



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA
Sistema de Universidad Abierta y Educación a Distancia

Manuscrito Recepcional
Programa de Profundización en Educación

“ANÁLISIS DE LA DESERCIÓN ESCOLAR CAUSADO POR
ESTRÉS Y ANSIEDAD DEBIDO A LA PANDEMIA POR COVID-19
EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR”

Reporte de Investigación Empírica Cuantitativa

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

P R E S E N T A:

José Manuel Ramos Martínez

Directora: Dra. Brenda Estela Hernández Lima

Vocal: Lic. Giovanni García Yedra

Secretaria: Lic. Tulia Gertrudis Castro Albarrán



Los Reyes Iztacala Tlalnepantla, Estado de México, a 15 de junio del
2021



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

Contenido

RESUMEN.....	4
INTRODUCCIÓN.....	5
CAPÍTULO I. MARCO TEÓRICO.....	8
1.1 Deserción escolar.....	8
1.1.1. Factores generales para la deserción escolar.....	8
1.1.2 Consecuencias del abandono escolar.....	12
1.2 Estrés.....	14
1.2.1 Factores de riesgo del estrés.....	15
1.2.2 Importancia del estrés como enfermedad.....	17
1.2.3 Tipos de estrés.....	18
1.2.4. El estrés en el sector académico.....	19
1.2.5. Afrontamiento del estrés.....	21
1.3 Ansiedad.....	22
1.3.1 Síntomas de la ansiedad.....	23
1.3.2. Tipos de ansiedad.....	24
1.3.3. Causas comunes de la ansiedad.....	25
1.3.4 La ansiedad en el sector académico.....	26
1.3.5. Diferencias entre el estrés y la ansiedad.....	27
1.4 Pandemia y confinamiento social por el COVID- 19.....	28
1.4.1. Definición del Covid-19 y sus síntomas.....	30
1.4.2. Factores de riesgo.....	31
1.4.3. El impacto del Covid-19 en otros aspectos de la salud.....	2
1.4.4. La deserción escolar en tiempos de Covid-19.....	3
CAPÍTULO II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA Y OBJETIVOS.....	6
2.1. Descripción del problema.....	6
2.3. Justificación.....	8
2.4 Objetivos de investigación.....	9
CAPÍTULO III. METODOLOGÍA.....	10
3.1. Participantes.....	11
3.2 Escenario.....	11
3.3 Selección de la muestra.....	11
3.4 Criterios de inclusión y exclusión:.....	11
3.5 Tipo de investigación:.....	12
3.6 Descripción de variables del estudio.....	12
3.7 Instrumentos de evaluación.....	13

3.8 Procedimiento de la investigación	16
CAPÍTULO IV. RESULTADOS.....	18
4.1 Análisis de la Ansiedad en la población	18
4.2 Análisis del Estrés Académico.....	2
4.3 Análisis sobre la Percepción de Riesgo de Deserción Escolar causado por Estrés y Ansiedad	5
4.3.1 Análisis del área de salud	6
4.3.2 Análisis de las creencias e ideologías	6
4.3.3 Análisis sobre Percepción de Riesgos	7
4.3.4 Análisis sobre el estilo y calidad de vida	8
4.4.5 Análisis sobre Carga actividades	9
4.4.7 Análisis sobre Ambiente socio-económico	11
4.4.9 Análisis sobre falta de habilidad en el manejo de recursos tecnológicos.....	13
4.4.10 Análisis sobre Falta de habilidad en el manejo de recursos tecnológicos.....	14
CAPÍTULO V. DISCUSIÓN.....	16
REFERENCIAS	21

RESUMEN

La presente investigación descriptiva de tipo transversal tuvo como objetivo medir el riesgo que tienen los alumnos de desertar de su actual situación escolar a partir de posibles factores como el estrés y la ansiedad que pudieran ser consecuencia de la pandemia provocada por el virus del COVID-19, esta pandemia trajo consigo muchos problemas a la sociedad, desde las empresas que tuvieron que pausar sus actividades hasta instituciones educativas que igual manera dejaron de ocupar sus respectivos espacios optando por la modalidad a distancia el cual fue una nueva modalidad de aprendizaje al que la gran mayoría de los alumnos de las escuelas no estaba acostumbrado, por lo cual, podría esperarse que los padecimientos mencionados son relativamente fácil que aparezcan, a partir de este problema percibido se tuvo como objetivo medir el riesgo de deserción que tienen los alumnos como consecuencia de padecer dichos trastornos, para ello se aplicó la escala SISCO de estrés escolar, la escala HAMILTON HARS para medir la ansiedad así como una prueba piloto valida solo para esta investigación para medir el riesgo de abandono escolar a un total de 32 alumnos de educación media superior de los cuales solo el 41% padecía de una ansiedad leve, 38% padecía un estrés moderado el 53% mostraba de un riesgo leve de abandonar sus estudios, por lo que podría concluirse que dichos padecimientos no están ligados directamente con las intenciones de los alumnos por desertar pero la investigación puede tomarse como punto de apoyo para otras para hacerlo a una escala mucho mayor o incluso encontrar soluciones a otros problemas que se pudieran encontrar a partir de los aquí presentados.

Palabras clave: Estrés, ansiedad, deserción escolar, pandemia, COVID-19.

INTRODUCCIÓN

La deserción escolar es un fenómeno social que puede tener un origen en diversos factores, ya sea que afecten al estudiante de manera interna como el hecho de que este decida abandonar sus estudios ya sea por voluntad propia o por diversos problemas que le afectan a su salud que puede ser de manera física y/o mental o bien, que uno esté afectando al otro, encontrar el origen de la deserción escolar es de bastante utilidad e importancia pues con este podría encontrarse solución a este problema o por lo menos, se tratarían de mitigar sus efectos, es por ello, que con base a esta investigación se tratara de medir el impacto del estrés y la ansiedad como posibles causantes de la deserción escolar, pues es común que la gente padezca los síntomas de estos trastornos ya sea de manera leve o bastante severa dependiendo del ambiente donde se desarrolle la persona, sin embargo, debido a la pandemia de COVID-19 en el mundo, puso en graves aprietos a múltiples sectores de la población humana haciendo que estos se detuvieran de manera casi espontanea, nadie esperaba que ocurriera dicha situación, lo que trajo consecuencias socioeconómicas y problemas de índole psicológica, que a continuación se abordará.

Para el presente estudio, se considera que el confinamiento por la pandemia, puede ser una de las posibles causas para que los alumnos padezcan estrés y ansiedad, a esta circunstancia se le suman múltiples factores como el hecho de tener que tomar una mayor cantidad de medidas de prevención para evitar poner en riesgo la salud personal y la de familiares.

Para comprender el tema abordado y la metodología elegida se irá desglosando en los siguientes capítulos, en primera instancia se proporcionará información aportada por parte de algunos autores, que nos ayudarán a definir de mejor manera los conceptos básicos para entender el problema que se quiere analizar.

El propósito central de la presente investigación fue medir el riesgo de deserción escolar con base a niveles de estrés y ansiedad producto del cambio de modalidad

de escolarizado a en línea debido a la pandemia de COVID-19 en estudiantes de educación media superior

En el capítulo metodológico se explicará el diseño implementado a nivel descriptivo, empírico cuantitativo con temporalidad transversal.

En el capítulo de resultados se encontró que el del 41% de los participantes padece en una medida bastante leve lo que es la ansiedad en general mientras el 34% percibe un estrés moderado, le sigue el 13% que muestra un alto grado de ansiedad sin embargo el 12% muestra percibir un grado muy profundo de ansiedad, del lado del estrés escolar se encontró que 34% de los participantes obtuvo un nivel de estrés leve mientras que el 38% que es el porcentaje mayor muestra que cuentan con un nivel de estrés moderado y finalmente en la categoría más baja con un 24% observamos que cuentan con un nivel de estrés bastante alto. Finalmente, en cuanto a la prueba piloto de Escala de Percepción de Riesgo de Deserción Escolar causado por Estrés y Ansiedad se encontró que 44% de los estudiantes corre un riesgo o interés nulo por decidir desertar mientras el 53% de estos cuenta con un nivel bajo y apenas el 3% de estos muestran un nivel moderado.

A partir de los resultados obtenidos en el estudio, parte de las conclusiones a las que se pudo llegar implican que la hipótesis nula es correcta, pues aparentemente y a pesar de la situación provocada a raíz de la pandemia por COVID-19, los alumnos participantes de la investigación no consideran la idea de abandonar sus estudios ya que padecimientos como estrés y ansiedad no son lo suficientemente significativos para considerarlos como factores que incidan sobre el abandono escolar, pese a esto y aunque los resultados obtenidos no eran los esperados esto no quiere decir que ocurra lo mismo en todos los casos ya que a pesar de que los datos mostrados sobre altos índices de estrés y ansiedad y solo un pequeño porcentaje moderado de riesgo de deserción sean mínimos esto no quiere decir que se les debe de restar importancia pues pareciera que los alumnos han implementado estrategias de afrontamiento que les ayuden a superar aquellos episodios donde manifiestan padecer de síntomas de estos padecimientos adaptándose de buena manera ante la situación no obstante es necesario que de parte de autoridades correspondientes implementen en las áreas de educación y salud nuevas estrategias que eviten el riesgo de abandono escolar al igual que sus posibles orígenes los cuales para este

caso se usó como posibles causas dichos trastornos psicológicos aun así las causas para que estos mismos se den pueden ser diversos y ayudar a encontrar solución a sus padecimientos puede evitar que a largo plazo exista una escases de profesionistas o individuos con educación trunca que a su vez traten de mejorar la calidad de vida de la población en general.

CAPÍTULO I. MARCO TEÓRICO

En el área escolar uno de los problemas más comunes, pero también de los más graves es el abandono escolar ya que esto implica individuos que se niegan ya sea por su voluntad o por que se ven obligados a ello a continuar con su formación académica que podría desembocar en una escasez de profesionista a largo plazo.

1.1 Deserción escolar

La deserción se ha convertido en un tema cada vez más recurrente dentro del ámbito escolar puesto que de por sí era un problema que las mismas instituciones educativas han intentado encontrar sus causas al igual que una solución a estos y que la misma sociedad en general llega a verse afectada ya que este fenómeno puede llegar a provocar la escasez de profesionistas o personas capacitadas a largo plazo y es que, de acuerdo con cifras del INEGI en 2015 en México “en un grupo entre los 6 y 11 años de edad, se estima que 98 de cada 100 niños asisten a la escuela, sin embargo, en el grupo de 12 a 17 años el indicador incrementa a inasistencia” (Posos, 2018, párrafo 1).

De acuerdo con la Secretaría de Educación Pública (SEP) en 2004 se define a la deserción escolar como: “El abandono de las actividades escolares antes de terminar algún grado o nivel educativo”(párrafo 2).

1.1.1. Factores generales para la deserción escolar

Existen algunos factores o elementos dentro del ambiente del estudiante que lo afecta directamente y que lo orilla a tomar la decisión de no continuar con su formación escolarizada, entre los que encontramos:

Factores escolares

Este factor tiene que ver más con el aspecto de la falta de interés y es que elementos como las malas calificaciones, reprobación de materias y la poca participación del estudiante en las clases propician a que el estudiante genere ideas en las que no tiene objetivo continuar con sus estudios al no obtener resultados fructíferos que le demuestren lo contrario (Chávez, 1996; citado por Larraga y Rodríguez, 2017).

Factores económicos

De acuerdo con Chavez (1996), citado por Larraga y Rodriguez (2017) la mayoría de estudiantes que llegan a desertar provienen de familias con pocos recursos económicos que no le permiten al individuo financiar sus gastos propios en la educación como son: uniformes, útiles escolares, comidas, transportes, etc.

Por tomar un ejemplo y de acuerdo con Cruz (2019):

...en México 49.7 por ciento de alumnos de educación media superior han dejado inconclusa su vida académica; el factor principal para abandonar los estudios es la falta de recursos económicos para comprar útiles escolares, pagar pasajes, libros, o para un gasto mínimo de alimentación (párrafo 1).

Podemos tomar un ejemplo una familia promedio, en México gasta alrededor de 4 mil pesos por trimestre en estudiantes desde 6 a 11 años (Posos, 2018), por lo que muchos de ellos optan por desertar.

Otros factores que también llegan a influir en el abandono de los estudiantes a las instituciones educativas o continuar con sus estudios se encuentran factores de tipo familiar o personal que incluyen embarazo a edad temprana, unión libre, problemas entre la familia que afectan psicológica y emocionalmente al alumno ya que según Espinoza (2014) “los niños y niñas que crecen con ambos padres son más exitosos en la escuela y son menos propensos al abandono escolar que quienes viven en familias monoparentales y en familias reconstituidas” (párr.12).

Un factor también a tomar en cuenta es el apoyo que la misma familia le brinda al estudiante ya que la falta de motivación también llega a traducirse como la

disminución del rendimiento lo que también puede incentivar al abandono escolar (PREAL, 2003).

