

Afectaciones de salud en estudiantes durante modalidad en línea derivado de la pandemia.

Claudia Cortez Aguirre¹

Oscar Ferrer Gutiérrez²

Edmundo Jesús Laurencio Castillo³

Resumen

Con la llegada de la Pandemia de SARS-CoV-2 en 2019, diversos sectores se vieron en la necesidad de implementar estrategias que les permitiera continuar con sus actividades y ofreciendo sus servicios, el claro ejemplo se muestra en el sector educativo, que de manera obligada y como respuesta al reto de seguir brindando educación, trasladó las clases presenciales totalmente a distancia, lo que implicó que los estudiantes de los diferentes niveles educativos empezaran a utilizar diversas plataformas digitales e invirtieran tiempo en todo lo relacionado a esta forma de trabajo. Para llevar a cabo la educación en línea fue necesario el uso de dispositivos móviles o computadoras que facilitaron la conectividad de docentes y alumnos. Sin embargo, conllevó a un aumento del tiempo en que se permanece sentado, a adaptar espacios dentro del hogar para poder recibir las clases, así como al cambio de algunos hábitos poco saludables. Esta investigación se realiza para determinar las afectaciones de salud que los estudiantes presentan a raíz de la implementación de la modalidad en línea. La recolección de información fue mediante la aplicación de un cuestionario en línea a 209 estudiantes de nivel medio superior en el Plantel Cuauhtémoc de la Escuela Preparatoria de la Universidad Autónoma del Estado de México (UAEMéx), de los cuales 67.9% de sexo femenino y 32.1% masculino, en un rango de edad de 15 a 17 años.

Palabras clave: Afectaciones, Salud, Estudiantes, Clases en línea.

Health affectations in students during the online modality due to the pandemic.

Abstract

With the arrival of the SARS-CoV-2 Pandemic in 2019, various sectors found it necessary to implement strategies that would allow them to continue their activities and offer their services. The clear example is shown in the education sector, which forced and in response to the challenge of continuing to provide education, it moved face-to-face classes completely remotely, which meant that students at different educational levels began to use various digital platforms and invest time in

1. Maestría en Educación, Facultad de Enfermería y Obstetricia UAEM, ccorteza191@profesor.uaemex.mx
2. Dr. en Educación, Plantel Cuauhtémoc de la Escuela Preparatoria UAEM, oferrerg@uaemex.mx
3. Dr. en Administración, Universidad Politécnica del Valle de Toluca, edmundolaurencio@upvt.edu.mx

everything related to this way of working. To carry out online education, it was necessary to use mobile devices or computers that facilitated the connectivity of teachers and students. However, it led to an increase in the time spent sitting, to adapt spaces within the home to be able to receive classes, as well as to the change of some unhealthy habits. This research is carried out to determine the health effects that students present because of the implementation of the online modality. The collection of information was through the application of an online questionnaire to 209 high school students at the Cuauhtémoc Campus of the Preparatory School of the Autonomous University of the State of Mexico (UAEMéx), of which 67.9% were female and 32.1 % male, in an age range of 15 to 17 years.

Keywords: Affectations, Health, Students, Online classes.

Introducción

Actualmente, el mundo enfrenta la pandemia por COVID-19. La cual surgió a finales de diciembre del 2019 dentro de China, cuando varios casos de neumonía viral se identificaron dentro de Wuhan (Ruvalcaba, González, & Jiménez, 2021). La pandemia de SARS CoV-2 al ser una situación de salud en la que la enfermedad es altamente contagiosa, obligó a los actores educativos de los diferentes niveles a convertir las clases presenciales a clases en línea, por lo que el Plantel Cuauhtémoc de la Escuela Preparatoria de la Universidad Autónoma del Estado de México tuvo que implementar dicha modalidad para continuar con el proceso de enseñanza-aprendizaje. Al paso del tiempo, esta situación provocó una serie de afectaciones en la salud de los estudiantes debido a las largas jornadas que permanecían frente a dispositivos móviles u ordenadores para recibir las clases de sus diferentes materias, ya que esta modalidad exige estar sentado la mayor parte del tiempo. (Del Río, González y Videgaray (2007).

De acuerdo con Pérez, Rúa y Acuña (2008), “en la sociedad actual el trabajo con computadoras se ha convertido en una necesidad, sin embargo, muy pocos han estudiado los efectos nocivos sobre la salud que se pudiera ocasionar”.

Con la investigación se pretende determinar las afectaciones de salud en los estudiantes durante la modalidad en línea derivado de la pandemia de SARS-CoV-2 en el periodo marzo 2019 a diciembre 2021.

Metodología

La presente investigación es de índole cuantitativo, ya que se recolectó y realizó un análisis de datos, a fin de poder identificar la frecuencia con la cual se presenta el fenómeno de interés y sus características generales, con un alcance exploratorio, dado que en la actualidad es un tema poco estudiado y se pretende que a partir de los datos obtenidos, en un futuro se retomen otras líneas de investigación que permitan explorar otras opciones, el tipo de estudio es no experimental, dado que

no es posible reproducir el fenómeno ni controlar las variables que intervienen en ella, la recolección de la información se llevó a cabo con la técnica CAWI (Computer Assist Web Interviewing).

