del comportamiento y otra orientada hacia el control, referida a la forma de actuar de acuerdo a directrices internas o externas. Esta relación se asocia positivamente a otros elementos de la acción educativa como la competencia cognitiva, control, creatividad y esfuerzo.

Competencia, está basado en los resultados, autoeficacia, confianza y éxito en las tareas para alcanzar los resultados deseados siendo conciente de las posibles complicaciones asociadas a la tarea.

Relación con los demás, conexión con las personas al momento de desarrollar las actividades, ambiente educativo, actores educativos.

Fuente: (Gómez, et al., 2020) y (Reyes, 2021)

El acceso a la educación del nivel universitario es una oportunidad de mejorar las condiciones de vida de una persona, pero para que esto suceda los diferentes actores educativos deben cumplir a cabalidad el rol que les corresponde, entre ellos se encuentran 1) el conglomerado docente como pilar y modelo de la comunidad estudiantil, los cuales se deben encargar de guiar y descubrir las potencialidades de su grupo y aplicar las estrategias adecuadas, y 2) los estudiantes como centro del quehacer universitario; conformando así parte de un modelo de operatividad a me-

didá que se realizan las actividades y prácticas educativas, para garantizar que estas prácticas educativas sean efectivas y logren un regreso a las aulas armonioso, se debe hacer un seguimiento a los niveles de satisfacción y rendimiento estudiantil y de esta manera poder establecer las directrices didácticas adecuadas para afrontar el retorno a la presencialidad en las aulas de clases.

¿QUÉ HACER? DIRECTRICES DIDÁCTICAS PARA AFRONTAR EL RETORNO A CLASES DE LOS ESTUDIANTES DEL SECTOR UNIVERSITARIO

Para este aspecto, Mireles y García (2022) describen algunas perspectivas para evaluar los niveles de satisfacción estudiantil en estudiantes universitarios: bienestar de tipo psicológico, laboral y de tipo consumidor; cuando se afecta una de esas perspectivas se presenta un sentido de insatisfacción en el estudiante, esta situación debe mantenerse siempre presente para abordar estrategias que cubran necesidades como: entorno de clase, diversidad, tecnologías de la comunicación, actividades deportivas, programas y servicios locales, nacionales e internacionales, actividades recreativas, atención médica, entre otros.

Es importante además, tener sumo cuidado en el seguimiento de la motivación del estudiantado, ya que esto es fundamental para su aprendizaje y adaptabilidad “las personas con alto grado de motivación tendrán un mayor rendimiento y satisfacción personal, la autoestima puede indicar de qué manera el individuo está interactuando con el medio ambiente y cómo se ve afectado por la motivación” (Mireles y García 2022, p. 2).

En este sentido, se presenta una necesidad de garantizar la continuidad de las trayectorias educativas en los estudiantes del nivel universitario, esto debe ir de la mano con la comprensión de las situaciones que

les afectan desde su perspectiva y necesidades, ofreciéndoles diversos medios para potencializar su retorno y no abandonar sus estudios bajo ninguna circunstancia. Ya se ha dejado claramente establecido el impacto de la pandemia y el confinamiento en los jóvenes universitarios, “la trayectoria escolar de un estudiante implica un recorrido en construcción permanente y va mucho más allá de una idea de acumulación de grados” Díaz et al. (2022, p. 6), esta trayectoria se construye por un proceso formativo en el espacio-tiempo, con la conformación de la identidad del estudiante, la formación de un sujeto o actor social donde se aprovechan los recursos del entorno para satisfacer sus necesidades e intereses de aprendizaje, en este sentido algunas directrices didácticas para la reincorporación de los estudiantes en este caso del nivel superior a las aulas de clases comprenden las que se muestran en la Tabla 12 que se presenta seguidamente;

TABLA 12

Directrices didácticas para la reincorporación de los estudiantes del nivel superior a las aulas de clases

Identificar factores contextuales del estudiante, esto a través de aplicación de instrumentos, encuestas, entrevistas y cualquier otro medio de recolección de información que les permita indagar acerca de información pertinente de índole socioeconómica, familiar y educativa.