Por otra parte en cuanto al aspecto social el cual comparte cierto parecido con el factor económico ya que en ambos casos se manifiesta la carencia de recursos, la lejanía con centros educativos al igual de estar ubicado en una zona de alta inseguridad, en palabras de María Eugenia Gómez Cárdenas directora del Colegio de Bachilleres plantel 04 de Cuautla durante el ciclo escolar 2018-2019 registró un aproximado del 22% en el abandono escolar

...el abandono escolar tiene que ver varios factores, uno es por situación externa a la escuela, como es cambio de domicilio porque los extorsionan, porque ven peligro en las calles, que porque prefieren los de la tarde pasar al turno matutino y otra causa fuerte es por reprobación, por lo que los jóvenes creen que vienen a una escuela donde hay mucho relajo y no ponen el interés y reprueban (Espinoza, 2019, párrafo 3)

A esto se le suma el hecho de que la discriminación también es un aspecto que en ocasiones obstaculiza al alumno de continuar con su aprendizaje (Heredia, 2020) por lo que es necesario que los mismos estudiantes junto con sus padres y tutores tomen en cuenta estos factores para evitar que los mismos alumnos aumente su posibilidad de abandono escolar ya sea por decisión propia y voluntaria o para factores externos como los anteriormente mencionados.

Como ya se había mencionado el abandono escolar suele tener cierto grado de consecuencias y estas se ven manifestadas en diversos aspectos y los cuales dependiendo de la causa de la deserción es como se ve afectada la persona. retomando lo anterior al momento de decidir no continuar con los estudios el alumno como tal encuentra nuevas dificultades y retos los cuales comúnmente podría entenderse como responsabilidades de adultos y es que ahora el alumno deberá conseguir un empleo que independientemente si este se desempeña aplicando sus conocimientos adquiridos mediante su corto tiempo de aprendizaje, deberá proporcionarle la mayor cantidad de salario que la persona considere suficiente para cubrir las necesidades de su sustento, esto sin contar si es que alguien más que

podría ser de su familia o no pero que si podría depender de la misma persona (Ruiz, et al., 2014).

Por otra parte también llega a ocurrir el caso en el que él o la estudiante decida desertar debido a que junto con su pareja tuvo un embarazo prematuro durante su noviazgo, para estas situaciones por lo general son las estudiantes de sexo femenino las que mayormente se ven afectadas pues debido a su contexto, estas pasan a convertirse en madre soltera que tiene un grado de escolaridad muy bajo que se ve mayormente impactado dependiendo el nivel escolar del que hayan desertado el cual le impidiera conseguir un empleo u ocupación que como se mencionó anteriormente le ayudará a cubrir las necesidades básicas, a esto se le suma el hecho que muchas de las veces la pareja de las estudiantes se niega a continuar con la relación por lo que es muy común observar un abandono por parte de estos tratando de evitar las responsabilidades paternas lo que coloca a la madre del niño en una situación por mucho más complicada (Burrows, Rosales, Alayo y Muzzo, 1994). Esto trae consigo aún más problemas para la mujer y es que si nos vamos en aspectos más a futuro esto puede ocasionar que esta decida casarse prematuramente lo que también puede conllevar a casos de violencia intrafamiliar.

Sin embargo, otro de los factores que muchas veces no se toma en cuenta cuando se trata de evitar el abandono escolar es en el apartado pedagógico ya que las mismas dificultades que el estudiante llega a presentar como parte de su rezago escolar donde encontramos dificultades para entender los temas dentro de la planeación curricular, dificultad para interactuar con sus compañeros y maestros lo que conlleva a otros posibles problemas como acoso escolar y discriminación dentro del aula, aunque retomando en el aspecto educativo también pueden encontrarse consecuencias como rezago escolar causado por la reprobación de materias, repetición de años escolares lo que también puede ser propiciado por la falta de motivación por sus compañeros, profesores y sus mismos padres o tutores al no entender el grado de la situación por la que pasa el mismo estudiante.

1.1.2 Consecuencias del abandono escolar

Al igual que el hecho de que un alumno decida ya no seguir con sus estudios implican diversos factores para que se dé, es importante comprender que sus consecuencias también se ven reflejadas en diversos ámbitos de su vida.

El abandono escolar es un tema que debe ser atendido de manera inmediata pues como se había mencionado muchas de las veces la mayoría de la población suele ignorar e inclusive llegan a generar cierto grado de repudio para aquellos jóvenes alumnos que por uno u otro motivo dejaron estancado su aprendizaje en un bajo nivel educativo y es que socialmente hablando a estos es muy común que se les suelen colocar etiquetas de “vagos”, “holgazanes”, “irresponsables” o también como popularmente se les suele conocer como “NI-NIs”, dichas etiquetas se les suele asignar las mismas personas dentro de su comunidad o gente que se encuentra con ellos de manera frecuente lo cual de acuerdo con la CEPAL en 2002 citado por Ruiz, et al.(2014) al ser rechazados por la sociedad los alumnos quedan expuestos a factores no deseados como la mayor probabilidad de padecer de alguna adicción a las drogas, alcohol o demás sustancias así como quedar expuestos a ser víctimas de la delincuencia, en cuanto al contexto familiar estos también pueden llegar encontrarse con cierto rechazo debido a que es bastante común que los amigos y familiares de estos tengan una completa idea o esperanza que estos alcancen un alto grado de estudios los cuales les ayuden a conseguir un empleo que les permita obtener un salario elevado o digno de acuerdo a su trayecto recorrido, sin embargo cuando ocurren acontecimientos como los mencionados que obligan a los alumnos a desertar son los mismos familiares quienes deciden dejar de apoyar a los estudiantes e incluso llegan a repudiarlos por la toma de decisión.

Si bien, no siempre es el mismo caso para todos los estudiantes que desertan y ocurren casos donde al contrario la familia decide apoyar con todos los recursos posibles al mismo estudiante en esta nueva etapa de la vida de los jóvenes, sí es bastante probable que les genere un sentimiento de frustración ya que si bien ya no podrían tener la sensación de carga de volver a ocupar sus conocimientos previos y aprovecharlos en nuevos grados académicos si tendrán que usar la información que hayan obtenido durante su periodo de aprendizaje en situaciones de la vida cotidiana lo que combinado con la falta de experiencia o el desconocimiento tal de la

idea de dónde usar su conocimiento muy probablemente los colocará en situaciones no deseadas donde no podrán ofrecer ayuda lo que forzosamente los obligará a acudir con profesionistas (Ruiz, et al., 2014).

Otro aspecto que con el que tiene cierto grado de similitud es el económico pues como se había mencionado la falta de un certificado de estudios o algún documento que pueda avalar su formación le cierra las puertas en cuanto a oportunidades laborales se refiere, de acuerdo con la OCDE en 2007 citado por Ruiz, et al.(2014), aquellas personas que no disponen de este material generalmente son aquellos quienes perciben un ingreso económico bastante bajo o incluso propicia o aumenta las posibilidades de obtener un empleo formal que le permita acceder a un salario más elevado lo que genera que en una familia donde existen desertores escolares vivan en condiciones precarias lo que a su vez hace que sus hijos tampoco puedan acceder a recursos que le permitan continuar con sus estudios, como podemos ver esto desemboca en un círculo de pobreza que se hace difícil de romper.

Es por esto que se tiene que encontrar soluciones que a largo plazo eviten o disminuyan el riesgo de deserción en los estudiantes invitando y motivándolos a continuar con sus estudios así como hacerles entender de los riesgos y dificultades con las que se encontrarán dentro de su vida en múltiples aspectos como familiar, personal, social al igual que en lo laboral y económico de no hacerlo, esto se puede evitar haciendo que los mismos profesores brinden un apoyo total a los estudiantes tratando de ayudar a solucionar problemas que los estudiantes lleguen a encontrar dentro del aula o en instituciones educativas, los padres o tutores también juegan un papel importante y es que también deben de estar conscientes de las consecuencias que conlleva que el alumno decida no continuar más debido a que muchas de las veces ni siquiera ellos mismos suelen tener algún plan especial en caso de presentarse una situación como esta.

Un ambiente digno que les brinde a los estudiantes comodidad y seguridad tanto en su salud física como en aspectos sociales también ayudará a disminuir el riesgo de abandono escolar.

1.2 Estrés

Se trata de una condición que afecta al individuo de manera psicológica, sin embargo, este puede causar algún efecto en la fisionomía de la persona y puede llegar a ser causado por algún elemento dentro del ambiente de la persona que desde su perspectiva puede provocarle algún daño o demanda de su atención.

Continuando con los factores que propician el aumento de riesgo de la deserción escolar en el aspecto de la salud encontramos el padecimiento relacionados con el estrés, de acuerdo con Trucco en 2002 el estrés se define como:

El conjunto de procesos y respuestas neuroendocrinas, inmunológicas, emocionales y conductuales ante situaciones que significan una demanda de adaptación mayor que lo habitual para el organismo, y/o son percibidas por el individuo como amenaza o peligro, ya sea para su integridad biológica o psicológica (Párrafo 9).

Generalmente para la aparición del estrés en una persona se necesita de un ambiente que esté fuera del rango que normalmente experimenta una persona dentro de su vida cotidiana, a esto se le conoce como entorno estresante, a esto lo acompaña los cambios que trae y se ven reflejados sobre la persona que padece del estrés ya sean morfológicos, fisiológicos o comportamentales (Hallgrímsson & Hall, 2005).

A grandes rasgos y dependiendo del nivel de estrés que se maneje, así como la frecuencia de su aparición su estrategia de afrontamiento puede ir desde la tolerancia y evitación de factores que generan el estrés en los individuos hasta la aparición de nuevos rasgos e incluso a niveles extremos puede causar daños muy severos en la salud de la población que puede llevar a la finalización de esta.

De acuerdo con las investigaciones realizadas por Hans Selye en 1930 (fisiólogo y médico canadiense) añadió dos nuevas ideas para su tiempo al concepto:

- El cuerpo tiene un grupo de respuestas (que él llamó síndrome general de adaptación, lo que ahora llamamos respuesta al estrés) para afrontar el estresor.

- Si el estresor se prolonga por mucho tiempo puede hacer que nos enfermemos (citado en Daneri, 2012, p.6)

Como podemos observar estas ideas tienen que ver con la cantidad de tiempo con la que se presenta el estrés en el individuo que nos guía por la idea de que a mayor cantidad de tiempo presente dentro de un ambiente estresor mayor es el aumento de padecer de alguna enfermedad relacionada con el estrés provocado por las respuestas y la manifestación de esta para exteriorizar la reacción y el afrontamiento al entorno.

Selye también añadió tres fases en las que se presenta el estrés las cuales muestra de la siguiente forma:

- a) Fase inicial (alarma): cuando se detecta la presencia del estresor.*
- b) Segunda fase (adaptación o resistencia): cuando se moviliza el sistema de respuesta volviendo al equilibrio*
- c) Tercera fase (agotamiento): si el estresor se prolonga en el tiempo, se entra en esta última fase, donde surgen las alteraciones relacionadas con el estrés crónico (citado en Daneri, 2012, p.5).*

1.2.1 Factores de riesgo del estrés

Para poder encontrar solución al problema del estrés es necesario entender que existen diferentes tipos de factores que propician su aparición los cuales tienen diferente origen y de acuerdo con personal de Mayo Clinic en 2019 pueden clasificarse de la siguiente manera:

Factores externos

Son aquellos eventos o sucesos que ocurren dentro del ambiente de la persona como:

- Cambios importantes en la vida: como pueden ser positivo como el inicio de un matrimonio, un embarazo planificado o negativo, como un divorcio o la muerte de un familiar cercano.

- El entorno: es decir eventos que ocurren dentro del ambiente como pueden ser la reacción a ruidos fuertes como ladridos perros o ante una habitación iluminada por el sol o muy oscura.
- Eventos imprevistos: es decir fenómenos imprevistos por el individuo como el aumento de la renta del hogar o la disminución del sueldo.
- Lugar de trabajo: en el área laboral varios son los factores que pueden llegar a afectar a la persona como la carga de trabajo, plazos de entrega urgente o la presión por parte de alguien superior.
- Cambios sociales: en cuanto a factores del ambiente social se encuentran la forma en que el individuo se relaciona con sus familiares y conocidos lo que incluye peleas con ellos o falta de interacción con estos, también se incluyen situaciones donde la persona tiene que interactuar con gente nueva o desconocida.

Factores internos

Retomando lo mencionado por el personal de Mayo Clinic en 2019, no todos los casos de estrés son originados por factores ambientales sino también pueden ser auto inducido por medio de ideas o emociones que generan el malestar en la persona, algunos ejemplos pueden ser:

- Miedo: este puede ser provocado por alguna situación donde este reciba gran cantidad de atención es decir lo que se conoce comúnmente como pánico escénico, así como a situaciones donde el individuo tenga la sensación de presentimiento de fracaso para alguna actividad.
- Incertidumbre y falta de control: ocurre en situaciones donde la persona tiene la sensación de preocupación al pensar de no poder hacer absolutamente nada ante alguna situación o un evento próximo a suceder como puede ser en el resultado de una prueba médica.
- Creencias: estas son actitudes, opiniones o expectativas productos de experiencias que predeterminan las acciones de una persona ante una situación próxima a suceder y que afecta a la persona.

