

INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA POLITÉCNICO GRANCOLOMBIANO
FACULTAD DE SOCIEDAD, CULTURA Y CREATIVIDAD
ESCUELA DE PSICOLOGÍA, TALENTO HUMANO Y SOCIEDAD
PROGRAMA DE PSICOLOGÍA
GRUPO DE INVESTIGACIÓN DE PSICOLOGÍA, EDUCACIÓN Y CULTURA
PSICOLOGÍA CLÍNICA, SALUD MENTAL Y CONTEXTO

NIVELES DE ESTRÉS E IRRITABILIDAD EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LA
CIUDAD DE MEDELLÍN DURANTE LA ÉPOCA DE CONFINAMIENTO POR COVID-19.

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN OPCIÓN DE GRADO MODALIDAD VIRTUAL

PRESENTA:

LUISA FERNANDA VALLEJO
MARÍA CLAUDIA ARÉVALO
JOHANA VALLEJO URIBE

ASESOR:

LEIDY TATIANA CASTAÑEDA QUIRAMA. MGS.

BOGOTÁ, AGOSTO - NOVIEMBRE DE 2020.

Resumen

La situación de confinamiento provocada por la pandemia del Covid-19, ha significado un giro riguroso en el proceder de la cotidianidad, la forma de relacionarse, la vida social, el ámbito económico y el traslado de actividades a la virtualidad. Este estudio estableció como objetivo analizar la posible relación entre los niveles de estrés percibido y los estados de cólera o irritabilidad en 112 estudiantes universitarios que atravesaron época de confinamiento por COVID-19. Se empleó el Cuestionario de cólera, irritabilidad y agresión y la escala de estrés percibido. La presente investigación es descriptiva y correlacional. Entre los principales hallazgos se destacan los elevados niveles de estrés que tuvieron los estudiantes mayores de 26 años y las correlaciones significativas entre las variables presentadas.

Palabras clave: Estudiante universitario, pandemia, cólera, irritabilidad, estrés, Covid-19.

Abstract

The situation of confinement provoked by the Covid-19 pandemic has meant a rigorous turn in the way we go about our daily lives, the way we relate to each other, social life, the economic sphere and the transfer of activities to the virtual world. This study established as an objective to analyze the possible relationship between perceived stress levels and states of anger or irritability in 112 university students who went through a period of confinement due to COVID-19. The Anger, Irritability and Aggression Questionnaire and the Perceived Stress Scale were used. The present investigation is descriptive and correlational. Among the main findings, the high levels of stress that students over 26 years old had and the significant correlations between the variables presented stand out.

Keywords: College student, pandemic, cholera, irritability, stress, Covid-19.

Introducción

Según la OMS (Organización mundial de la salud, 2020) se llama pandemia a la propagación mundial de un virus, en este caso, por el COVID-19. Esta pandemia se tornó en una emergencia en la salud pública internacional, que se cree dejará su marca en el siglo XXI y sobretodo, un impacto no solo físico, sino principalmente psicológico en las generaciones que lo viven y la población que se ve afectada.

Partiendo de lo anterior, se considera importante conocer las repercusiones psicológicas que ha dejado la vivencia de esta crisis, ya que, al 11 de marzo del 2020, la OMS argumentó que el virus se transmitió en 114 países en aproximadamente dos semanas, dejando alrededor de 118.000 casos de contagio y contabilizando alrededor de 4.291 muertes (OMS, 2020) En la actualidad las cifras son más alarmantes. La gravedad de la sintomatología de este virus incrementa la probabilidad de contagios de forma exponencial, es por ello, que los gobiernos del mundo, junto a la OMS concluyeron que la mejor forma de prevenir estos contagios y así mismo, no colapsar los sistemas de salud, era implementando medidas básicas de prevención como el confinamiento.

Cuando hablamos de confinamiento, este ha sido una de las maniobras de salud pública adoptadas a nivel internacional para interrumpir la propagación del COVID-19, se trata del aislamiento social y protección de la población general en sus hogares, lo que involucra un giro riguroso en el proceder de la cotidianidad; la educación virtual, el trabajo, y las limitaciones

en la práctica de actividades fuera de casa. Lo anterior, lleva a ejercer nuevas maneras de vivir dentro de los hogares para sobrellevar la contingencia. (World Health Organization., 2020).