Establecer redes de apoyo interdisciplinario para el estudiantado y proporcionar herramientas para enfrentar posibles obstáculos.

Fijar ritmos de adquisición de los aprendizajes, orientando al estudiante en la relevancia del análisis en conjunto de la dimensión personal-subjetiva e institucional-social de su trayectoria educativa en la universidad.

Facilitar estrategias de inserción social y profesional, como prácticas o pasantías.

Orientar a los estudiantes en caso de fracaso escolar o el abandono de la formación sin alcanzar la titulación, evaluar la desigualdad de oportunidades y ajustar su trayectoria a un sistema por niveles o periodicidades determinadas, ya que cada persona asimila de diferente manera, pero siempre manteniendo y demostrando interés en que se mantenga incorporado al sistema.

Fuente: Díaz et al. (2022)

A través de diversas investigaciones, como las presentadas en este artículo se ha dilucidado si el traslado de la educación presencial a la educación a distancia o virtual contribuyó o no a la continuidad de las trayectorias personales del estudiantado, y se puede inferir que la adopción y uso de herramientas virtuales y tecnológicas deben seguirse aprovechando para apoyar la presencialidad y afrontar cualquier adversidad en la trayectoria educativa tradicional, ya que, “los datos evidencian que un número relevante de estudiantes universitarios no tiene acceso ni condiciones adecuadas para estudiar el línea” (Díaz et al., 2022, p. 8).

Lo mencionado anteriormente, influye en lo que respecta a equidad educativa y justicia social según los autores señalados, a pesar de ello “la educación mediada por las TIC seguirá expandiéndose en los contextos universitarios” Díaz et al. (2022, p. 22), por lo que se deben hacer cambios estructurales en la universidad, ya que no basta con incorporar las tecnologías para reformular y reorientar el trabajo en el aula, que fomenten las prácticas educativas y profesionales con sentido de pertenencia sobre todo social, se debe hacer un trabajo con detenimiento para esta reformulación, a diferencia del abordaje abrupto motivado a la crisis sanitaria que repercutió en cargas excesivas de trabajo para docentes y estudiantes no preparados al respecto. La nueva normalidad presencial debe configurarse de un modelo híbrido según estos autores, lo que conllevaría a una innovación educativa constante que permita adecuar de forma eficiente el modelo educativo postpandemia, en tal sentido Chen (2022) expone lo que se muestra en la Tabla 13;

TABLA 13

Elementos de innovación educativa

<p>Tecnologías; herramientas usualmente emergentes entre las que se pueden mencionar, redes sociales, pizarras electrónicas, portafolios electrónicos, videoconferencias, entre otras de esta índole. Las tecnologías en sí mismas no constituyen necesariamente una innovación docente, a menos que haya adaptación de estas al proceso de aprendizaje o la creación de una nueva herramienta diseñada especialmente, lo que sí sería un aporte innovador.</p>
<p>Procesos; corresponden a las metodologías educativas, estrategias logísticas y de gestión, no se deben confundir los procesos con las actividades; las metodologías pueden incluir clases magistrales, tutorías, laboratorios, clases prácticas, trabajos individuales o grupales. Una mejora en estas metodologías sería la reducción del esfuerzo al ejecutarlas.</p>
<p>Personas; se refiere a la transformación de roles y procesos relacionados tanto con el profesorado como con el estudiantado, las personas realizan las transformaciones y mejoran los procesos y esto beneficia las directrices didácticas que se tomen para que los estudiantes universitarios tengan un retorno exitoso a las aulas de clases.</p>
<p>Conocimientos; para ajustar directrices, estrategias y actividades es necesario la aplicación del conocimiento para una buena comunicación y coordinación, así como un trabajo en equipo y un clima de colaboración, facilitando la creación de comunidades de aprendizaje donde se favorece la negociación social y la construcción continua del conocimiento.</p>

Fuente: (Chen, 2022)

Finalmente, las valoraciones que hacen los estudiantes sobre el trabajo docente, tiene mucha relación con la evaluación de la efectividad de las directrices aplicadas, en este sentido Galbán et al. (2022) analizan y describen unas categorías sobre el trabajo docente desde la apreciación de los estudiantes, dando como resultado los aportes descritos en la Tabla 14.