1.2.2 Importancia del estrés como enfermedad

El estrés también debe considerarse por la población en general como un grave problema de salud pública ya que hace estragos en múltiples ámbitos de la condición física y mental de las personas que como podemos ver, depende de cómo la persona afronte la situación, sin embargo, el estrés suele manifestarse de diferentes maneras lo cual es algo a destacar, muchas de las veces las personas no suelen darse cuenta de la situación, es decir, no prestan atención cuando algún fenómeno o anomalía aparece dentro de su fisionomía los esté afectando de manera negativa, de forma frecuente las personas suelen atribuir lo que pasa con ellos mismos a síntomas causados por otras enfermedades o como el presentimiento de una alta posibilidad de padecer una, por lo general, incluso cuando la gente atribuye sus padecimientos a algún tipo de enfermedad lo hacen a una que no fuera tan grave o que sea relativamente fácil de tratar aunque claro que esto suele variar dependiendo de su ambiente socio-económico y demográfico y también a la educación que estos hayan alcanzado o el conocimiento que estos poseen sobre padecimientos de tipo médico o inclusive información clínica aunque esta sea muy escasa.

Es por ello que es importante y necesario que se tome en cuenta al estrés y se le dé la misma importancia que se le da a otras enfermedades que si bien no parece grave desde un inicio, si no se le da el tiempo suficiente y no se le atiende en ningún aspecto puede desembocar en otros padecimientos aún mucho más grave por lo que su temprana detección puede ayudar a controlarlos, en la siguiente tabla 1, observamos lo que son los efectos más comunes del estrés sobre las personas:

Tabla 1. Efectos comunes del estrés

<i>En tu cuerpo</i>	<i>En tu estado de ánimo</i>	<i>En tu comportamiento</i>
<i>Dolor de cabeza</i>	<i>ansiedad</i>	<i>Consumo de comida en exceso o por debajo de lo normal</i>
<i>Tensión o dolor muscular</i>	<i>Inquietud</i>	<i>Arrebatos de ira</i>
<i>Dolor en el pecho</i>	<i>Falta de motivación o enfoque</i>	<i>Drogadicción o alcoholismo</i>
<i>Fatiga</i>	<i>Sentirse abrumado</i>	<i>Consumo de tabaco</i>

<i>Cambio en el deseo sexual</i>	<i>Irritabilidad o enojo</i>	<i>Aislamiento social</i>
<i>Malestar estomacal</i>	<i>Tristeza o depresión</i>	<i>Práctica de ejercicio con menos frecuencia</i>
<i>Problemas de sueño</i>		

Tabla recuperada de Mayo Clinic Family Health Book (Libro de Salud Familiar de Mayo Clinic) 5ª edición (2019, párrafo 3).

1.2.3 Tipos de estrés

El estrés no siempre se trata de un estado dañino para la salud ya que en ciertos casos puede incluso tener cierto beneficio para la persona que lo padece debido a que después de que un individuo supera una actividad o evento que le cause cierto grado de dificultad se le conoce como eustres o estrés positivo, este tipo de estrés generalmente se nota más frecuentemente en deportistas.

Sin embargo, cuando es notorio que el individuo se ve afectado de manera negativa y poco adaptativa se denomina distrés o estrés negativo, este tipo de estrés es el más común de encontrar y es el que llega a la mente cuando se habla de estrés, su tiempo de duración se ve intensificada y entre los aspectos que se ven más afectados dentro de la vida de la persona se encuentran la salud, el desempeño académico o profesional e incluso en las relaciones personales.

Otro tipo de clasificación son los que se categorizan por su tiempo de duración y estos son:

- Estrés agudo: es el estrés más común entre las personas y surge a partir de las exigencias del ambiente dentro de un pasado reciente y anticipando a situaciones de un futuro próximo.
- Estrés agudo episódico: de acuerdo con Orlandini (1999) citado por Ávila (2014) ocurre cuando la persona afectada padece del estrés agudo de manera muy recurrente y de acuerdo con el autor “La gente afectada asume muchas responsabilidades y no puede organizar la cantidad de exigencias ni presiones; por lo tanto reacciona de forma descontrolada, muy emocional, y suele estar irritable, y sentirse incapaz de organizar su vida” (párrafo 8)

- Estrés crónico: se trata del estado de alarma que padece una persona ante situaciones que desde su perspectiva pareciera no tener solución alguna, este tipo de estrés dura periodos largos de tiempo y pueden ser originados por algún trauma sufrido durante la etapa infantil o algún otro de alto impacto, otra de las situaciones que hace tan grave al estrés crónico es que las personas que lo padecen en ocasiones no son conscientes de su situación pues al durar tanto tiempo en este estado las personas llegan a acostumbrarse a tal grado que en algunos casos se niegan a recibir tratamiento pues no quieren abandonar ese estilo de vida al ser el único con el que están familiarizados (Orlandin, 1999; citado por Ávila, 2014).

1.2.4. El estrés en el sector académico

En aspectos más específicos la población estudiantil es decir el sector escolar de los sectores más afectados por este padecimiento pues es inevitable debido al contexto donde están y los cuales llegan a ser afectados sin importar su grado o nivel el cual puede ir desde la educación pre-escolar hasta el nivel superior.

De acuerdo con Barrazca y Acosta en 2007 citados por Jerez y Oyarzo (2015) el estrés escolar es un proceso sistemático de tipo adaptativo de tipo psicológico en esencia que se divide en tres fases:

- a) El alumno se ve sometido en el contexto escolar por una serie de demandas que considera como estresante.
- b) La situación estresante provoca un desequilibrio sistemático en el alumno que se ve manifestado por medio de una serie de síntomas como los anteriormente mencionados que bien podrían funcionar como indicadores de desequilibrio.
- c) Finalmente, el alumno para hacer frente a la situación comienza a realizar acciones de adaptación para restaurar el equilibrio sistemático, a esto se le conoce como estrategias de afrontamiento, cada individuo puede realizar la estrategia que este domine ya sea por descubrimiento fortuito o por aprendizaje para situaciones de emergencia.

Coincidiendo por lo mencionado por Mendoza, et al., (2010) entre los factores más comunes que provocan el estrés en los estudiantes se encuentran el tiempo limitado

que tienen para realizar sus actividades personales además de la gran carga de tareas y trabajos que los profesores demandan además de los resultados de las evaluaciones de estas y el desconocimiento, impotencia e incertidumbre sobre nuevos temas.

Su importancia radica también en su impacto y es que solo para dar una idea y de acuerdo con un estudio realizado en el International Journal of Strategic Management (IJSM) por Misra y Castillo en 2004 alrededor del 25% de los estudiantes universitarios se han visto afectados por el estrés y por lo general quienes aparentan padecer mayormente son los estudiantes de las carreras de áreas de la salud y más en específico en estudiantes que están cursando la carrera de enfermería.

El estrés como tal puede provocar daños no solo a la persona que lo padece sino también a quienes lo rodean e interactúan con ellos ya que son ellos mismos quienes dan cuenta de las consecuencias de sus padecimientos y en algunas ocasiones son ellos quienes están involucradas en sus posibles causas, así como son ellas las que pueden contribuir a intervenir y frenar o ayudar a reducir la mayor cantidad de síntomas posibles tratando de apoyar a la persona en aquellos problemas que lo aquejan.

Lamentablemente muchas ocasiones las personas que rodean a aquel individuo que padece del estrés y los síntomas que lo rodean de manera frecuente deciden abandonar a la persona con dicho padecimiento debido a que así como fungen como testigos de primera mano de la sintomatología de la persona son ellos quienes son los primeros en ser las afectadas por atender los malestares que presenta la persona sin embargo la persona que atiende a aquella con los padecimientos también debe tener en claro algunas ideas para poder obtener la paciencia y dedicación así como la mayor disponibilidad posible para brindar ayuda ya que no todo los casos de estrés que se producen son denominados como malos ya que el estrés es la respuesta que tienen los organismos a situaciones de peligro por lo que además de contribuir a solucionar problemas también pueden ayudar a afrontar algunas situaciones que a algunas personas les será imposible de evitar.

1.2.5. Afrontamiento del estrés

Es necesario que para ayudar a la persona a reducir los daños y el impacto de este mediante estrategias de afrontamiento las cuales de acuerdo con Barrio y Mazo en 2011 citados en Rivas et al. (2014), indican que el afrontamiento consiste en la forma en la que el individuo maneja la situación que el ambiente demanda en relación con las que él considera que generan estrés junto con las emociones que estas generan

Existen distintas técnicas de afrontamiento las cuales dependen de la situación o contexto y con ello podemos observar que tan estables inconsistentes pueden ser Lazarus y Folkman que de igual forma son citados por Rivas et al. en 2014, indican que existen ocho tipos de estrategias de afrontamiento las cuales son: “confrontación, distanciamiento, autocontrol, búsqueda de apoyo social, aceptación de la responsabilidad, escape-evitación, planificación de solución de problemas y reevaluación positiva” (p.164)

Relacionado con lo anterior Puliti (2004) nos comparte que en la actualidad existe una gran cantidad de estrategias que la gente puede realizar para prevenir o mitigar los efectos que se tiene sobre la persona entre las que podemos encontrar algunas como:

- *Planificar actividades priorizando entre ellas*
- *Decidir entre diversas técnicas de estudio*
- *Alimentarse saludablemente en horarios estables*
- *Practicar deportes o actividades recreativas*
- *Dedicar tiempo a pasatiempos y hobbies*
- *Mantener ciclos de sueño estables*
- *Buscar ayuda y compartir con otros*
- *Practicar relajación y respiración profunda*
- *Mantener el sentido del humor*
- *Esforzarse en mantener la calma y tranquilidad (p.10)*

Así como estas podremos encontrar aún más técnicas y estrategias que podemos usar al momento de realizar una intervención cuando se trata de apoyar a una persona o grupo que comparta este padecimientos que como podemos observar

tiene los mismos componentes que cualquier enfermedad que la gente de conocimiento común puede llegar a considerar grave dentro de su alcance de conocimiento y es que al momento de realizar acciones para mejorar la calidad de vida de la persona prácticamente todos los recursos son necesarios y útiles los cuales las personas cercanas pueden aportar ya sea mediante apoyo emocional, colaboración en instrumentos de evaluación, como apoyo informativo brindando consejos, etc (Berrio y Mazo, 2011).

1.3 Ansiedad

Por lo general, este padecimiento llega a ser confundido y asociado con el estrés tomándolos casi como sinónimos, sin embargo, existen factores y aspectos que los diferencian entre sí, al igual que el estrés, este también afecta a los estudiantes en múltiples aspectos los cuales son casi imposibles de evitar.

La ansiedad es una sensación completamente contraria a lo que se obtiene al placer común o emociones relacionadas con este que al igual que el estrés busca que el individuo que lo padece se trate de adaptar a las condiciones que lo rodean y que pueden detectarse como de riesgo, otra de las cosas que también comparte mucho con el estrés es que de igual forma provoca una serie de sintomatología en la persona, es decir signos o rasgos de conducta que ayudarían a identificar a una persona con dicho padecimiento a partir de sus reacciones ante una situación.

Todos hemos tenido momentos de tensión más de una única vez en la vida, sin embargo, una persona que padece de ansiedad lamentablemente llega a sufrir de los síntomas que se relacionan con la ansiedad de manera bastante frecuente, pues durante el día al realizar actividades cotidianas llega a sufrir de episodios muy fuertes de terror y miedo durante un periodo de tiempo bastante prolongado.

La definición de ansiedad según la Guía de práctica clínica, Diagnóstico y Tratamiento de los trastornos de ansiedad en el adulto en 2010: “La ansiedad es un estado emocional displacentero que se acompaña de cambios somáticos y psíquicos, que puede presentarse como una reacción adaptativa, o como síntoma o síndrome que acompaña a diversos padecimientos médicos y psiquiátricos” (p. 8).

1.3.1 Síntomas de la ansiedad

La ansiedad de igual forma puede causar **síntomas fisiológicos**, es decir que pueden presentarse de manera natural en el cuerpo y que de acuerdo con Guía de práctica clínica, Diagnóstico y Tratamiento de los trastornos de ansiedad en el adulto (2010, p.9) estas de igual forma pueden provocar algún tipo de daño debido a que son síntomas bastante similares a otras enfermedades clínicas entre las que podemos encontrar:

- *Aumento de la tensión muscular*
- *Mareos o Sensación de “cabeza vacía”*
- *Sudoración*
- *Arritmia cardíaca*
- *Fluctuaciones de la presión arterial*
- *Palpitaciones*
- *Midriasis*
- *Síncope*
- *Taquicardia*
- *Temblores*
- *Molestias digestivas*
- *Aumento de la frecuencia y urgencia urinarias*
- *Diarrea, etc.*

Así mismo también genera daños a **nivel psicológico** debido a que se ven cambios en el comportamiento y las actividades donde se hace uso de aspectos cognoscitivos, conductuales y afectivos, algunos de estos que pueden nombrarse son:

- *Intranquilidad*
- *Inquietud*
- *Nerviosismo*
- *Preocupación excesiva y desproporcionada*
- *Miedos irracionales*
- *Ideas catastróficas*
- *Deseo de huir*

- *Temor a perder la razón y el control*
- *Sensación de muerte inminente*

1.3.2. Tipos de ansiedad

De acuerdo con información proporcionada por el personal de la clínica Mayo en 2018 existen múltiples tipos de ansiedad que una persona puede llegar a presentar, como podemos observar en la tabla 2:

Tabla 2. Tipos de ansiedad y sus características.