En lo que a educación respecta, se encontró que, con base a la crisis mundial, la UNESCO, decidió seleccionar rápidamente personal para proveer asesoramiento y apoyo a los gobiernos para hacer frente a la pandemia y mantener la enseñanza bajo las circunstancias impuestas por la pandemia, ya que se contabiliza que alrededor de 165 países ordenaron el cierre de escuelas y universidades frente al avance del Covid-19. (Mendiluz, 2020)

Como consecuencias de las medidas establecidas, se ha podido evidenciar que las circunstancias de aislamiento actual están perjudicando la cotidianidad en la vida de los estudiantes, pues a las limitaciones en la movilidad, se suma la alteración en las formas de docencia, las cuales en la actualidad se realizan “En línea”.

El desarrollo y progreso en la adaptación a esta nueva situación, a la par con la incertidumbre respecto a la evaluación, posiblemente está originando un aumento en la carga de actividades y trabajos asociada a los estudios, y en consecuencia mayores índices y niveles de estrés, ansiedad e irritabilidad, lo cual puede repercutir en el rendimiento educativo, y así mismo en la salud (mental y física) de cada estudiante. De igual forma, la reducción de oportunidades para realizar las tareas que anteriormente eran consideradas como comunes o cotidianas durante el confinamiento puede tener efectos adversos a corto, medio y largo plazo en los estudiantes. (Ortega & Ruiz, 2020).

Entre las limitadas investigaciones finalizadas y con evidencia disponible que se han realizado en Colombia desde la propagación del virus, se ha encontrado un malestar general en la población, donde las principales afecciones se ven reflejadas en la salud mental de los ciudadanos, tal incomodidad se ha debido a la incapacidad y frustración que genera lidiar con el

virus, el confinamiento y las restricciones en la vida social. En abril del 2020, se publica en Colombia una encuesta elaborada por la entidad Cifras y Conceptos, la cual fue aplicada a 1848 ciudadanos mayores de edad en diversas ubicaciones del país, en donde se encontró que un 17 % de los consultados reportó tener un nivel alto de depresión; Otro 17 %, un nivel medio de depresión, y un 51 % adicional, un nivel alto de ansiedad. (Uribe, 2020).

Así mismo, el 27 de abril, se publican los hallazgos de la encuesta realizada por la asociación Profamilia, adaptada para recoger datos sobre la respuesta al COVID-19 en Colombia, se aplicó a 3549 personas, entre el 8 al 20 de abril del 2020. En los resultados se observa que el 98% de los encuestados cree que el COVID-19 es un problema grave en Colombia, un 90% está angustiado porque alguien cercano o de la familia se contagie de COVID-19, mientras que un 73% evitó ir a la calle. (Rivillas-García, y otros, 2020).

Con respecto a la población universitaria, en países como México se han interesado por abordar esta población y el estudio más grande hasta la fecha es el aplicado a 644 estudiantes universitarios con el fin de medir ansiedad, estrés y depresión, así como la percepción frente al virus, este estudio estuvo enmarcado por la manifestación de síntomas (moderados a severos) de estrés (31.92%), problemas para dormir (36.3%) y ansiedad (40.3%) (González-Jaimes, et al., 2020).

Ahora bien, es evidente que ante este brote repentino, los focos de atención están puestos en la rápida propagación del virus, las tasas de mortandad y las repercusiones físicas de este, donde las diferentes ramas de la ciencia están centradas trabajando en la explicación y control del virus, esto implica que probablemente se minimice el interés internacional en las consecuencias psicológicas que esta pandemia está dejando en la sociedad en general, así como en pequeños grupos poblacionales, pues se debe tener en cuenta que en la actualidad se han

realizado pocos estudios científicos que determinen el impacto psicológico o particularmente dirigidos a determinar los niveles de estrés e irritabilidad, que se pueden estar presentando a causa del confinamiento en población universitaria es por esto, que la realización de esta investigación es de vital importancia, debido a que está inmersa en una de las temáticas con mayor impacto en la última década de la humanidad, por otro lado, al ser relativamente una novedad de constante variación, se halló pertinente indagar y profundizar su estudio desde la perspectiva psicológica.