Resultados

Las computadoras logran ser útiles para realizar tareas de una manera más eficiente que a través de cualquier otro medio, hasta ahora. (Hodelín, De los Reyes, Hurtado & Batista, 2016).

Para Hodelín et al., (2016), cualquier actividad que se realiza, los expone a sufrir lesiones y a deteriorar su salud. Por más que parezca inofensivo, el trabajo con computadoras es uno de los más dañinos para la salud que existen, principalmente por el tiempo que se pasan sentados frente a ellas.

Una afectación de salud es la acción o efecto de afectar, es el término apropiado para definir el hecho de verse dañado un órgano corporal por un accidente o una enfermedad o por consecuencia de algo (Infomed, 2018).

Referente a la COVID 19, a continuación, se expone una breve cronología de la actuación de la Organización Mundial de la Salud (OMS) ante esta pandemia.

Desde que se dio a conocer la pandemia, la OMS ha publicado más de 100 documentos sobre la COVID-19, muchas de ellas con orientaciones técnicas para responder de la manera más adecuada (OMS, 2022). Esta información fue sobre cómo debían responder los gobiernos y el público en general ante el confinamiento y para continuar con las actividades entre ellas las educativas.

Las instituciones educativas implementaron la educación en línea como la modalidad que podría hacer frente a la situación suscitada, ésta ofrecía grandes ventajas y la comunicación entre los docentes y alumnos permanecería a través de aulas virtuales y posteriormente con licencias para plataformas educativas.

Sin duda, las clases en línea representaron un gran reto tanto para las autoridades escolares como para docentes y alumnos, cada uno desde su rol y con sus propios recursos tuvo que innovar y acondicionar espacios para poder continuar con el proceso enseñanza-aprendizaje. Por su parte los alumnos tuvieron que tomar las clases en espacios improvisados, mostrando la privacidad de su hogar, pasando largas jornadas sentados frente a su computadora, escuchando o tratando de concentrarse para atender sus materias y con mobiliario poco ergonómico que no ayudaba a conseguirla.

Ante este último punto, Pérez et al. (2008), expone una serie de condiciones ergonómicas para tener en cuenta cuando se permanece frente a una computadora. Entre los más importantes se encuentran el tiempo de exposición, iluminación y reflejos, disposición del mobiliario, distancia y ángulo de trabajo, así como factores de temperatura, humedad, ambientales, entre otros.

Discusión

De acuerdo con el instrumento de recolección de datos aplicado a estudiantes de segundo semestre que corresponde a un 79.4% de los encuestados y de sexto semestre con el 20.6% restante, la investigación arroja que la vida de los y las estudiantes antes de la pandemia era activa en un 77%, sin embargo, este escenario cambió, ya que durante la pandemia la vida del alumnado se volvió sedentaria en un 73.7%, de tal manera que los porcentajes quedaron prácticamente invertidos. Los jóvenes al tomar clases en línea se vieron obligados a realizar cambios en su cotidianidad y solo el 37.8% realizaba breves descansos durante sus clases en línea para recuperar energía y mejorar su desempeño.

Cuando permanecían sentados, únicamente el 16.3% estaba en una postura correcta, y sólo el mismo porcentaje de alumnos tenía un lugar específico para atender sus clases en línea, el 56.5% del sector estudiantil tomaba las clases en su recámara. En cuanto al mobiliario que utilizaron durante la modalidad en línea; el 44.5% de ellos contaban con escritorio ejecutivo, el 34% tenía silla ejecutiva y el 53.1% del alumnado refiere no haber contado con aditamentos para tomar sus clases con un mayor confort, mobiliario y aditamentos cuyas características ergonómicas serían de utilidad para permanecer largo tiempo en posición sedente.

El 53.6% de los alumnos permanecía entre 6.1 a 8 horas diarias tomando clases en línea, el 46.4% dedicaba entre 2 y 4 horas al día a la realización de tareas extraclase, el 38.8% refirió haber permanecido sentado entre 6.1 y 8 horas diarias realizando diversas actividades relacionadas a la modalidad en línea, por lo que mencionan haber sentido desagrado como parte de las emociones que le generó tener clases en esta modalidad.

Existieron diversas afectaciones a la salud de los alumnos y principalmente se numeran cinco; el 80.9% menciona haber presentado estrés, dolor de cabeza en un 73.2%, dolor de cuello en un 60.8%, 57.4% dolor de espalda baja y cintura y 53.1% dolor de hombros, refiriendo haber presentado más de una afectación de salud.

Previo a la pandemia todos vivían una vida de aparente normalidad, donde cada persona fungía su rol, los estudiantes se presentaban en la escuela para atender sus clases, se trasladaban a un espacio físico para interactuar con el resto de sus compañeros, profesores y amigos. Sin duda, con la aparición del virus SARS-CoV-2 existe un antes y un después en todos los aspectos de la vida humana.

Esta investigación presenta diversas concordancias con algunos artículos científicos relacionados con el tema, aunque también muestra discordancias con otros.