Agorafobia	Consiste en la fobia o temor a estar en una situación o lugar que pudiera generarse tensión, ansiedad, sentirse atrapado o indefenso por lo cual se tratan de evitar.
Trastorno de ansiedad debido a una enfermedad	Se caracteriza por la sensación de miedo y ansiedad desproporcionado a las actividades diarias pues aunque la actividad sea parte de su propia rutina la persona se ve directamente afectada
Trastorno de pánico	Consiste en la sensación repentina de la persona donde esta tiene ataques de ansiedad o miedo repentino y con una intensidad muy alta lo cual se traduce en ataques de pánico sobre sucesos próximos en el futuro.
Mutismo selectivo	Es la incapacidad que tienen los niños para hablar o quedarse callado en ciertas situaciones las cuales pueden ser ya sea en la escuela o con familiares cercanos lo cual puede afectar su desempeño.
Trastorno de ansiedad por separación	Se trata de trastornos de ansiedad que el niño llega a padecer pero que no son características de esta etapa, generalmente es causado por el divorcio de sus padres o figuras paternas.
Trastorno de ansiedad social (fobia social)	Se trata de altos niveles de ansiedad causados por sentimientos de estrés o vergüenza ante situaciones o lugares donde la persona puede ser rechazada.
Fobias específicas	Se caracteriza por el estrés o miedo ante una situación en específico y como estas tratan de evitarlo, en algunos casos puede provocar ataques de pánico.
Trastorno de ansiedad inducido por sustancias	Se caracteriza por síntomas de ansiedad o pánico debido al consumo de sustancias adictivas como drogas, ingesta de medicamentos o total abstinencia a estos.

Tabla recuperada de Mayo Clinic Family Health Book (Libro de Salud Familiar de Mayo Clinic) 5ª edición (2018, párrafo 4).

1.3.3. Causas comunes de la ansiedad

En cuanto a las causas para que se dé o padezca de trastornos de ansiedad no siempre se encuentran del todo claras ya que son múltiples los factores los que pueden ocasionar, de acuerdo a la Clínica Mayo (2018) entre algunos de los factores que pueden causar síntomas de la ansiedad a nivel médico se encuentran:

- *Padecer de alguna enfermedad cardíaca*
- *Diabetes*
- *Problemas de tiroides, como el hipertiroidismo*
- *Trastornos respiratorios, como la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) o el asma*
- *Uso inadecuado de sustancias o abstinencia*
- *Abstinencia del alcohol, de medicamentos contra la ansiedad o de otros medicamentos*
- *Dolor crónico o síndrome de intestino irritable*
- *Tumores poco frecuentes que producen hormonas de reacción de “luchar o huir” (párrafo 9)*

Otras de las causas para padecer de síntomas o trastornos de ansiedad se encuentran factores genéticos-hereditarios, aunque también pueden ser provocados por factores dentro del ambiente del individuo y que se demuestran mediante conductas adquiridas a partir de alguna situación incómoda o desagradable (Mayo Clinic, 2019), dichas situaciones son provocadas en ocasiones por una mala interpretación de la conducta ajena, por ejemplo, al confundir los gestos faciales de otra persona, también se puede dar el caso de no tener bien desarrolladas habilidades sociales en el individuo lo que también puede generar sentimientos negativos en estas al no poder interactuar de buena manera con terceros así como la presión de tener que volver a hacerlo en un futuro (NIMH, 2017).

1.3.4 La ansiedad en el sector académico

La ansiedad al igual que el estrés deja algunas consecuencias sobre la vida de los estudiantes, algunas de ellas de manera bastante grave y es que entre las secuelas encontramos una reducción en el rendimiento escolar pues esta se ve reflejada tanto en sus calificaciones de los alumnos como en la misma autoestima de los estudiantes, ya que estos llegan a desarrollar sentimientos de miedo, tristeza, inseguridad o rechazo ante situaciones que aunque parezcan cotidianas provocan que este busca el método de tratar de evitarlas, generalmente estas son causadas por la preocupación excesiva por la competencia dentro del aula y su rendimiento escolar así como la carga de actividades que los profesores dejan a los estudiantes.

De acuerdo con Jadue (2001), los factores de riesgo que los estudiantes pueden correr como consecuencia de una alta exposición a síntomas de trastornos en relación a la ansiedad son: déficits cognitivos, del lenguaje, atención lábil, déficits en las habilidades sociales y problemas emocionales por nombrar algunos.

La ansiedad al igual que el estrés es de los padecimientos de tipo psicológico más comunes que afectan a los estudiantes y estos pueden ser de cualquier nivel escolar pues son múltiples las causas y/o factores que pudieran propiciar su aparición y que como consecuencias de este pueden afectar en múltiples aspectos de su vida los cuales pueden ir desde aspectos fisiológicos y notorios hasta psicológicos dejando graves secuelas en el estudiante como los anteriormente mencionados lo que puede llegar a provocar casos de deserción escolar lo que precisamente muchos estudiantes tratan de evitar sin embargo esto como un tipo de preocupación también es una de las causas de la ansiedad.

Este padecimiento se ha hecho cada vez más común en México, de acuerdo con Secretaría de Salud y Salud Mental la población ha experimentado algún tipo de cuadro de ansiedad y la cifra va en aumento en los últimos 5 años afectando a por lo menos el 75% de la población en general y de acuerdo con la Encuesta Nacional de Epidemiología Psiquiatría en 2018 el 28.6% de la población adulta corre riesgo de padecer de algún trastorno mental siendo el principal y más comúnmente el de la ansiedad causada ya sea por el consumo de sustancias o por situaciones afectivas (Gudiño, 2018).

Se sabe que la ansiedad es un problema que afecta a toda la población en algún momento de su vida y que puede ser causado por diversos factores que muchas de las veces su origen se encuentra en el ambiente donde la persona reside sin importar su rango social que si bien puede ayudar a disminuir los efectos de la ansiedad no hay nada que impida que se padezca de esta.

1.3.5. Diferencias entre el estrés y la ansiedad

Muchas de las veces, se toma al estrés y la ansiedad como sinónimos para describir cuando una persona se ve afectada por anomalías en su persona que pareciera es causado por sentimientos de preocupación, sin embargo existen características que la diferencian una de la otra una de ellas es el origen ya que mientras en el estrés es más fácil de identificar su causa, en el caso de la ansiedad no siempre queda claro y puede ser provocado por factores múltiples lo que lo hace más difícil de definir.

Mientras que el estrés consiste en una serie de síntomas que afectan a la persona tanto en el aspecto físico como en el mental se podría decir que la ansiedad es la culminación o que en conjunto forman la ansiedad ya que esta última se estima a partir de la preocupación y/o miedo que la persona puede tener sobre eventos futuros y puede ocupar al estrés como una respuesta fisiológica ante esta preocupación (Patte, 2020), por lo que en ciertos casos y citando a La Huerta en 2011 “El estrés puede producir ansiedad, pero el individuo que padece ansiedad no necesariamente padece de estrés”.

Otras características que también diferencian al estrés de la ansiedad se trata de la intensidad y la frecuencia de sus apariciones en la persona pues mientras que en el estrés puede aparecer en determinado momento o periodo cada número de semanas meses o años dependiendo de la situación, en la ansiedad es mucho más largo su período en la persona ya que como se había mencionado no depende de un agente en específico para su aparición pues mayormente la ansiedad es utilizada como una herramienta que ayuda a la persona a prepararse ante una posible situación de peligro por lo que en términos de intensidad la ansiedad suele ser mucho mayor lo que hace aún más complicado su tratamiento que de manera distinta a lo que podría pensarse con el estrés su origen no es tan fácil de identificar

ya que al tener sus posibles causas dentro de factores múltiples el tratamiento implementa diferentes estrategias de control y es realizado con apoyo de otros profesionistas que de manera específica ayuden a identificar los factores de riesgo para un tratamiento adecuado (La Huerta, 2011).

Como podemos observar el estrés y la ansiedad están relacionadas aunque no de la forma más común que se pudiera esperar, no obstante es entendible que ambos términos sean tan confundidos de manera frecuentemente ya que pareciera que el impacto que genera en las personas es el mismo, sin embargo, aunque los factores que originan a cada uno de ellos así como que el grado de impacto que estos generan difieren de gran manera no se le debe de restar importancia una de la otra ya que de no ser tratada por algún profesional puede traer graves consecuencias a la persona que lo padece y aunque al principio su origen pudiera padecer una insignificancia o algo que no parece tan grave eso no quita que aún largo plazo le impida a la persona alcanzar un determinado objetivo o realizar alguna actividad entre los efectos o secuelas que dejan dichas enfermedades.

1.4 Pandemia y confinamiento social por el COVID- 19

En tiempos recientes hemos vivido una nueva pandemia cuyo impacto ha sido bastante grave en múltiples aspectos de la vida cotidiana incluso más de lo que se pudo llegar a creer en su momento y es que a pesar de que los virus existen casi a la par de la humanidad, esta nueva enfermedad puso en grandes dificultades a los habitantes del planeta en general, es por ello que debemos conocer un poco mejor de su historia y algunos de los acontecimientos más importantes desde la aparición de la enfermedad.

A partir del 31 de Diciembre de 2019 China notifica a la Organización Mundial de la salud (OMS) sobre un brote de neumonía de causa desconocida originaria de la ciudad de Wuhan, para el día 9 de enero de 2020 por medio de reuniones virtuales se le comunica a las redes mundiales de expertos que la enfermedad es provocado por un nuevo tipo de coronavirus, para el día 13 de enero el Ministerio de Salud Pública de Tailandia confirma su primer caso lo que lo convierte en el primero también fuera de China, dando un salto para el día 11 de febrero la OMS denomina de manera oficial al virus como Covid-19 el cual citado por la BBC en 2020 “el nuevo

nombre se toma de las palabras "corona" "virus" y *disease* (enfermedad en inglés), mientras que 19 representa el año en que surgió (el brote se informó a la OMS el 31 de diciembre de 2019), también el Comité Internacional de Taxonomía de Virus citado por la BBC en 2020 determinó que la enfermedad que provoca el virus se le denominó como SARS-Cov-2 por sus siglas: Síndrome Agudo Respiratorio Severo dejando en claro que se trata de una nueva variante de esta enfermedad dejando en claro con esta información que se trataba de un virus completamente nuevo, ese mismo día la OMS finalmente termina por declarar el inicio de una pandemia, esto lo determina a partir del número de casos registrados a nivel mundial así como la cantidad de países involucrados.

Por otra parte, mientras los casos de contagios confirmados crecían alrededor del mundo, en México el día 28 de Febrero de 2020 se confirma el primer caso de un paciente infectado con Covid-19 y para el día 20 de Marzo se toma la decisión de suspender las clases presenciales en instituciones educativas así como demás actividades laborales por la pandemia, para el día 24 de Marzo el gobierno federal declara transmisión comunitaria activando una fase 2 en la contingencia, el día 21 de Abril se declara una fase 3 la cual lo hace lo hace la más grave en términos de precaución y toma de medidas de distanciamiento social, el día 13 de Mayo se declara un plan de regreso a la normalidad regido por un semáforo regional que cambia dependiendo de la medición de factores como el número de contagios, fallecimientos registrados por la enfermedad y la cantidad de hospitalizados, dicho semáforo va de los colores, verde, amarillo, naranja y rojo y que dependiendo del color es como se decide que tan seguro es relajar las medidas de protección, para el día 1 de junio declara el inicio de la nueva normalidad con medidas para prevenir contagios.

Pasando al día 14 de noviembre del año 2020 oficialmente México declara superar Un millón de casos confirmados de contagios con la enfermedad y el día 19 de ese mismo mes y año se superan en México las 100,000 muertes por Covid-19 y para el día 18 de Diciembre de ese año se declara a la Ciudad de México y el Estado de México como sitios de alto riesgo de contagio por sus altos índices de casos reportados de personas infectadas y su elevada ocupación hospitalaria.

La pandemia no solo trajo consigo dificultades en el sector de la salud lo cual evidentemente incluye a su propio personal sino también en múltiples aspectos ya que al tratarse de una situación la cual nadie esperaba que en algún momento fuera a ocurrir tomó desprevenidos a la mayoría de los demás sectores entre ellos el área educativa que fue de los más afectados que citando a Del Valle en 2020 (párrafo 3) su impacto se ve reflejado debido a factores como:

La problemática económica la cual se deriva de la disminución de la actividad productiva y comercial durante la pandemia, y del consecuente desempleo o pérdida de fuentes de ingreso; la enorme brecha digital, que va de la mano de la desigualdad socioeconómica y se sobrepone a ella; y la dificultad por parte de las instituciones de educación de enfrentar la crisis educativa que se deriva de la pandemia.