TABLA 14

Valoraciones del trabajo docente por parte de estudiantes universitarios

<p>Sobre la persona docente</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Dispuesto a afrontar los retos que se le presentan para lograr el aprendizaje, aún en situaciones de incertidumbre. - Pasión por la enseñanza, despertar el gusto o interés por el conocimiento más allá del aula. - Adaptación al cambio, flexible, adecúa los contenidos y las estrategias según las necesidades. - Preocupación por el estudiante y disposición para ayudar, motiva al estudiante a pensar y ver sus clases como algo más que solo una materia, tiene empatía y compromiso y se refleja en su trabajo.
<p>Sobre la práctica docente</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Dominio del contenido como punto esencial para la enseñanza, demuestra conocimiento en la materia, apertura a resolver dudas y escuchar comentarios. - Posee competencias didácticas como la creatividad, dinamismo, ejemplificación, lo que favorece el aprendizaje.

Fuente: Galbán et al. (2022)

En definitiva, el apoyo institucional, contar con las directrices adecuadas y las herramientas necesarias favorece a una mejor adaptación de los estudiantes del nivel superior en su retorno a clases, siempre promoviendo en ellos la flexibilidad de afrontar el cambio a pesar de las dificultades, brindar autoconfianza y gestión socioemocional, generar convicción de eficacia y una cultura de mejora constante en los aprendizajes.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

La revisión sistemática y analítica se estructuró tomando en consideración los criterios antes mencionados, por lo que se organizan los 20 documentos en la Tabla 15 que se presenta seguidamente;

TABLA 15

Organización de los documentos seleccionados para la revisión y obtención de la información

N°	Autor/Año	Título
1	Montoya et al. (2021)	Burnout académico: impacto en la suspensión de actividades académicas en el sistema de educación pública en Colombia.
2	(Reyes, 2021)	Factores psicosociales que determinan el aprendizaje significativo desde la motivación intrínseca de los estudiantes de la Corporación Unidades Técnicas del Oriente.
3	(Cruz, 2022)	Educación virtual en pandemia y nivel de estrés en los estudiantes de la escuela profesional de estomatología en el año 2021.
4	Díaz et al. (2022)	Trayectorias interrumpidas: motivos de estudiantes universitarios para suspender temporalmente sus estudios durante la pandemia.
5	(Estrada, 2021)	Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del COVID-19.
6	Galbán et al. (2022)	La transición de la modalidad presencial a la remota: experiencia del profesorado universitario en el contexto de pandemia.
7	Hinojosa et al. (2022)	Procedimiento de agrupación de estudiantes según riesgo de abandono para mejorar la gestión estudiantil de educación superior.
8	Mejía y Ramos (2022)	Prevalencia de los principales trastornos mentales durante la pandemia por COVID-19.
9	Mireles y García (2022)	Satisfacción estudiantil en universitarios: una revisión sistemática de la literatura.
10	Chalpartar et al. (2022)	Deserción en la población estudiantil universitaria durante la pandemia, una mirada cualitativa.
11	(Chen, 2022)	Innovación docente como resultado de la pandemia por COVID-19: el caso del curso Introducción a la computación e informática.
12	Rossette y Sánchez (2022)	Los estudiantes de nivel superior y riesgos post pandemia.
13	(Schwal, 2022)	El confinamiento y la vuelta a clases en Argentina: relatos de docentes sobre la desigualdad en pandemia.
14	Seminara et al. (2022)	Hacia la permanencia universitaria: espacios alternativos de aprendizaje en tiempos de pandemia.
15	(Villarreal, 2022)	La contención emocional estudiantil: una propuesta para la post pandemia.
16	Ortega y Pino (2021)	Impacto social y económico de los factores de riesgo que afectan la seguridad ciudadana en Ecuador.
17	(Mateus, 2021)	Perfiles delictivos criminológicos en casos de sentenciados que han causado conmoción social.
18	(Hidalgo, 2021)	El impacto psicosocial de la violencia doméstica en las familias del catón Nabón provincia de Azuay en confinamiento debido al covid-19.
19	Velastegui et al. (2022)	Depresión y ansiedad en universitarios por Covid-19.
20	Robles et al. (2021)	Conflictos familiares y económicos en universitarios en confinamiento social por Covid-19.