A partir de los hallazgos, existe la concordancia de que derivado de la pandemia y por la implementación de la modalidad en línea para la continuación de clases en los diferentes espacios académicos, se vio afectada la salud de los estudiantes. Sin embargo, la mayoría de los estudios se enfocan en la salud mental del alumnado dejando de lado la salud física de los mismos.

Es importante determinar las afectaciones de salud que presentaron los estudiantes del Plantel Cuauhtémoc para que a partir de los resultados que arroja la investigación se tenga un panorama general sobre las condiciones del alumnado una vez que se ha regresado a la modalidad presencial, y posteriormente se les recomiende a los alumnos con afectaciones, estar en revisión médica para evitar que se compliquen los problemas de salud generados durante la pandemia, también se podrán implementar acciones preventivas; como las pausas activas durante las clases, realizar estrategias para disminuir el estrés y que se encuentren en las mejores condiciones para favorecer el aprendizaje y por último, coadyuvar en la motivación de los alumnos para que exista satisfacción en el retorno a clases presenciales.

Conclusiones

Una vez analizados los resultados de la investigación, de manera particular se concluye que en los alumnos de segundo y sexto semestre del Plantel Cuauhtémoc de la Escuela Preparatoria de la Universidad Autónoma del Estado de México: se presentó un alto grado de estrés y dolor de cabeza como principales afectaciones de salud, debido a las clases en línea derivado de las estrategias tomadas por las instituciones educativas para hacer frente a la pandemia en materia de educación.

No se debe dejar de lado que, aunado a las afectaciones antes mencionadas, también presentaron dolor de hombros, cuello y espalda, principalmente por estar sentados en una mala postura por tiempo prolongado, así como enrojecimiento de ojos por estar frente a una computadora o dispositivo móvil.

Lo anterior, es comprensible por la situación vivida por cada uno de los actores educativos durante la pandemia, pero es preciso determinar las afectaciones de salud en los estudiantes para poder prevenir futuras lesiones y complicaciones de salud y retornar a la modalidad presencial en las mejores condiciones de salud.

Referencias Bibliográficas

- Del Río, M., González, J. y Videgaray, M. (2007). Trabajo prolongado con computadoras: 2007, (pág. 28). México. Recuperado el 16 de mayo de 2022, de <http://www.semec.org.mx/archivos/9-47.pdf>
- Hodelín-Hodelín, Y., De los Reyes, Z., Hurtado-Cumbá, G., & Batista-Salmon, M. (2016). Riesgos sobre tiempo prolongado frente a un ordenador. *Revista Información Científica*, 95(1), 175-190. Recuperado de <http://www.revinfcientifica.sld.cu/index.php/ric/article/view/149/1447>
- Infomed. (22 de enero de 2018). Infomed. Obtenido de <https://temas.sld.cu/traduccion/2018/01/22/afeccion-y-afectacion/>
- Observatorio Tecnológico de Monterrey. (2021). Observatorio Tecnológico de Monterrey. Recuperado el 01 de junio de 2022, de <https://observatorio.tec.mx/edu-news/diferencias-educacion-online-virtual-a-distancia-remota>
- OMS. (27 de abril de 2020). Organización Mundial de la Salud. Recuperado el 01 de Junio de 2022, de <https://www.who.int/es/news/item/27-04-2020-who-timeline---covid-19>

- OMS. (2022). Organización Mundial de la Salud. Obtenido de OMS: <https://www.who.int/es/news-room/feature-stories/detail/a-guide-to-who-s-guidance>
- Pérez, T., Rúa, R. & Acuña, A. (2008). Repercusión visual del uso de las computadoras sobre la salud. *Revista Cubana de Salud Pública*, 34 (4), 1-9. [fecha de Consulta 16 de Mayo de 2022]. ISSN: 0864-3466. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21419854012>.
- Rivera-Chávez, K., Torres-Zuloaga, G. (2021). Salud mental en estudiantes de Odontología durante la pandemia de COVID-19. *Revista Estomatológica Herediana*, vol. 31, núm. 1, 2021. Universidad Peruana Cayetano Heredia, Perú. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=421566525010>
- Ruvalcaba, P., González, K. y Jiménez, J. M. (2021). Depresión y ansiedad en estudiantes de Medicina durante el confinamiento por la pandemia de COVID-19. *Revista de Investigación en educación médica*, 10(39), pp. 52-59. doi:<https://doi.org/10.22201/fm.20075057e.2021.39.21342>.
- Salas-Durán, K., Vergara-Morales, J., Ogueda, J. P. (2021). Representaciones sociales sobre la pandemia de la COVID-19 en estudiantes chilenos de educación superior. *Ciencias Psicológicas*, 15(2), e-2280. doi: <https://doi.org/10.22235/cp.v15i2.2280>
- Suárez, V., Suárez Quezada, M., Oros Ruiz, S., & Ronquillo De Jesús, E. (2020). Epidemiología de COVID-19 en México: del 27 de febrero al 30 de abril de 2020 [Epidemiología de COVID-19 en México: del 27 de febrero al 30 de abril de 2020]. *Revista clínica española*, 220 (8), 463–471. <https://doi.org/10.1016/j.rce.2020.05.007>