1.4.1. Definición del Covid-19 y sus síntomas

De acuerdo con la OMS en el 2020 (párr. 4) el COVID-19 se define como:

Una enfermedad infecciosa causada por el virus conocido como coronavirus y que como se había mencionado para los expertos este virus así como la enfermedad que provoca eran totalmente desconocidas hasta el mes de Diciembre del 2019 en Wuhan, China que es de donde se tiene registros oficiales de la aparición del primer caso de una persona que padecía de esta enfermedad.

Entre los síntomas más comunes con los que se puede identificar la presencia del COVID-19 en una persona son tos, cansancio y fiebre, sin embargo existen otros síntomas que también pueden ayudar a detectarlo los cuales son:

- *Falta de aliento o dificultad para respirar*
- *Dolores musculares*
- *Escalofríos*
- *Dolor de garganta*
- *Goteo nasal*
- *Dolor de cabeza*
- *Dolor en el pecho*

- *Conjuntivitis* (Clínica Mayo, 2020, párrafo 7)

Como podemos observar estos síntomas suelen ser muy parecidos a los de una gripe o catarro común lo cual hace que sea difícil de identificar por la persona que lo porta y quienes lo rodean por lo que un error grave que se puede llegar a cometer es no ponerle atención a lo que sucede y debido también a que se trata de un fenómeno nuevo dentro de la vida de las personas de todo tipo de rango social o demográfico y al no parecerse a algo que hayan experimentado antes provoca que las personas entren en estado de negación de pensar que también están siendo afectadas por esta nueva enfermedad.

1.4.2. Factores de riesgo

No obstante, es sumamente importante que se tenga especial cuidado al tratar de resguardar a cierto tipo de personas pues existe un grupo en específico que puede llegar a ser afectada de manera mucho más grave que otra lo que podría complicar al personal de salud al momento de tratar de darle un tratamiento que sea igual al resto de las personas comunes, entre las personas que se les consideran como sector de riesgo están quienes padecen de las siguientes enfermedades o incapacidades:

- *Enfermedades cardíacas graves, como insuficiencia cardíaca, enfermedades de las arterias coronarias, o miocardiopatía*
- *Cáncer*
- *Enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC)*
- *Diabetes tipo 2*
- *Obesidad u obesidad grave*
- *Tabaquismo*
- *Enfermedad renal crónica*
- *Enfermedad de células falciformes*
- *Sistema inmunitario debilitado por trasplante de órganos sólidos*
- *Embarazo* (Clínica Mayo, 2020, párrafo 11)

Cabe a aclarar que esta lista no debe tomarse como una fija al 100% o una que se deba pensar que una persona que cumpla con una o más de estas características y al mismo tiempo se vuelva paciente de esta enfermedad está condenada y es que

no siempre es así con todos los casos de este tipo de personas pues más bien debe ser tomada como una donde las personas que padezcan de dichas incapacidades deben de cuidarse de la mejor manera posible tratando de extremar precauciones en lo mayormente posible.

Para que una persona pueda contagiarse es necesario que haya estado en contacto con otros que puedan estar contagiados los cuales pueden o no presentar síntomas, que por un determinado lapso de tiempo sin ningún tipo de protección así como haber ingerido alimentos que hayan estado contaminados o llevarse las manos a la cara mientras portaban el virus. Como medidas para tratar de mitigar los efectos del virus y salvar el mayor número de personas posibles y también como apoyo al personal de salud, prácticamente todos los países del mundo implementaron una cuarentena en la población en la que les exhortaba a quedarse en sus hogares cancelando todo tipo de actividades donde pudiera implicar

una aglomeración, es decir una reunión de personas a nivel masivo, así como una suspensión de labores a ciertos sectores de trabajo, lo mismo se hizo con actividades escolares en todos los niveles educativos, desde preescolar hasta educación superior ya que estos espacios podrían considerarse potencialmente peligrosos y de fácil acceso para que una persona pueda contagiarse.

A juzgar por el contexto de una determinada situación, existe un mayor nivel de riesgo si se realiza sobre alguna actividad sobre de otra como podemos observar en la siguiente figura 1, hecha por Costa y Tombesi y retomada para la BBC en español Association en 2020 donde se

califican las actividades en la escala del 1 al 10, donde 1 significa un riesgo muy bajo o nulo y 10 nos indica un riesgo bastante elevado, nos muestra que aunque muchas de las veces podemos pensar que una actividad por más común y cotidiana que parezca y aunque se pueda decir que antes las hemos realizado una y mil veces en el pasado hasta el momento del surgimiento de la pandemia estas deben ahora de ser evitadas o canceladas y en el caso de que algunas de ellas sea prácticamente imposible de eliminar, estas deberá ser realizada con la mayor cantidad de medidas de protección.

Figura 1.

Covid-19: riesgo de contagio según la actividad

BAJO	
1	<ul style="list-style-type: none"> • Abrir el correo
2	<ul style="list-style-type: none"> • Comprar comida para llevar • Poner gasolina • Jugar al tenis • Acampar
BAJO MODERADO	
3	<ul style="list-style-type: none"> • Ir al supermercado • Ir a caminar, correr o pasear en bicicleta acompañado/a
4	<ul style="list-style-type: none"> • Hospedarse dos noches en un hotel • Sentarse en la sala de espera del doctor • Ir a una biblioteca o un museo • Comer en un restaurante (afuera) • Caminar por el centro de la ciudad • Pasar una hora en un parque infantil
MODERADO	
5	<ul style="list-style-type: none"> • Cenar en la casa de otra persona • Ir a una barbacoa (o asado) • Ir a la playa o a un shopping
6	<ul style="list-style-type: none"> • Enviar a los niños a la escuela, campamento o guardería • Trabajar una semana en una oficina • Nadar en una piscina pública • Visitar a una persona mayor en su casa
MODERADO ALTO	
7	<ul style="list-style-type: none"> • Ir al salón de belleza o a la barbería • Comer en un restaurante (adentro) • Ir a una boda o funeral • Viajar en avión • Jugar al baloncesto • Abrazar o a dar un apretón de manos a alguien
ALTO	
8	<ul style="list-style-type: none"> • Comer en un bufet • Ir al gimnasio • Ir a un parque de diversiones o al cine
9	<ul style="list-style-type: none"> • Ir a un concierto de música o a un estadio de deportes • Asistir a un servicio religioso con 500 o más fieles • Ir a un bar

Fuente Costa y Tombesi Association y retomada para la BBC en español en 2020

Como medidas de prevención a nivel individual se estableció el tener una distancia social entre personas de mínimo 2.5 metros, se recomienda hacer uso de un cubre bocas que proteja nariz y boca debido a que se trata de las vías aéreas de expulsión e inhalación de aire el cual en una pésima situación podría estar contaminado, se recomendó también evitar en la medida de lo posible la realización de actividades fuera del hogar y salir solo si es sumamente necesario procurando de estar en espacios de alta circulación de aire fresco así como usar desinfectante para manos y desinfectar espacios y objetos de uso común como llaves, dispositivos electrónicos dinero, etc. (Clínica Mayo, 2020).

1.4.3. El impacto del Covid-19 en otros aspectos de la salud

Los efectos de la pandemia se han hecho notar en la sociedad en múltiples aspectos y no solo en el sector de la salud a la cual tampoco debe de restarse importancia, cabe recalcar que no es la única dificultad que también merece ser tomada en cuenta y darle la atención necesaria ya que otro problema que está afectando y de manera bastante notoria y grave a toda la población en general son los problemas psicológicos pues desde que el inicio de la pandemia se ha visto un notorio aumento de síntomas de ansiedad y depresión entre la población mexicana y que como nos muestran estudios realizados por el Instituto de Investigaciones para el Desarrollo con Equidad (EQUIDE) de la Universidad Iberoamericana citado en Periódico Expansión (2020), indican que alrededor de 3 de cada 10 mexicanos han reportado desarrollar algún síntoma relacionado con estos padecimientos psicológicos y en términos más específicos de acuerdo con una encuesta hecha por teléfono a 800 personas 29% han reportado identificar síntomas relacionados con la depresión y 32.4% han presentado síntomas severos de ansiedad

Existen múltiples factores para que una persona pueda desarrollar dichas anomalías en el estado actual por el que estamos pasando y es que entre las consecuencias socio-económicas del confinamiento causado por la pandemia encontramos el múltiple cierre de negocios debido a que al no haber personas que puedan darle mantenimiento a un establecimiento o clientes que paguen por algún producto o servicio las ganancias del negocio llegan a ser pocas o nulas por lo que muchos de estos lugares no tienen más opción al no tener más dinero para sustentarse y lamentablemente optan por despedir a sus empleados.

Estos agentes se han considerado como causantes de síntomas de estrés y ansiedad, la gente comenzó a preocuparse al no encontrar solución a problemas como la falta de dinero para poder cubrir sus necesidades básicas como hospedaje y comida, sumado a esto se toma en cuenta el riesgo constante de contagiarse y desarrollar complicaciones relacionados con el virus COVID-19 lo que puede reducir aún más su presupuesto en el tratamiento para poderse curar a sí mismo o un familiar cercano, problemas como este orillaron a múltiples personas a tratar de encontrar una solución buscando nuevos empleos o formas de subsistir sin embargo en algunos lamentablemente no tienen éxito, lo que obliga a las personas a vivir en

condiciones de pobreza extrema y como se había mencionado el ambiente también juega un papel muy importante que afecta a la persona de sobremanera para desarrollar enfermedades de tipo psicológicas como estas, para darnos una idea del impacto del confinamiento de acuerdo con Forbes México (2020) la población más vulnerable ante esta situación son los jóvenes quienes podrían aumentar los niveles de suicidio relacionado con el estrés y la ansiedad hasta en un 20%.

Este fenómeno afecta a una buena parte de la población pues en la misma investigación realizada por el Instituto de Investigaciones para el Desarrollo con Equidad (EQUIDE), de la Universidad Iberoamericana indican que un *46.3% de los encuestados señaló que cree "muy probable o probable"* que se infecte de COVID-19 y 49.7% tiene una "preocupación muy alta" (8 o más en una escala del 0 al 10) de que su salud se vea afectada por el coronavirus (Periódico Expansión, 2020, párrafo 6).

Sin embargo, podría decirse que el sector de la población más vulnerable a sufrir de este tipo de enfermedades psicológicas es el del personal médico que está en la primera línea de batalla como comúnmente se dice para atender a los pacientes graves de COVID-19 proporcionándoles el medicamento y tratamiento necesario para tratar de salvarles la vida y aun así teniendo éxito deben darle seguimiento para tratar que estos continúen con una calidad de vida aceptable y en caso de no tener éxito son los primeros que de manera lamentable tienen que dar la noticia del fallecimiento al personal correspondiente y a sus mismos familiares (Vargas, 2020).

Estas situaciones se ven de por sí muy demandantes y agotadoras tanto física y mentalmente por lo que es muy común que debido al contexto y las exigencias de su ambiente desarrollen síntomas relacionados con el estrés y la ansiedad lo que a su vez ellos también se convierten en nuevos pacientes que necesitan atención que si bien no puede ser causado directamente por el virus si tiene mucho que ver con este y es que la situación ha provocado que estos también busquen ayuda y estrategias de afrontamiento que les ayuden a seguir adelante (Vargas, 2020).

1.4.4. La deserción escolar en tiempos de Covid-19

Se puede considerar a la deserción escolar como otra de las consecuencias de la situación provocada a raíz de la pandemia de Covid-19 ya que como se había

mencionado antes los jóvenes son de los sectores más afectados por la pandemia pues debido al confinamiento y la suspensión de actividades entre ellas las escolares han hecho que los estudiantes y profesores hayan tenido que tomar la decisión de continuar con sus actividades de aprendizaje por medio de dispositivos electrónicos y las Tecnologías y la Ciencia e Información (TICs) desde la comodidad de sus respectivos hogares y aunque en un primer momento pareciera ser la mejor opción para evitar la mayor cantidad de contagios posible trajo consigo una serie de obstáculos los cuales no son posibles de superar por todos los alumnos.

De acuerdo con la Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnologías de la Información en los Hogares (ENDUTIH) 2019, “45% de los estudiantes no tienen un dispositivo como computadora, laptop, tableta o teléfono inteligente en el hogar con acceso a internet” (Ortega, 2020, párrafo 5).

Lo anterior es un grave problema debido a la situación socioeconómica de una buena parte de la población mexicana ya que no se le permite acceder a estos dispositivos lo que implica que los estudiantes no puedan adquirir el aprendizaje necesario para su formación y que es una problemática que no solo afecta al mismo estudiante y profesor quienes aun contando con la tecnología oportuna no necesariamente quiere decir que tengan una idea del todo clara sobre cómo hacer uso de ella ya que nunca antes en la vida de estos habían sido ocupados de tal manera, pues también afecta a la misma institución educativa debido a que también se incluye entre aquellos lugares a los cuales no se les ha podido dar ni uso ni mantenimiento lo cual también evita que se generen ingresos lo que afecta también a los profesores que pueden ser removidos de su puesto para tratar de sustentar a la institución.

Este problema también afecta a la manera que los alumnos aprenden y la manera en que estos adquieren conocimiento ya que al no estar en un lugar con un profesor presencial que les aclare sus dudas o imponga disciplina en el lugar hace difícil que los estudiantes acumulen o integren la información de manera adecuada.