Fuente: elaboración propia

Como resultado, se organizan los aportes más importantes de los documentos seleccionados para esta investigación.

En primera instancia Seminara et al. (2022) encontró la importancia de adecuar apropiadamente los espacios para la integración estudiantil, y de esta manera mejorar la autopercepción que los estudiantes tienen sobre las mejores formas de alcanzar metas, desarrollar sus capacidades, competencias y permanecer con éxito en el sistema educativo. Se deben poner en práctica herramientas de colaboración y creación, sin miedo al error, implicando a los estudiantes desde una visión más autónoma, capaces de desarrollar habilidades para la mediación, el debate, manteniendo la motivación por aprender nuevas temáticas y alcanzar una titulación exitosa y satisfactoria.

Por su parte Villarreal (2022), presenta propuestas de contención emocional, esto es, centrar los aprendizajes a un fortalecimiento socioemocional, promover la interacción, evaluando previamente las necesidades y requerimientos de los estudiantes, su contexto, realidad y en base a eso tomar decisiones acertadas en cuanto a estrategias y acciones para que expresen sus sentimientos, pensamientos, recuperen la calma y tranquilidad. También se busca que los estudiantes desarrollen relaciones cálidas y solidarias, se sientan cómodos experimentando niveles apropiados de autonomía e independencia haciendo que los aprendizajes sean significativos.

Rossette y Sánchez (2022), dejan constancia de los cambios drásticos en el estilo de vida de la población mundial a causa del virus SAR Covid-19, los efectos en el contexto educativo por la deserción de gran cantidad de estudiantes que abandonaron sus programas de estudio. Ante esta situación proponen el manejo de situaciones de crisis de forma apropiada,

con directrices claras que ofrezcan confianza, esperanza en la educación como instrumento de transformación social y humana, trabajando en encontrar nuevamente un nivel de sustentabilidad de la población.

Aunado a lo anteriormente señalado, Chalpartar et al. (2022) se enfocan en resaltar los factores que favorecen la permanencia de los estudiantes universitarios en su retorno a las clases presenciales después de la situación de emergencia sanitaria, destacando que las condiciones y necesidades educativas han cambiado, por lo que se debe garantizar la continuidad académica con educación remota, asistida por tecnologías, las aulas de clases ahora deben ser integrales, mantener el uso de herramientas informáticas, hacer reajustes en los planes de estudio, abordar estrategias innovadoras de apoyo a la comunidad, planes dinámicos, acceso a materiales, ayudas socioeconómicas, apoyo psicosocial, motivacional, vocacional y académico para el estudiante.

Así mismo, Chen (2022) describe a la innovación como el elemento educativo que involucra las personas, tecnologías, procesos y conocimiento para adquirir competencias adaptativas en el retorno a las clases presenciales, se debe gestionar y monitorear el aprendizaje, retroalimentar el desempeño estudiantil, fomentar procesos autorregulatorios, estimular la motivación, trabajo en grupo y fortalecer el papel que juegan las emociones en este proceso. Galbán et al. (2022) apoya esta perspectiva cuando establece criterios de valoración del trabajo docente por parte de los estudiantes, el proceso se ve favorecido cuando se cuenta con docentes que se adaptan a los cambios, flexibles, aplican estrategias para mantener el interés por el conocimiento, y que siempre están dispuestos a ayudar, manejen eficientemente los contenidos y poseen competencias didácticas.