Como se mencionó anteriormente, los efectos de este momento de la historia engloban la mayoría de las esferas de la cotidianidad, pero en este presente estudio, se focalizó en las repercusiones vinculadas a la irritabilidad y el estrés en estudiantes universitarios de la ciudad de Medellín. La mayoría de los hallazgos de diferentes estudios citados en este trabajo, evidencian cómo la sintomatología de la población se presenta paulatinamente (falta de sueño, ira, tristeza, miedo, angustia, entre otros) y dan cuenta de graves afectaciones en la salud mental.

Por otro lado, es idóneo comprender el contexto de la población a evaluar, ya que, la cuarentena obligatoria, que busca disminuir los casos por contagio de Covid-19 en Colombia, modificó el estilo de vida y por ende el manejo de emociones como estrés e irritabilidad. Partiendo de los hallazgos mencionados, el presente estudio parte de la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuáles son los niveles de estrés e irritabilidad en 112 estudiantes universitarios de Medellín durante días de confinamiento por COVID-19?

Objetivo General

Analizar la posible relación entre los niveles de estrés percibido y los estados de cólera o irritabilidad en 112 estudiantes universitarios que atraviesan época de confinamiento por COVID-19.

Objetivos específicos

1. Determinar la prevalencia de estrés percibido en 112 estudiantes universitarios que atraviesan época de confinamiento por COVID-19.
2. Determinar la prevalencia de estados de irritabilidad en 112 estudiantes universitarios que atraviesan época de confinamiento por COVID-19.
3. Describir las características sociodemográficas de la población evaluada
4. Establecer las correlaciones entre estrés percibido y estados de irritabilidad de la población evaluada.

Método

Población

La muestra está constituida por 112 estudiantes de psicología de la Institución Universitaria Politécnico Grancolombiano de todos los semestres académicos y con edades entre los 17 y 44 años. Se evaluaron 86 mujeres y 26 hombres.

Tipo de Muestreo

Se utilizará un tipo de muestreo no probabilístico.

Criterios de Inclusión

Estar matriculado en alguno de los programas universitarios del Politécnico Grancolombiano en modalidad presencial. Aceptar participar de manera voluntaria y asentir el consentimiento informado.

Criterios de Exclusión

Estudiantes que no se encuentren matriculados en algún programa de la Institución Universitaria Politécnico Gracolombiano.

Procedimiento para la Recolección de Datos

La investigación se lleva a cabo por medio de dos cuestionarios: Cuestionario de cólera, irritabilidad y agresión (CIA) y Escala de estrés percibido – 10, los cuales fueron Digitalizados en un formulario en línea en Google y posteriormente fueron enviados a los estudiantes que estuvieron de acuerdo en participar en el proceso de investigación.

Análisis de Datos

Los resultados fueron analizados mediante el software SPSS. v. 26. Se utilizó estadística descriptiva y pruebas de independencia (chi-cuadrado) para analizar los datos.

Instrumentos de recolección de datos

En la recolección de la información se aplican los siguientes cuestionarios:

Cuestionario de cólera, irritabilidad y agresión (CIA), mide niveles de irritabilidad, cólera y agresión, dicha prueba consta de 42 preguntas que se dividen en tres secciones: irritabilidad (1 a la 11), cólera (12 a la 18) y agresión (19 a la 42) con una duración de 45 minutos. La función de dicha prueba es medir las emociones negativas mencionadas anteriormente; y sus respuestas se componen por criterios como N: nunca, RV: rara vez, AV: a veces, Am: Amenudo y S: siempre; así mismo, este logra obtener respuestas de manera numérica

de cada individuo que realiza la prueba, cabe resaltar que el autor de dicho cuestionario es el psiquiatra Emil Cocaro de la universidad de Chicago medical, (Peñañiel, Cazares, p.87-89).

En un estudio realizado en Perú, se analizó la confiabilidad de esta misma por medio de la técnica del Coeficiente de Alfa Cronbach, obteniendo como hallazgo, un coeficiente de confiabilidad de 0.94, demostrando ser confiable.