Este ha sido un problema bastante grave y es que desde antes del inicio de la pandemia se sabía que México no tiene un sistema educativo de la misma calidad que otros países más desarrollados, de acuerdo con la última prueba PISA

implementada por la OCDE el “56% no alcanza los conocimientos suficientes en Matemáticas, el 47% en Ciencias y el 45% en Lectura” (Ortega, 2020, párrafo 11).

El rezago escolar en México es un problema que debe de resolverse y tomarse la importancia necesaria para ello y es que si bien y por la situación por la que todo el mundo está atravesado hace prácticamente imposible de atender como se debe de manera correcta, se debe de pensar en un plan de mediano a largo plazo pues de acuerdo con cifras proporcionadas por el Instituto Nacional para la Educación de los Adultos (INEA), “al cierre del año 2019 había un total de 28.6 millones de personas en esa condición, cifra equivalente al 30.6% respecto de los 93.31 millones de personas mayores de 15 años que se estima, había en nuestro país” (Arellano, 2020, párrafo 2).

Como pudimos observar son múltiples los factores que en la actualidad hacen que sea cada vez más difícil que el alumno decida continuar con sus estudios de manera formal y expedita debido a que además de la misma pandemia por la que atravesamos tenemos también la existencia de múltiples factores psicológicos que se traducen en síntomas de estrés y ansiedad como consecuencia del contexto actual lo que genera que otros recursos y espacios de tiempos deban enfocarse otras áreas del estilo de vida de la persona y es que así como la falta de recursos económicos que ya de por sí era un problema que impedía el avance de la educación en México ahora también se debe batallar con la falta de motivación o la carga emocional que genera la frustración de no poder continuar con el mismo ritmo de vida al que las personas estaban acostumbrados es por ello que si se quiere volver al mismo estilo de vida anterior se deben de trabajar en planes que a futuro incluso puedan mejorar la calidad del sistema educativo y disminuir en la medida de lo posible la deserción escolar y de esa forma obtener aún más profesionistas que pudieran evitar problemas como los que estamos atravesando.

CAPÍTULO II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA Y OBJETIVOS

2.1. Descripción del problema

Debido a la situación vivida por la pandemia de Covid-19 en el mundo entero se han tenido que suspender actividades donde pueda haber una enorme cantidad de personas reunidas, esto en un intento por tratar de evitar que se contagie la mayor cantidad de personas posible tanto en ambientes de trabajo como en lugares o instituciones escolares de todos los niveles.

Entre las medidas para evitar contagios se tomó la decisión de continuar con el aprendizaje de los alumnos a distancia, es decir por medio de dispositivos electrónicos los cuales llegaron a variar en uso dependiendo de su nivel escolar o de la institución de la que fueron parte empleando equipos de cómputo, celulares tabletas, televisiones, etc. Por supuesto, estas medidas tuvieron también sus inevitables consecuencias y entre ellas se encuentra el caso del abandono escolar, este es un problema que se volvió bastante recurrente y que ha tenido un gran impacto en este sector ya que si bien es un tema que año con año las instituciones educativas de todos los niveles se han visto obligadas a atender, debido al confinamiento causado por la pandemia de Covid-19 el problema se agravó en proporciones nunca antes vistas, por dar un ejemplo de acuerdo con cifras de la UNAM desde inicios de año y hasta noviembre de 2020 se registró alrededor de 7700 alumnos de nivel bachillerato y universidad que habían desertado de sus estudios, esto significa un aumento aproximado del 229% a comparación del año 2019 donde se había registrado un total de 2343 casos de alumnos que habían decidido abandonar sus estudios (Ríos, 2021).

Los motivos suelen ser diversos para que los alumnos decidan no continuar pues estos pueden ir desde aspectos económicos al no poder adquirir el equipo necesario para proseguir con esta nueva forma de estudio a distancia o incluso el hecho de poseerlo pero no tener la capacidad necesaria para sacarle provecho lo que como consecuencia provoque un desinterés por continuar, pese a que como ya se mencionó las escuelas y profesores están tratando de hacer lo mejor posible para que los alumnos adquieran conocimientos y aprendizaje lo mejor que se pueda al alcance de los recursos a la par que se trata de evitar que los estudiantes abandonen sus estudios motivándolos por el medio que sea posible en realidad se trata de una tarea bastante complicada de lograr pues de acuerdo con una proyección realizada por la ONU para México para finales del año 2020 se hizo una estimación donde indica que alrededor del 15.5% de los alumnos en niveles media superior, superior y postgrado no pudieron continuar con sus estudios, esta proyección no contempla los niveles básicos los cuales no estuvieron exentos de sufrir del mismo problema.

En cuanto al año 2021 “Cerca del 60 por ciento de todos los niños, niñas y adolescentes que perdieron un año escolar completo en el mundo debido a los confinamientos por COVID-19 vive en América Latina y el Caribe” (UNICEF, 2021, párrafo 1).

El abandono escolar es un grave problema con el que desde siempre se ha tenido que lidiar y que afecta a todos los sectores de la sociedad en general, sin embargo y debido a la situación del confinamiento causado por la pandemia de Covid-19 este no ha tenido la atención que debería y posiblemente no lo será tampoco al menos dentro de un futuro próximo pues la situación de la pandemia ha hecho que otros problemas que aquejan a las autoridades, docentes, padres de familia y a los mismos alumnos adquieran de una prioridad mayor.

2.2. Preguntas

¿Existe una relación entre el confinamiento causado por la pandemia y los síntomas de estrés y/o ansiedad?

¿Los trastornos relacionados con el estrés y la ansiedad influyen de sobremanera para que el alumno decida abandonar sus estudios?

¿Es el miedo por el riesgo de que el alumno u otra persona cercana se contagie de Covid-19 la causa principal para padecer de estrés?

¿La pérdida de un familiar cercano es la principal causa del estrés y la ansiedad en los alumnos que deciden desertar?

¿La preocupación por no poseer el material para estar al mismo nivel de sus compañeros lo que propicia que decida abandonar sus estudios?

¿La sensación de soledad y abandono al no poder interactuar de forma personal con sus compañeros y maestros es una de las causas del abandono escolar?

2.3. Justificación

La deserción escolar en tiempos de confinamiento causado por la pandemia de Covid-19 se ha convertido en un problema que ha llamado la atención, ya que si bien desde siempre por una u otra razón los alumnos han decidido ya no continuar

con sus estudios ya sea porque la situación por la que están pasando los obliga a esto o por decisión propia, con el contexto vivido por el confinamiento ha agravado de sobremanera y junto con ello las razones para que los alumnos decidan ya no continuar ha aumentado, esta situación es preocupante y es que si bien en un primer momento las autoridades gubernamentales incluyendo áreas de salud y educación están enfocados en resolver otras situaciones que también están afectando a la sociedad en general. La deserción escolar también tiene consecuencias bastante graves a un largo plazo que afecta tanto a las instituciones que llegan a padecer por la falta de recursos así como un aumento en la inequidad de aprendizaje sobre los alumnos lo que por ende provoca una menor calidad del aprendizaje y por el lado socioeconómico provoca un aumento en la reducción de profesionistas causado por la pobreza del aprendizaje lo que a su vez provoca un aumento en la desigualdad social y aumento de la pobreza debido a la reducción del capital humano (Grupo Banco Mundial, 2020).

Es por ello que, con esta investigación se pretende conocer el riesgo de deserción escolar posiblemente causado por el estrés y la ansiedad a raíz de los problemas traídos por la pandemia de COVID-19 alimentando con esta información el conocimiento y el rango del impacto que se tiene ya que con dicha información obtenida podría ayudar a las instituciones de salud a entender de mejor manera la situación vivida por los alumnos ayudándoles con la implementación de estrategias de control y a su vez en centros escolares demostrándoles la importancia que se le debe de dar a esta situación así como impulsarlos a crear nuevas estrategias que pueden incluir a docentes, tutores y alumnos para evitar el agravamiento del motivo que provoque que el alumno deje inconcluso su preparación académica contemplando las consecuencias a mediano y largo plazo.

2.4 Objetivos de investigación

Objetivo general

Medir el riesgo de deserción escolar en base niveles de estrés y ansiedad producto del cambio de modalidad de escolarizado a en línea debido a la pandemia de COVID-19 en estudiantes de educación media superior

Objetivos específicos

- Identificar conductas relacionadas con el estrés
- Obtener los datos significativos que revelan los niveles de ansiedad en los estudiantes
- Comparar los resultados obtenidos de los instrumentos respecto a la hipótesis planteada con base a la información previa.

CAPÍTULO III. METODOLOGÍA

3.1. Participantes

Para llevar a cabo la indagación se estableció como población a estudiantes de educación media superior, se estima que sus edades rondan entre los 15 y los 17 años, se trabajó con un grupo de 32 participantes de ambos sexos es decir hombres y mujeres

3.2 Escenario

Debido a la situación de pandemia, se contactó a los participantes vía remota, por medio de sitios de comunicación vía internet como redes sociales cómo whatsapp, Facebook, google meet, correo electrónico etc.

3.3 Selección de la muestra

Para la realización del proyecto se empleó el método de muestreo no probabilístico por conveniencia, de acuerdo con Otzen y Manterola (2017) este modelo “Permite seleccionar aquellos casos accesibles que acepten ser incluidos. Esto, fundamentado en la conveniente accesibilidad y proximidad de los sujetos para el investigador.” (p.230), se eligió este método debido a que la muestra se tomó directamente de la participación voluntaria de estudiantes de educación media superior de una institución educativa de la que se espera obtener la información y los resultados que puedan cubrir los objetivos de la investigación.

3.4 Criterios de inclusión y exclusión:

Se explica a continuación los criterios que cumplió la población para considerarse dentro del estudio, con la finalidad de tener el mayor control en su aplicación.

Criterios de Inclusión

- Alumnos de nivel preparatorio o educación media superior.
- Hombres y mujeres.
- Iniciar recientemente (menos de un semestre) la educación a distancia o nunca haber tenido contacto con ella.

Criterios de Exclusión

- Alumnos de nivel básica, superior y posgrado
- Alumnos que hayan tenido mayor antigüedad (dos semestres o más) en el empleo de la educación a distancia
- Alumnos que hayan padecido de estrés y/o ansiedad y hayan puesto en práctica estrategias de afrontamiento.

3.5 Tipo de investigación:

Se realizó una investigación de **tipo descriptivo** el cual consiste en un estudio observacional en donde no se interviene o manipula ninguna variable o factor de estudio, es decir solo se observa lo que ocurre con el fenómeno de estudio en su contexto real o natural (Salinero, 2004).

En cuanto a la temporalidad de la investigación se trata de un estudio de tipo transversal, en estos estudios se trata de obtener los datos en un solo momento tratando de describir las variables y analizar su comportamiento en un determinado momento (Müggenburg y Perz, 2007), se consideró este corte de tiempo ya que se tratará de obtener la información y los datos de los participantes haciendo uso de instrumentos de recolección que pueden ser resueltos en una sola ocasión.

3.6 Descripción de variables del estudio

En la siguiente tabla 3, se realiza la definición conceptual de las dos variables de interés del estudio.

Tabla 3. Descripción de las variables del estudio.

Variable	Definición conceptual	Instrumento
Deserción escolar	Interrupción de las actividades de escolarizadas que evita que el estudiante concluya con su formación de manera formal	Escala de Percepción de Riesgo de Deserción Escolar causado por Estrés y Ansiedad
Estrés	Es el conjunto de conductas que surgen como reacción del individuo ante una situación o elemento en la que la persona considere que lo puede poner en riesgo de alguna forma o que tenga consecuencias que le afecten de manera negativa por lo que funciona como un mecanismo de adaptación donde el individuo trata de desarrollar las habilidades necesarias para superar su problema.	Inventario SISCO del Estrés Académico
Ansiedad	Es el estado mental que una persona padece y que de igual manera que el estrés las personas pueden expresar su malestar por medio de una serie de conductas que le pueden afectar física y mentalmente sin embargo esta	Escala de Ansiedad de Hamilton

puede durar un mayor periodo de tiempo y depende de los factores ambientales para evitar su prolongamiento e intensidad

Elaboración propia

3.7 Instrumentos de evaluación

Para la recolección de datos que ayuden a dar respuesta a las preguntas y objetivos planteados anteriormente se hizo uso de 3 instrumentos:

I. Escala de Ansiedad de Hamilton

Esta escala fue creada por Hamilton en 1959 y *evalúa la severidad de la ansiedad de una forma global en pacientes que reúnan criterios de ansiedad o depresión. Además, este instrumento es útil para monitorizar la respuesta al tratamiento. Está compuesto por 14 ítems, siendo 13 referentes a signos y síntomas ansiosos y el último que valora el comportamiento del paciente durante la entrevista* (Lobo A, et al., 2002, p. 494), sin embargo para el presente caso tuvo que omitirse la última pregunta y ante penúltima pregunta pues debido a la situación que se está viviendo actualmente al igual que tomando medidas en la que se responde los cuestionamientos a distancia y de manera digital así como tomando en cuenta la población a la que fue dirigida, dichas preguntas no resultan de mucha utilidad o simplemente no pueden ser contestadas de la manera correcta.