De la misma manera, la investigación de Cruz (2022) toca planteamientos importantes acerca de los estresores académicos, analizando su impacto en las experiencias de estudiantes universitarios, expresando las valoraciones más relevantes que deben ser tomadas en consideración por las universidades al establecer directrices para el retorno a las clases presenciales, hacer evaluaciones permanentes de los niveles de insatisfacción permite detectar los estresores académicos más comunes, y reorganizar las actividades presenciales enfocadas en la nueva realidad social y emocional hacen que el recinto educativo brinde un servicio de mejor calidad, y disminuyan los factores de riesgo, ausentismo y deserción.

Mejía y Ramos (2022) por su parte, se centraron en exponer situaciones críticas sufridas por los estudiantes universitarios durante y después del confinamiento; ansiedad, depresión y estrés por estar expuestos a situaciones críticas que afectaron su rendimiento académico, por esto se hace indispensable identificar a las personas expuestas a este tipo de trastornos e intervenir de manera oportuna para conservar la salud mental de la población.

En concordancia los aportes de la investigación de Schwal (2022), muestran las desigualdades educativas durante el año 2020, el regreso a clases del 2021 y la ardua tarea de equilibrar las desigualdades educativas de todos los niveles, tanto del sector público como privado. Ante lo que Hinojosa et al. (2022) hacen énfasis en el impacto a la eficacia, eficiencia y prestigio de los sistemas educativos por el surgimiento de toda esta serie de situaciones que afectaron el desarrollo de las actividades académicas en las universidades.

En este orden de ideas, Montoya, et al. (2021) establecieron la vulnerabilidad de los jóvenes universitarios al tener que adaptarse a un ambiente educativo de mayor exigencia, lo que puede afectar su personalidad, resiliencia y capacidad de adaptación al entor-

no, por tal motivo se centran en mantener estrategias de reflexión, motivación y ayuda profesional oportuna para el futuro profesional. En concordancia Reyes (2021) también apunta a trabajar en la motivación, esta como factor clave para lograr que los estudiantes estén preparados para emprender con éxito su rol dentro del entorno de la educación superior, proponen que los jóvenes sean responsables activos de su propio aprendizaje, controlando las circunstancias que le rodean y creando ambientes favorables para su formación.

En el caso de, Ortega y Pino (2021) una situación crítica que se puede presentar entre los estudiantes por la incidencia de síntomas de enfermedades mentales como el estrés, ansiedad y depresión, lo ocupa el homicidio, este afecta a jóvenes entre 15 y 29 años, se relaciona también con el consumo de drogas, disfunción familiar y problemas psicosociales. (Mateus, 2021) por su parte aporta que, todas las personas que se han visto envueltas en este tipo de situaciones acarrear traumas desde su infancia, adolescencia o juventud.

Seguidamente en la investigación de (Hidalgo, 2021), se hace referencia a la violencia postmoderna, al extremo de causar paranoia social y estados de alerta constantes en la población, lo que resulta en conductas agresivas o autoagresivas, Velastegui et al. (2022) es puntual al mencionar que las personas afectadas con este tipo de conductas sufren antes, durante y después del evento que desató la conducta y que la cuarentena fue un impulsor de muchas de esta índole que estaban reprimidas. Robles et al. (2021) sustenta afirmando que la pandemia fue una generadora de crisis y cambios que desestabilizaron a los estudiantes y sus familias.