Escala de estrés percibido: determina la percepción de estrés psicológico, el cómo las situaciones que se presentan día a día pueden ser apreciadas como estresantes. El test posee 10 preguntas directas que indagan sobre el nivel de estrés vivido en el último mes, este, posee cinco opciones de respuesta: nunca, casi nunca, de vez en cuando, muchas veces y siempre, los autores señalan que para elaborar la escala se tomó como base de que el estrés es potencializado debido a la influencia que pueden generar los estresores cotidianos, los sucesos significativos, así mismo, los medios y recursos que cada individuo disponga (Remor, 2006). Es uno de los auto informes con mayor utilidad en la actualidad para apreciar el valor en que los individuos conciben e intervienen las situaciones de sus vidas. Acerca del desempeño de la prueba, esta posee fiabilidad (alfa = .82, test-retest, $r = .77$) donde la validez, y sensibilidad de la escala muestran valores apropiados, adicionalmente, fue validada en población colombiana con estudiantes de medicina de la ciudad de Bucaramanga, los resultados del estudio arrojaron que: La EEP-10 mostró alfa de Cronbach de 0,65, omega de McDonald 0,68 y coeficiente de Mosier 0,68 (Campo-Arias, Oviedo, & Herazo, 2015) así mismo, el estudio realizado en Bogotá con el fin de validar esta escala en 175 mujeres universitarias mayores de 18 años, concluyó que: la EEP-10 muestra una aceptable consistencia interna y estructura factorial en una muestra de estudiantes universitarias. (Campo-Arias, Bustos-leiton & Romero Chaparro, 2009).

Resultados

Correlaciones			RangoEstres	Rirritabilidad	Resulcolera
Rho de Spearman	RangoEstres	Coefficiente de correlación	1,000	,397**	,400**
		Sig. (bilateral)	.	,000	,000
		N	86	86	86
	Rirritabilidad	Coefficiente de correlación	,397**	1,000	,597**
		Sig. (bilateral)	,000	.	,000
		N	86	86	86
	Resulcolera	Coefficiente de correlación	,400**	,597**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	,000	.
		N	86	86	86

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Tabla 1. Niveles de estrés, irritabilidad y cólera en la población.

Los datos arrojados reportan una correlación positiva. A mayores niveles de estrés, mayores niveles de irritabilidad y cólera. Los valores ($,397$) y ($,400$) dan cuenta de una correlación moderada.

Para la variable irritabilidad, se encuentra que a mayores niveles de irritabilidad podría existir un incremento moderado del estrés ($,397$), sin embargo, entre mayores sean los niveles de irritabilidad, mayores serán los niveles de cólera ($,597$). Los análisis estadísticos arrojan una correlación fuerte entre estas variables.

Para la variable cólera, se encuentra que, a mayores niveles de cólera, podría existir un incremento moderado del estrés ($,397$), sin embargo, entre mayores sean los niveles de cólera, mayores serán los niveles de irritabilidad ($,597$). Los análisis estadísticos arrojan una correlación fuerte entre estas variables.

Correlaciones

			RangoEstres	Rlrritabilidad	Resulcolera
Rho de Spearman	RangoEstres	Coefficiente de correlación	1,000	,010	-,103
		Sig. (bilateral)	.	,960	,616
		N	26	26	26
	Rlrritabilidad	Coefficiente de correlación	,010	1,000	-,023
		Sig. (bilateral)	,960	.	,910
		N	26	26	26
	Resulcolera	Coefficiente de correlación	-,103	-,023	1,000
		Sig. (bilateral)	,616	,910	.
		N	26	26	26

Tabla 2. Para el caso de los hombres, no se encuentra una correlación estadísticamente significativa entre las variables estrés, irritabilidad y cólera.

Correlaciones						
			RangoEstres	Rlrritabilidad	Resulcolera	Sexo
Rho de Spearman	RangoEstres	Coefficiente de correlación	1,000	,340**	,312**	-,153
		Sig. (bilateral)	.	,000	,001	,107
		N	112	112	112	112
	Rlrritabilidad	Coefficiente de correlación	,340**	1,000	,507**	-,303**
		Sig. (bilateral)	,000	.	,000	,001
		N	112	112	112	112
	Resulcolera	Coefficiente de correlación	,312**	,507**	1,000	-,110
		Sig. (bilateral)	,001	,000	.	,249
		N	112	112	112	112
	Sexo	Coefficiente de correlación	-,153	-,303**	-,110	1,000
		Sig. (bilateral)	,107	,001	,249	.
		N	112	112	112	112

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Tabla 3. Para el caso de las mujeres, se encuentra una correlación moderada ($,340$ y $,312$) entre estrés, irritabilidad y cólera, sin embargo, cabe destacar que, a mayor irritabilidad, mayores son los niveles de cólera ($,507$)