Esta escala no tiene que durar un tiempo de aplicación mayor a los 30 minutos donde el aplicador mide con cada ítem la intensidad y frecuencia del participante explorando las variables de ansiedad conductual, fisiológica y cognitivista.

En la escala, cada ítem está presentado en un formato específico. Siguiendo el número del ítem, el ítem en sí está listado a un lado, con una descripción breve de los criterios, Esta descripción, está en la forma de una frase corta, que elabora sobre el ítem, y provee la especificidad al aplicador con respecto a la misma evaluación adyacente a cada ítem, está una escala de cinco puntos, mostrando los numerales 0 a 4, esbozados en un cuadro. Cada criterio en la escala, es un sentimiento independiente, que está relacionado a la ansiedad. La colaboración de cada uno, de aquellos

critérios de calificaciones independientes, son esenciales para evaluar la severidad de la ansiedad del participante (Hamilton, 1959, p.4).

Propiedades psicométricas:

1. *Validez discriminante (MADRS/HARS-Impresión Clínica Global de Gravedad: $p < 0,001$).*
2. *Validez convergente (MADRS-Hamilton Depression Rating Scale: $p < 0,05$ y $0,01$, respectivamente; MADRS/HARS-EuroQoL 5D: $p < 0,05$; HARS-State Trait Anxiety Inventory: $p < 0,05$).*
3. *Consistencia Interna (α de Cronbach: MADRS=0,88; HARS=0,89).*
4. *Fiabilidad test-retest y entre observadores (coeficiente de correlación intraclass: MADRS=0,94 y 0,98, respectivamente; HARS=0,92 y 0,92).*
5. *Sensibilidad al cambio (tamaño del efecto: MADRS=2,05; HARS=1,36)(Lobo A, et al., p. 494).*

II. Inventario SISCO del Estrés Académico

El inventario SISCO fue creado por Arturo Barraza Macías en 2003, tiene una confiabilidad por mitades de .87 y una confiabilidad en alfa de Cronbach de .90. Estos niveles de confiabilidad pueden ser valorados como muy buenos según DeVellis en García, (2006), su principal objetivo central reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación media superior, superior y de postgrado durante sus estudios que se manifiestan mediante reacciones psicológicas, físicas y comportamentales además que su aplicación no implica una duración mayor a 10 minutos.

Por su parte, tiene una validez que se recolectó evidencia basada en la estructura interna a través de tres procedimientos: análisis factorial, análisis de consistencia interna y análisis de grupos contrastados (Barraza, 2007).

Estructura:

El inventario SISCO se divide en 31 ítems los cuales se distribuyen de la siguiente manera:

- *Un ítem de filtro que, en términos dicotómicos (sí-no) permite determinar si el encuestado es candidato o no a contestar el inventario.*
- *Un ítem que, en un escalamiento tipo Lickert de cinco valores numéricos (del 1 al 5 donde uno es poco y cinco mucho) permite identificar el nivel de intensidad del estrés académico.*
- *Ocho ítems que, en un escalamiento tipo Lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) permiten identificar la frecuencia en que las demandas del entorno son valoradas como estímulos estresores.*
- *Quince ítems que, en un escalamiento tipo Lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) permiten identificar la frecuencia con que se presentan los síntomas o reacciones al estímulo estresor.*
- *Seis ítems que, en un escalamiento tipo Lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) permiten identificar la frecuencia de uso de las estrategias de afrontamientos (Barraza, 2007 p.90).*

III. Escala de Percepción de Riesgo de Deserción Escolar causado por Estrés y Ansiedad

Por último, se diseñó para el presente estudio la Escala de Percepción de Riesgo, la cual se implementó como una prueba piloto con el objetivo de analizar la relación entre el aumento de la deserción escolar y la presencia de síntomas relacionados con el estrés y/o ansiedad en estudiantes, su escala de medición es similar a la de los instrumentos anteriores ya que las opciones de respuesta van desde la opción de no estoy de acuerdo, imparcial (ni de acuerdo ni en desacuerdo), hasta totalmente de acuerdo, para su aplicación no se espera que se tarde más de 20 minutos (Ver anexo), cuenta con un total de 19 ítems donde se tomaron en cuenta

las siguientes variables en la tabla 4, para la realización y aplicación de las preguntas:

Tabla 4. Descripción de los factores que contiene la escala de percepción de riesgo

Factores	Secciones	Representado en la pregunta:
Internos	Salud: Medidas de prevención	1,2,3
	Creencias e Ideología: pensamientos, elementos cognitivos, percepción de calidad	4,5
	Percepción de riesgos: sensación de peligro ante la situación	6,7
	Estilo y Calidad de vida: elementos conductuales, toma de decisiones que eviten riesgo a sus salud o benefician al individuo	8
Externos	Carga actividades: Aumento de actividades escolares haciendo uso de recursos digitales o tecnológicos.	9
	Percepción de aprendizaje: la realización de las actividades es útil y significativa para la formación académica	10
	Ambiente socio-económico: Falta de disponibilidad de espacio adecuado dentro del hogar para la realización de actividades escolares, problemas económicos, disminución del tiempo de realización de sus actividades académicas	11, 12
	Falta de acceso digital: dificultades para conectarse a internet, falta de dispositivos tecnológicos que impidan la realización de actividades	13,14
	Falta de habilidad en el manejo de recursos tecnológicos (rezago digital)	15,16
	Percepción de riesgo: se realiza un análisis de la situación y el contexto en búsqueda de nuevas situaciones y cómo le pueden afectar	17,18

Elaboración propia.

3.8 Procedimiento de la investigación

Fase preparatoria

En una primera instancia se estableció contacto con una profesora perteneciente a la escuela de interés, con el objetivo de buscar el apoyo y llevar a cabo la aplicación, se le explicó cuál era el objetivo de la actividad así como la necesidad de contar con la participación de algunos estudiantes. Seguido de eso se hizo solicitud por parte de los educadores de la institución la proporción de los instrumentos de evaluación para que estos puedan ser revisados por las autoridades

correspondientes. Finalmente al cabo de haber pasado un fin de semana se concedió el permiso correspondiente para poder aplicar los instrumentos en los estudiantes.

Fase de campo

Se procedió a proporcionar las instrumentos a los estudiantes cuyo grupo había sido previamente seleccionado por los mismos directivos de la institución, por otra parte los profesores de la institución solicitaron de nueva la proporción de los objetivos de la actividad así como las instrucciones de como rellenar los cuestionarios para que la misma profesora en turno del grupo de estudiantes se los comuniquen a estos al igual que les comparta los instrumentos de manera virtual, todo esto se realizó a inicios de semana en un día lunes y durante un espacio de tiempo donde no se realizaron actividades importantes para realizar por parte de los mismos alumnos y maestros.

Fase analítica

Todos los instrumentos presentados fueron llenados de manera correcta, la técnica que se usará será un estudio de tipo descriptivo el cual tiene la característica de medir la presencia, característica o distribución de un determinado fenómeno dentro de una población de estudio (Veiga de Cabo, 2008) y para contabilizar los datos se hizo uso del programa Excel con el cual se realizó un vaciado de datos de cada uno de los instrumentos aplicados contabilizando las respuestas de los participantes para posteriormente su respectiva representación mediante el uso de tablas y graficas donde se realizara una interpretación de la información obtenida.

CAPÍTULO IV. RESULTADOS

En este apartado se demostrara mediante el uso de diversos recursos gráficos el resultado de los instrumentos aplicados a la población mencionada donde encontraremos su determinado nivel de estrés y ansiedad así como los resultados de la prueba piloto, cabe aclarar que debido a la situación vivida debido a la pandemia de COVID-19 y el riesgo de contagio que este implica solo se determinaran los resultados obtenidos contemplando todo el tiempo dicha situación y como esta repercute en el estado de salud emocional al igual que con la prueba piloto que debido al poco tiempo con el que se cuenta y la falta de aun más recursos y participantes se tomara en cuenta como valido solo para la presente investigación. De la población participante se obtuvo respuesta de 32 estudiantes, 16 hombre y 16 mujeres, con un rango de edad de los 15 a los 17 años con una media de 15.46875 y una Desviación Estándar de 0.6213603702, de todos pertenecientes el 88% de los estudiantes fueron de 2o semestre, el 9% fueron de primer semestre y el 3% pertenece a tercer semestre de la educación media superior.

4.1 Análisis de la Ansiedad en la población

De acuerdo con el puntaje obtenido en la Escala de Ansiedad de Hamilton, mediante la comparativa de la media todos los resultados del cuestionario resuelto por los participantes podemos concluir mediante su conversión a porcentaje que alrededor del 41% de los participantes padece en una medida bastante leve lo que es la ansiedad en general mientras el 34% percibe un estrés moderado, le sigue el 13% que muestra un alto grado de ansiedad, sin embargo, el 12% muestra percibir un grado muy

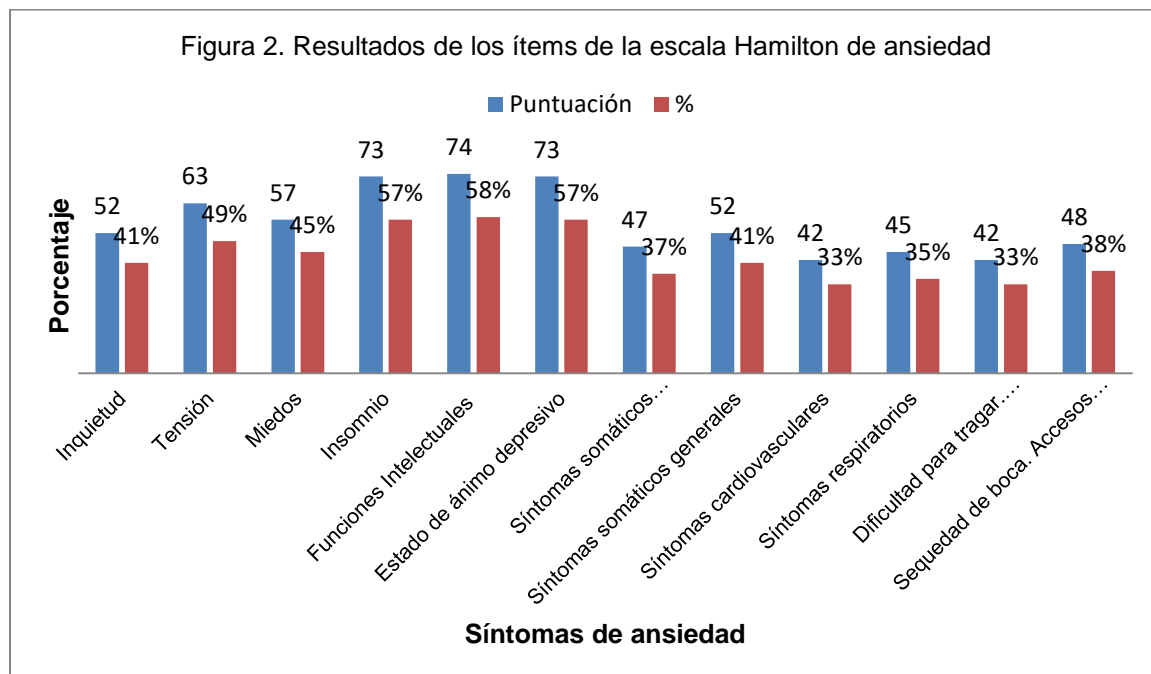
profundo de estrés que aunque no es un porcentaje significativo si se le compara con las otras medidas si son un sector que tiene un padecimiento que necesita de una importancia mayor para tratar (ver tabla 5).

Tabla 5. Niveles de ansiedad obtenidos en la población

Nivel de ansiedad	Total
Ansiedad leve	41%
Ansiedad moderado	34%
Ansiedad severa	13%
ansiedad muy severa	12%

Elaboración propia

En cuanto a la comparativa de la media del resultado de cada ítem respondido por los participantes que representaba el determinado síntoma o signo de ansiedad al momento de responder el instrumento podemos observar en la figura 2, que se ven más afectados en sus funciones Intelectuales (Cognitivas) es decir la dificultad de concentración y la falta de memoria con un porcentaje del 58% mientras que dos categorías de igual porcentaje (57%) son las de segundo mayor peso las cuales son síntomas de insomnio y depresión o falta de interés.

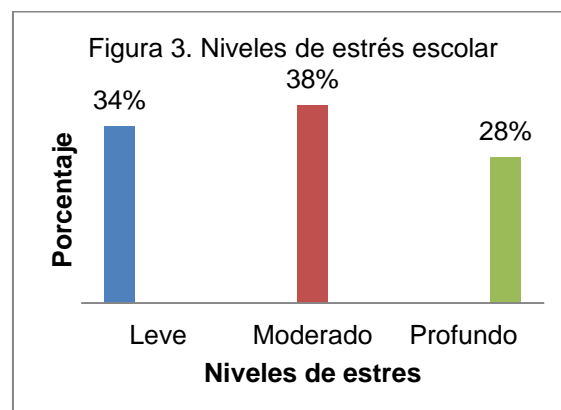


Elaboración propia.