Mireles y García (2022), se centran en el bienestar psicológico, laboral y consumidor de los estudiantes universitarios, como perspectivas para evaluar sus niveles de satisfacción, es decir, si se abordan estrategias que cubran sus necesidades

se garantiza la continuidad en el sistema educativo universitario, estas necesidades básicas incluyen el entorno, atención médica, recreación y deporte, herramientas tecnológicas, programas y servicios dentro y fuera de la universidad. Además Díaz et al. (2022) agregan que todo es parte de una trayectoria en un espacio-tiempo, por lo que el retorno a las aulas es de suma importancia para la formación de los estudiantes como sujeto social, por lo que hay que brindarle apoyo interdisciplinario, hacer seguimiento.

Con relación a estas ideas, Estrada (2021) presenta información sobre una nueva forma de desarrollar las clases, la nueva presencialidad debe hacer una revisión de las experiencias no satisfactorias de la educación a distancia y un balance de lo positivo que dejó la virtualidad, y lo negativo para no cometer los mismos errores, asegurarse que los factores estresores sean identificados a tiempo y aplicar las estrategias adecuadas que brinden bienestar, no solo en el ámbito educativo sino en el contexto personal y socio-familiar de los estudiantes.

CONCLUSIONES

La situación de aislamiento y cuarentena sanitaria según De Marinis (2022) fue “un laboratorio sociológico y civilizatorio descomunal” (p. 316). Esta situación ha dejado consecuencias aun ejinestimables para el alcance de este artículo.

Se puede señalar sin embargo que, el impacto del confinamiento se presenta recurrentemente en la salud mental, en el deterioro de la salud, entendida integralmente, y en el aumento de las soluciones conflictivas o violentas, sean contra el prójimo o contra sí mismo.

Las repercusiones psicosociales escalaron niveles críticos que afectaron el sector educativo. La desesperanza parece ser un lugar común en el diseño y construcción de los

proyectos personales. La población estudiantil del nivel superior enfrentó un esfuerzo adicional por adaptarse al retorno académico presencial con problemas con los que antes no contaba, y muchas veces se vieron frustrados sus planes de alcanzar su titulación en un período de tiempo planificado como proyecto de vida. La pandemia cambió esos planes en la mayoría de los estudiantes universitarios, se truncaron sueños, y se fomentaron conductas negativas, agresivas, delictivas, se redujeron los recursos de resiliencia y se exacerbaron los síntomas de afecciones relacionadas con la salud mental, que no se abordaron en su debido momento. El tamaño de este problema, estadísticamente hablando, no se ha medido, por lo que no es posible aun estimar la gravedad real del fenómeno.

La literatura consultada coincide en que el plan de trabajo de las universidades y de los actores educativos, debe basarse en estrategias de aumento de los recursos de inteligencia emocional, fomentando la resiliencia y viviendo cada día agradeciendo por la oportunidad de la vida.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Arias, S. (2020). *La investigación en violencia filio-parental: estado de la situación y avances recientes en Ecuador*. Universidad de Sevilla, Facultad de Psicología. Sevilla - España: Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación.

Borrero, R. (2019). Procesos de gestión del talento humano en el sector educativo gerencial de Colombia. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía*, IV(7), 293-303.

Cabezas, E., Herrera, R., Ricaurte P., & Novillo, C. (2021). Depresión, ansiedad, estrés en estudiantes y docentes: Análisis a partir del Covid 19. *Revista Venezolana de Gerencia*, 26(94), 603-617.

Castillo, D. (11 de Noviembre de 2021). 738 estudiantes de escuela y colegio intentaron suicidarse en los últimos dos años. *Primicias*, pág. 1.

Castillo, L. (29 de Enero de 2022). Los problemas de salud mental aumentaron en los universitarios. *El Comercio*, pág. 1 Sociedad.