Correlaciones

			RangoEstres	Rirritabilidad	Resulcolera	Semestre
Rho de Spearman	RangoEstres	Coefficiente de correlación	1,000	,654**	,589**	,045
		Sig. (bilateral)	.	,000	,001	,825
		N	27	27	27	27
	Rirritabilidad	Coefficiente de correlación	,654**	1,000	,540**	,164
		Sig. (bilateral)	,000	.	,004	,414
		N	27	27	27	27
	Resulcolera	Coefficiente de correlación	,589**	,540**	1,000	,234
		Sig. (bilateral)	,001	,004	.	,241
		N	27	27	27	27
	Semestre	Coefficiente de correlación	,045	,164	,234	1,000
		Sig. (bilateral)	,825	,414	,241	.
		N	27	27	27	27

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Tabla 4. Con relación a las variables y el semestre académico, se encontró que en los estudiantes que cursan los primeros semestres (1 a 4), entre mayor es el nivel de estrés, mayores son los niveles de irritabilidad y cólera (.654 y .589), existiendo una correlación estadísticamente fuerte.

Correlaciones						
			RangoEstres	Rirritabilidad	Resulcolera	Semestre
Rho de Spearman	RangoEstres	Coefficiente de correlación	1,000	,215*	,225*	,043
		Sig. (bilateral)	.	,048	,038	,699
		N	85	85	85	85
	Rirritabilidad	Coefficiente de correlación	,215*	1,000	,490**	,052
		Sig. (bilateral)	,048	.	,000	,637
		N	85	85	85	85
	Resulcolera	Coefficiente de correlación	,225*	,490**	1,000	-,041
		Sig. (bilateral)	,038	,000	.	,709
		N	85	85	85	85
	Semestre	Coefficiente de correlación	,043	,052	-,041	1,000
		Sig. (bilateral)	,699	,637	,709	.
		N	85	85	85	85

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Tabla 5. Para el caso de estudiantes de la fase intermedia y final de la carrera (5 a 8), sólo se encontró una correlación moderada entre irritabilidad y cólera.

Correlaciones

			RangoEstres	Rirritabilidad	Resulcolera	Edad
Rho de Spearman	RangoEstres	Coefficiente de correlación	1,000	,340**	,312**	-,260**
		Sig. (bilateral)	.	,000	,001	,006
		N	112	112	112	112
	Rirritabilidad	Coefficiente de correlación	,340**	1,000	,507**	-,138
		Sig. (bilateral)	,000	.	,000	,147
		N	112	112	112	112
	Resulcolera	Coefficiente de correlación	,312**	,507**	1,000	-,314**
		Sig. (bilateral)	,001	,000	.	,001
		N	112	112	112	112
	Edad	Coefficiente de correlación	-,260**	-,138	-,314**	1,000
		Sig. (bilateral)	,006	,147	,001	.
		N	112	112	112	112

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Tabla 6. Los estudiantes entre los 26 y 30 años (hombres y mujeres), reportaron una correlación estadísticamente significativa entre irritabilidad y cólera.

Discusión

Las problemáticas surgidas con la aparición del Covid-19 suscitan numerosos interrogantes y dudas a nivel mundial cuando se habla de sus efectos o consecuencias, por lo cual la recolección, tratamiento e interpretación de los datos de la presente investigación, enmarcan importantes consideraciones analíticas, que no deben ser tomadas de formas aisladas o prematuras, sino que se deben llevar una línea de entendimiento y clarificación.

Uno de los hallazgos vinculados a la variable de género que se resaltó en este estudio, fue que a mayores niveles de estrés mayores serán los niveles de irritabilidad en mujeres universitarias de la ciudad de Medellín, en comparación con los hombres. De acuerdo con Cabanach, et al (2020) los hombres emplean como estrategia para disminuir el estrés académico

la planificación y la reevaluación positiva, mientras que, las mujeres se inclinan por la búsqueda de apoyo social para tolerar el estrés percibido. De acuerdo con estos resultados, se podría inferir que el distanciamiento social por la cuarentena debido al covid-19, podría ser un factor explicativo de por qué las mujeres presentaron mayores niveles de irritabilidad y estrés, ya que esta condición impidió en las mujeres la búsqueda de contacto social.

Otro de los hallazgos significativos en este estudio, fueron los mayores niveles de estrés en estudiantes mayores de 26 años. Estos resultados concuerdan con los reportados por Ozamin, et al (2020) que señalan que las personas entre los 18 y 25 años presentaron mayores niveles de estrés en la primera etapa del confinamiento, argumentando que los jóvenes presentan mayor influencia de estrés en este contexto, debido a que, la mayoría se encontraba en un proceso de adaptación a la academia virtual.

Otro estudio que concuerda con este resultado es el de Cassaretto, et al, (2003) quienes realizaron una investigación con 123 estudiantes de psicología y encontraron que, a mayor edad, mayores niveles de estrés, los cuales tienden a elevarse una vez se evalúen problemas relacionados con el futuro. En la escala de estrés percibido el 48, 2% de la población puntuó con un nivel moderado de estrés durante el último mes, esto puede estar relacionado a que al inicio de semestre los estudiantes por lo general no se encuentran sobrecargados, adicionalmente, se generó una reapertura económica, la cual permitió volver a una “nueva normalidad”, disminuyendo así los niveles de estrés en los estudiantes.

Durante el estado de confinamiento se han planteado múltiples estudios e investigaciones que enmarcan cómo diferentes esferas del desarrollo individual y social se ven afectadas, reflejando, así la relación de las afectaciones tanto físicas como psicológicas. Entre ellas se pueden evidenciar la pérdida de rutinas diarias, el aumento de los niveles de riesgo

psicológico, el contacto social y hábitos de vida poco saludables o sedentarios. (Wang, Pan et al., 2020).

En cuanto a las condiciones que acompañan el confinamiento por la pandemia, pueden surgir distintos focos de malestar, que dan como resultado los altos niveles de estrés, ansiedad, etc.

Wang, Zhang, et al., (2020) plantean que el aburrimiento, el desconocimiento de la situación actual y la incapacidad de sostener las necesidades básicas, son focos en el aumento de problemas psicológicos, debido que el encierro aumenta las probabilidades de afectaciones en términos de estrés agudo y disminuye la capacidad de respuestas positivas. Se evidencia que el género influye en la capacidad de afrontamiento, reflejando que en el género femenino aumentan los riesgos en cuanto a la capacidad de respuesta.

En cierta medida, las consecuencias producidas por la pandemia a corto, mediano y largo plazo son variadas. Las implicaciones físicas y psicológicas, evidencian la necesidad de evaluarlas de manera más detallada y puntual, sin embargo, es posible tener una distinción entre el tipo de afectaciones, ya sea de tipo específico o inespecífico (Espada et al., 2020).

Ahora bien, un tema de interés son las constantes variaciones en cuanto a la información producida durante la pandemia, ya que actualmente se cuenta con estudios de modelos de acción e implementación de los recursos disponibles que son fundamentales para un mejoramiento tanto en la capacidad de respuesta en las áreas de estudio del Covid-19 como de sus afectaciones. Zhang, et al. (2020) plantean modelos de intervención de crisis desde la virtualidad, que se adecuen a las necesidades más inmediatas, así como a mantener estados de autocuidado y de salud.

Se deberá entonces seguir en la línea de investigación, que permita aumentar los niveles de conocimiento en cuanto a los efectos que hay y que habrá frente a la salud pública durante y después de la pandemia, debido que la información aun es limitada y no abarca a profundidad cada consecuencia psicológica y física de manera generalizada.

Conclusión

El impacto de la pandemia por Covid-19 en 112 estudiantes de psicología del politécnico Grancolombiano sede Medellín, se vio marcado por la presencia de altos niveles de estrés, dejando en evidencia que, tras el paso por una pandemia el estudiante experimenta cambios a nivel físico, psicológico y comportamental, que a corto y largo plazo terminan afectando la forma en cómo vive y experimenta la vida universitaria, social y familiar.

En función de los resultados obtenidos y teniendo en cuenta que en el politécnico Grancolombiano se llevan a cabo procesos de acompañamiento a los estudiantes, la presente investigación muestra la necesidad de la creación e implementación de un programa específico de bienestar universitario, que permita realizar acompañamientos en situaciones de crisis y en la adaptación a la educación virtual.