Chalpartar, L., Fernandez, A., Betancourt, S., & Gomez, Y. (2022). Deserción en la población estudiantil universitaria durante la pandemia, una mirada cualitativa. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*(66), 37-62. doi:https://doi.org/10.35575/rvucn.n66a3

Chen, S. (2022). Innovación docente como resultado de la pandemia por COVID-19: el caso del curso Introducción a la computación e informática. *Revista EDUCACIÓN*, 46(2), 1-15. doi:https://doi.org/10.15517/revedu.v46i2.49618

Cuevas, V., & Escares, S. (29 de Junio de 2022). Los espacios brindados por universidades para propiciar la salud mental y el desarrollo psicosocial de los estudiantes. *Puroperiodismo, Revista digital de periodismo UAH*, pág. Actualidad.

Cruz, M. (2022). *Educación virtual en pandemia y nivel de estrés en los estudiantes de la escuela profesional de estomatología en el año 2021*. Facultad de Ciencias de la Salud. Piura - Perú: Universidad Nacional Piura. Recuperado el 1 de Agosto de 2022, de <https://repositorio.unp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12676/3329/ESTO-CRU-RUE-2022.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

De Marinis, P. (2022). "Menos es más": algunas reflexiones hacia una teorización sociológica sobriamente ambiciosa para tiempos de (post) pandemia. *Trabajo y Sociedad, XXIII*(38), 313-333. doi:https://doi.org/10.7440/res64.2018.03

Díaz, F., Alatorre, J., & Castañeda, F. (2022). Trayectorias interrumpidas: motivos de estudiantes universitarios para suspender temporalmente sus estudios durante la pandemia. *RIES. Revista Iberoamericana de educación superior, XIII*(36), 03-25. doi:https://doi.org/10.7440/res64.2018.03

Estrada, E. (2021). Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del CIVD-19.

AVFT. *Arhivos venezolanos de farmacología y terapéutica*, 40(1), 88-93. doi:https://doi.org/10.5281/zenodo.4675923

Galbán, S., Ortega, C., & Meza, M. (2022). La transición de la modalidad presencial a la remota: experiencia del profesorado universitario en el contexto de pandemia. *Revista EDUCACIÓN*, 456(2), 1-15. doi:https://doi.org/10.15517/revedu.v46i2.47577

González, R., Souto, A., & Fernández, R. (2017). Perfiles de regulación emocional y estrés académico en estudiantes de fisioterapia. *European Journal of Education and Psychology*, 10, 57-67.

Gómez, B., & López, Y. (2022). La perfilación criminal como herramienta forense en la investigación de delitos contra la vida. Ecuador. *Revista Científica Sociedad & Tecnología*, 5(2), 365-378.

Gómez, M., Tomás, J., Montes, J., Brando, C., Cladellas, R., & Limonero, J. (2020). Procastinación académica y riesgo de conducta suicida en jóvenes universitarios: el papel de la regulación emocional. *Ansiedad y Estrés*, 26, 112-119.

Hidalgo, J. (2021). *El impacto psicosocial de la violencia doméstica en las familias del catón Nabón provincia de Azuay en confinamiento debido al covid-19*. Universidad Católica de Santiago de Guayaquil. Guayaquil - Ecuador: Facultad de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación.

Hinojosa, M., Derpich, I., & Alfaro, M. (2022). Procedimiento de agrupación de estudiantes según riesgo de abandono para mejorar la gestión estudiantil de educación superior. *Texto Livre*, 15(e37275), 1-22. doi: https://doi.org/10.35699/1983-3652.2022.37275

Martínez, V., & Pérez, E. (15 de Junio de 2022). Con la pandemia, la salud mental en la región de El Paso-Ciudad Juárez está al límite. *La Verdad, periodismo de investigación*, pág. 1.

Marín, P. (2022). *Causas que inciden en el cometimiento de delitos en los adolescentes*. Universidad Politécnica Salesiana Ecuador. Quito - Ecuador: Carrera

de Psicología.