Referencias

- Balluerka, N., Gómez, J., Hidalgo, D., Gorostiaga, A., Espada, J. P., Padilla, J. L., & Santed, . Miguel Ángel. (2020). Las consecuencias psicológicas de la COVID 19 y econfinamiento. *Servicio de Publicaciones de La Universidad Del País Vasco*, 1–210.
https://www.ub.edu/web/ub/ca/menu_eines/noticies/docs/Consecuencias_psicologicas_COVID-19.pdf
- Brooks, S., Webster, R., Smith, L., Woodland, L., Wessely, S., & Greenberg, N. (2020). El impacto psicológico de la cuarentena y cómo reducirla: revisión rápida de la evidencia - Aislamiento Social. *The Lancet*, 395(10227), 912–920.
- Cabanach, R., Fariña, F., Freire, C., González, P., & Ferradás, M. (2013). Diferencias en el afrontamiento del estrés en estudiantes universitarios hombres y mujeres. *European Journal of Education and Psychology*, 6(1), 19-32.
<https://formacionasunivep.com/ejep/index.php/journal/article/view/89/114>
- Cahill, C. R. (2020). Cinco retos psicológicos de la crisis del COVID-19. *Of Negative & No Positive Results*, 5(6), 1,2. <https://doi.org/10.19230/jonnpr.3662>
- Cassaretto, M., Chau, C., Oblitas, H., & Valdez, N. (2003). Estrés y afrontamiento en estudiantes de psicología. *Revista de Psicología de la PUCP*.
- Conducta, N. D. E., En, D. E. R., & Del, A. (2017). *Universidad Científica del Perú*.
- Cuevas, M., & Ramos, T. (2012). Análisis crítico de tres perspectivas psicológicas de estrés en el trabajo. *Revistas científicas Argentina*, 19, 87-102.
<https://www.unse.edu.ar/trabajosociedad/19%20CUEVAS%20TORRES%20Estres%20en%20el%20trabajo.pdf>

Cricun, M. S. (1981). Aspectos Psicológicos Del Dolor. In *Revista Neurológica Argentina* (Vol. 7, Issue 1).

Chrousos & Gold. (1992). The Concepts of Stress and Stress System Disorders. *Journal American Medical Association*, 1244-1252.

Chumpitaz, A. R. (2020). Habilidades sociales en la disminución de la violencia escolar de estudiantes de. *Repositorio Universidad Cesar Vallejo*.

Daneri, M. F. (2012). Psicobiología del Estrés. *Universidad de Buenos Aires*.

Espada, J. P., Orgilés, M., Piqueras, J. A. y Morales, A. (2020). Buenas prácticas en la atención psicológica infanto juvenil ante la COVID-19. *Clínica y Salud. Avance online*.
doi:10.5093/clysa2020a14

El Comercio. (2020). Coronavirus Perú: Colegio de Enfermeros del Perú pide que se amplíe el estado de emergencia hasta fines de mayo. *Rev Peru Med Exp Salud Publica*, 37(2), 1-8.
<https://doi.org/https://doi.org/10.17843/rpmesp.2020.372.5419>

Fernández Martínez, M. E. (2009 de 2009). Estrés percibido, estrategias de afrontamiento y sentido. *UNIVERSIDAD DE LEÓN*. Obtenido de Buleria Unileon.

Folkman & Lazarus, R. G. (1986). Appraisal, coping, health status and psychological symptoms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 571-579.

GÓMEZ, C. A.-C., APARICIO CRUZ, D. P., & MORENO, J. (2007). Descripción de los estilos de afrontamiento en hombres y mujeres ante la. *Psychologia. Avances de la disciplina*, 125-156.