Mateus, J. (2021). *Perfiles delictivos criminológicos en casos de sentenciados que han causado conmoción social*. Universidad Católica de Santiago de Guayaquil, Carrera de Derecho. Guayaquil - Ecuador: Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales y Políticas.

Mejía, H., & Ramos, L. (2022). Prevalencia de los principales trastornos mentales durante la pandemia por COVID-19. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 85(1), 72-83. doi:<https://doi.org/10.20453/rmp.v85i1.4157>

Mireles, M., & García, J. (2022). Satisfacción estudiantil en universitarios: una revisión sistemática de la literatura. *Revista EDUCACIÓN*, 46(2), 1-15. doi:<https://doi.org/10.15517/revedu.v46i2.47621>

Molina, V., Pérez, J., & Salaberría, K. (2022). Perfil sociodemográfico, delictivo y psicopatológico en una muestra de mujeres en prisión. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*, 127-136.

Montoya, L., Uribe, A., Uribe, A., Montoya, I., & Rojas, S. (2021). Burnout académico: impacto en la suspensión de actividades académicas en el sistema de educación pública en Colombia. *Panorama*, 15(29), 1-17. doi:<https://doi.org/10.15765/pnrm.v15i29.2319>

Moreta, R., Joselyn, Z., Hernán, S., & Susana, N. (2021). Salud mental en universitarios del Ecuador: síntomas relevantes, diferencias por género y prevalencia de casos. *Pensamiento Psicológico*, 19(1), 1-13.

Ortega, K., & Pino, S. (2021). Impacto social y económico de los factores de riesgo que afectan la seguridad ciudadana en Ecuador. *Revista Espacios*, 42(21), 52-70.

Ortiz, V., & R. A. (2019). *Asociación entre el consumo de alcohol con síntomas de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios de primer nivel de la PUCE 2018*. Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Facultad de Medicina.

Quito - Ecuador: Especialización en medicina familiar y comunitaria.

Reyes, D. (2021). *Factores psicosociales que determinan el aprendizaje significativo desde la motivación intrínseca de los estudiantes de la Corporación Unidas Técnicas del Oriente*. Bucaramanga: Universidad Autónoma de Bucaramanga.

Robles, A., Junco, J., & Martínez, V. (2021). Conflictos familiares y económicos en universitarios en confinamiento social por Covid-19. *Cuidarte*, 10(19), 43-57.

Rossette, J., & Sánchez, W. (2022). Los estudiantes de nivel superior y riesgos post pandemia. *Educación Médica*, 48-53. Recuperado el 1 de Agosto de 2022, de <https://archivosdemedicina.uat.edu.mx/index.php/nuevo/article/view/24/21>

Schwal, M. (2022). El confinamiento y la vuelta a clases en Argentina: relatos de docentes sobre la desigualdad en pandemia. *Texto Livre*, 15(e38009), 1-11. doi:<https://doi.org/10.35699/1983-3652.2022.38009>

Seminara, M., Pérez, A., & Fernández, A. (Julio-Diciembre de 2022). Hacia la permanencia universitaria: espacios alternativos de aprendizaje en tiempos de pandemia. *Revista de la Escuela de Ciencias de la Educación*, 2(17), 34-51. doi:<https://doi.org/10.35305/rece.v2i17.719>

Vela, E., & Suárez, J. (2020). Resiliencia, satisfacción y situación de las familias con hijos/as con y sin discapacidad como predictores del estrés familiar. *Ansiedad y Estrés*, 26, 59-66.

Velastegui, M., Touriz, M., Cando, W., & Herrera, J. (2022). Depresión y ansiedad en universitarios por Covid-19. *Polo del Conocimiento*, 7(2), 2324-2344.

Villarreal, S. (Enero-Abril de 2022). La contención emocional estudiantil: una propuesta para la post pandemia. *MENTOR. Revista de Investigación Educativa*, 1(1), 43-54. Recuperado el 1 de Agosto de 2022, de <https://revistamentor.ec/index.php/mentor/article/view/2165/1791>