- Gonzales, M., & Landero, R. (2006). SÍNTOMAS PSICOSOMÁTICOS Y TEORÍA TRANSACCIONAL DEL ESTRÉS. *ansiedad y estrés*, 1(12), 45.61.
<https://cutt.ly/MflxUS4>
- Gonzales, M., García, J., & Landero, R. (2011). El papel de la teoría transaccional del estrés en el desarrollo de la fibromialgia: un modelo de ecuaciones estructurales. *Actas Esp Psiquiatr*, 2(39), 81-87. <https://cutt.ly/Dflvq4j>
- González-Jaimes, N. L., Tejada-Alcántara, A. A., Espinosa-Méndez, C. M., & Ontiveros-Hernández, Z. O. (2020). Impacto psicológico en estudiantes universitarios mexicanos por confinamiento durante la pandemia por Covid-19. *Preprint*, 644(1), 17.
<https://doi.org/10.1590/SCIELOPREPRINTS.756>
- IESALC, & UNESCO. (2020). COVID-19 y educación superior : De los efectos inmediatos al día después Análisis de impactos , respuestas políticas y recomendaciones. *Unesco, educacion superior*, 6, 9,12, 13. <http://www.iesalc.unesco.org/wp-content/uploads/2020/04/COVID-19-060420-ES-2.pdf>
- Jairo Ramírez-Ortiz Carmen Lerma-Córdoba, Francisco Yela-Ceballos, Franklin Escobar-Córdoba., D. C.-Q. (2003). Consequences of the Covid-19 Pandemic in Mental. *Salud Mental*, 57(1), 1–21. <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/303>
- Lozano A. (2020). *Impacto de la epidemia del Coronavirus (COVID-19) en la salud mental del personal de salud y en la población general de China. Revista de Neuro-Psiquiatria [revista en Internet] 2020 [acceso 10 de junio de 2020]; 83(1): 51-56. 83(1), 51–56.*
<https://doi.org/10.20453/rnp.v83i1.3687>
- Martínez-Otero Pérez, V. (2014). Ansiedad en estudiantes universitarios: estudio de una muestra de alumnos de la Facultad de Educación. *Ensayos: Revista de La Facultad de Educación de*

Albacete, 29(2), 63–78. <https://doi.org/10.18239/ensayos.v29i2.384>

McEwen, B. S. (2000). The neurobiology of stress: from serendipity to clinical. *Brain Research*, 172-189.

Moscoso, M. S. (2000). Estructura factorial del inventario multicultural latinoamericano de la expresión de la cólera y la. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 321-343.

OMS, & OPS. (2020). Smaps-Coronavirus-Es-Final-17-Mar-20. *12 De Marzo 2020, 2019*, 1–7.

Orte, C., Ballester, B., & Nevot-Caldentey, L. (2020). Family support before the covid-19 in Spain before the covid-19 in Spain. *Universitat de Les Illes Balears*, 1–12.

Ozamiz, N., Dosil, M., Picaza, M., & Idoiaga, N. (2020). Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España. *Cad. Saúde Pública*, 36(4), 1-10.

https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2020000405013

Peñañiel Yangua, D. X. (2012). *Origen y repercusión de las emociones negativas en las relaciones interpersonales en la adultez temprana*.

Rodríguez, A., Zuñiga, P., Contreras, K., Gana, S., & Fortunato, J. (2016). Revisión Teórica de las Estrategias de Afrontamiento (Coping) según el Modelo Transaccional de Estrés y Afrontamiento de Lazarus & Folkman en Pacientes Quirúrgicos Bariátricos, Lumbares y Plásticos. *El dolor*, 66, 14-23.

https://ached.cl/upfiles/revistas/documentos/59ca9b80918b5_Original_02_66.pdf

Rodriguez, M. C. (2018). Nivel de cólera, irritabilidad y agresión de los. *universidad de huánuco*.

Selye, H. (1960). La tensión en la vida. *Buenos Aires: Compañía General Fabril*.

Urzúa, A., Vera-Villaruel, P., Caqueo-Úrizar, A., & Polanco-Carrasco, R. (2020). La psicología en la prevención y manejo del COVID-19. Aportes desde la evidencia inicial [Psychology in the prevention and management of COVID-19 Contributions from the initial evidence]. *Terapia Psicológica*, 38(1), 103–118. <https://teps.cl/index.php/teps/article/view/273/323>

Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S. y Ho, R. C. (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 Coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(5), 1729. doi:10.3390/ijerph17051729

Wang, G., Zhang, Y., Zhao, J., Zhang, J. y Jiang, F. (2020). Mitigate the effects of home confinement on children during the COVID-19 outbreak. *The Lancet*, 395(10228), 945-947. doi:10.1016/S0140-6736(20)30547-X

Zhang, J., Wu, W., Zhao, X., & Zhang, W. (2020). Recommended psychological crisis intervention response to the 2019 novel coronavirus pneumonia outbreak in China: a model of West China Hospital. *Precision Clinical Medicine*, 00, 1–6 doi: 10.1093/pcmedi/pbaa006
Perspective