4.2 Análisis del Estrés Académico

En cuanto a los resultados finales de la escala SISCO de estrés académico que se obtuvo de la comparación de las medias de los resultados finales convertidos a porcentajes podemos observar que el 34% de los participantes obtuvo un nivel de estrés leve mientras que el 38% que es el porcentaje mayor muestra que cuentan con un nivel de estrés moderado y finalmente en la categoría

más baja con un 24% observamos que cuentan con un nivel de estrés bastante alto (ver figura 3).



A continuación en la tabla 6, se muestran los resultados que se obtuvieron mediante la media de cada una de las puntuaciones totales de cada uno de los ítems convertidos a porcentajes indican el factor que causa mayor estrés en los estudiantes de acuerdo con la sección del instrumento.

Sobre las evaluaciones de los **factores estresores del ambiente**, contemplamos que el mayor estresor con un 50% del total de resultados dentro del ambiente del estudiante son “*los problemas con los horarios de clase*”, seguido de ello con un 48% del total de resultados vemos que “*el tiempo para realizar sus trabajos*” es el segundo mayor estresante y el tercer más importante con un 45% del total de resultados es la forma en que estos interactúan con sus compañeros “*La competencia con los compañeros del grupo*”.

Tabla 6. Porcentajes sobre factores causantes de estrés

Estresores del Ambiente	Puntuación	%
La competencia con los compañeros del grupo	57	45%
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares	50	39%
La personalidad y el carácter del profesor	46	36%
Las evaluaciones de los profesores	28	22%
Problemas con el horario de clases	64	50%
El tipo de trabajo que te piden los profesores	56	44%
No entender los temas que se abordan en clase	50	39%
Participación en clase	53	41%
Tiempo para hacer trabajos	61	48%

Elaboración propia

En cuanto a las **reacciones físicas** ante el estrés, en la tabla 7 observamos que los participantes presentaron mayormente un 50% de la puntuación, mostrando síntomas como “*rascarse, morderse las uñas o relacionados*”, la segunda reacción mayormente presentada con un 45% se trata de “*trastornos del sueño*” como insomnio o pesadillas y el tercer mayor (44%) síntoma está relacionado con el anterior y se trata la somnolencia o mayor necesidad de dormir.

Tabla 7. Síntomas físicos ante el estrés

Reacciones físicas	Puntuación	%
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)	57	45%
Fatiga crónica (cansancio permanente)	50	39%
Dolores de cabeza o migrañas	46	36%
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea	28	22%
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.	64	50%
Somnolencia o mayor necesidad de dormir	56	44%

Elaboración propia.

Por parte de las **reacciones psicológicas** en la tabla 8, podemos apreciar que un 54% de la puntuación presento reacciones psicológicas de “*ansiedad, angustia o depresión*” presentándose como el síntoma con mayor puntuación, el segundo mayor con un 48% manifiestan “*sentimientos de depresión y tristeza*” y con un 45% muestran tener “*sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad*”.

Tabla 8. Reacciones psicológicas detectadas en la población

Reacciones psicológicas	Puntuación	%
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)	53	41%
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)	61	48%
Ansiedad, angustia o desesperación	69	54%
Problemas de concentración	43	34%

Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad	57	45%
---	----	-----

Elaboración propia

Por parte de las **reacciones comportamentales** los participantes mayormente presentan un “*aumento o reducción del consumo de alimentos*” (50%) seguido de ello se presenta la “*tendencia a conflictos o tendencia a polemizar o discutir*” (39%) aunque en un grado no muy menor (36%) muestran “*aislarse de los demás*” dentro de su ambiente (ver tabla 9).

Tabla 9. Reacciones comportamentales presentadas en la población

Reacciones comportamentales	Puntuación	%
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir	50	39%
Aislamiento de los demás	46	36%
Desgano para realizar las labores escolares	28	22%
Aumento o reducción del consumo de alimentos	64	50%

Elaboración propia

En la sección ultima de **estrategias de afrontamiento** contemplamos que una mayor parte de la población deciden “*buscar una mayor información sobre su situación*” (55%) seguido de ello con resultados muy similares un 54% buscan afrontar la situación por medio de sus creencias religiosas con “*oraciones o asistencia a misa*”, por ultimo vemos que la tercer estrategia más utilizada por los participantes con un 48% son los “*elogios a su persona*” como búsqueda de apoyo emocional (ver tabla 10).

Tabla 10. Estrategias de afrontamiento sobre el estrés

Estrategias de afrontamientos	Puntuación	%
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)	56	44%
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas	53	41%
Elogios a sí mismo	61	48%
La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)	69	54%
Búsqueda de información sobre la situación	71	55%
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)	43	34%

Elaboración propia

4.3 Análisis sobre la Percepción de Riesgo de Deserción Escolar causado por Estrés y Ansiedad

En cuanto a la prueba piloto, para obtener los resultados se realizó el mismo procedimiento que en los anteriores instrumentos donde se hizo una comparativa de las medias de los resultados totales y se transformó a porcentaje donde de acuerdo con la puntuación de los participantes el 44% de estos corre un riesgo o interés nulo por decidir desertar, mientras el 53% de estos cuenta con un nivel bajo y apenas el 3% de estos muestran un nivel moderado (ver tabla 11).

Tabla 11. Percepción de riesgo de deserción escolar

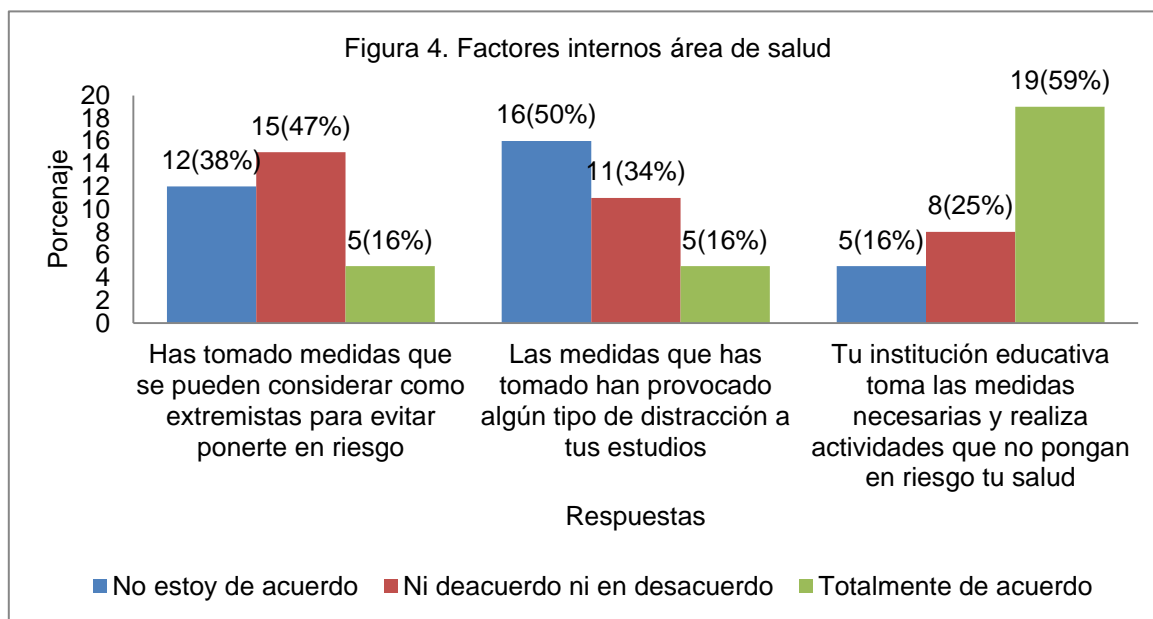
Nivel de riesgo	Total	%
Nivel nulo 14 o menos	14	44%
Nivel bajo 15 a 28	17	53%
Nivel moderado 29 a 42	1	3%
Nivel alto 43 a 54	0	0

Elaboración propia

A continuación se desglosan los resultados de acuerdo a los factores que la componen.

4.3.1 Análisis del área de salud

Sobre las respuestas que ofrecieron los participantes sobre **tomar medidas** que se pueden considerar como extremistas para evitar exponerse a riesgos, el 47% señaló “Ni de acuerdo ni desacuerdo”, el 38% señaló “No estoy de acuerdo” y el 16% señaló estar “Totalmente de acuerdo” en cuanto a la sección sobre si estas medidas los han llegado a distraer de sus estudios 50% de los participantes no están de acuerdo con esa afirmación mientras el 34% no le toma importancia y el 16% de ellos considera que así es, en cuanto a si estos consideran que su respectiva institución educativa toma las medidas necesarias para evitar en riesgo su salud el 16% no está de acuerdo, el 25% se muestra indiferente y el 59% de ellos afirma sentirse cómodo con las medidas de sanidad que son tomadas por su institución (ver figura 4).

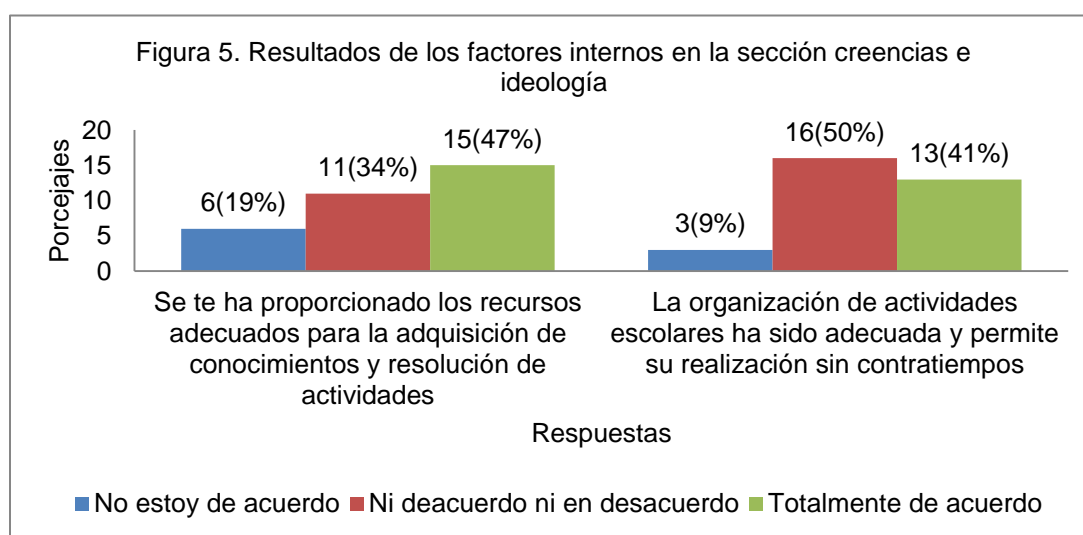


4.3.2 Análisis de las creencias e ideologías

Sobre este factor, los resultados muestran que el 19% de los alumnos consideran que no se les han “*proporcionado los recursos adecuados*” o por lo menos no los suficientes para que ellos adquieran aprendizaje significativo, el 34% de ellos no

parece tomarle mucha atención, sin embargo, el 47% de estos considera que con los recursos que se les proporciona es más que suficiente para que ellos puedan llevar su aprendizaje y adquirir conocimientos.

Por otra parte vemos que el 9% de ellos consideran como inadecuado “*la organización de actividades escolares*” por parte de sus profesores, la mitad de ellos (50%) no le toman importancia a sus horarios y en una menor medida el 41% de ellos están de acuerdo en la forma en que su institución maneja sus horarios de clase (ver figura 5).

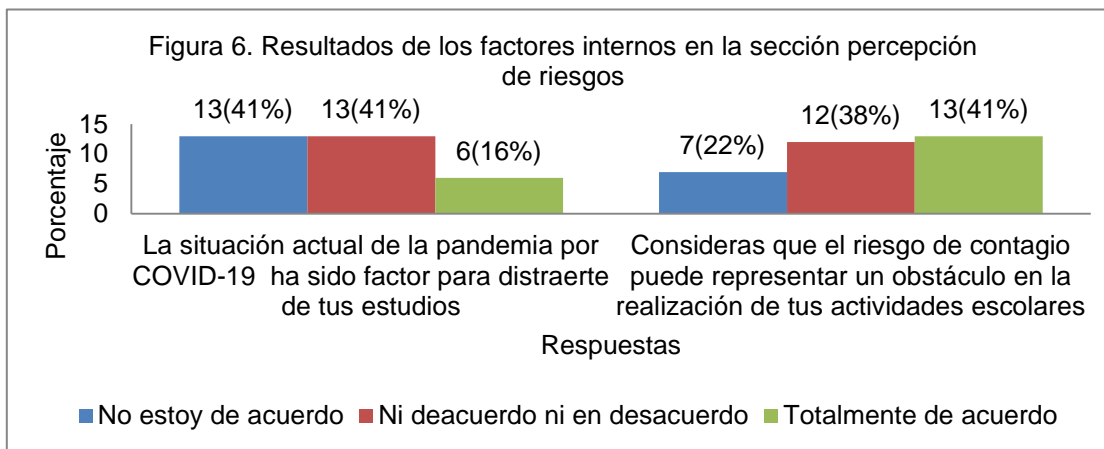


Elaboración propia

4.3.3 Análisis sobre Percepción de Riesgos

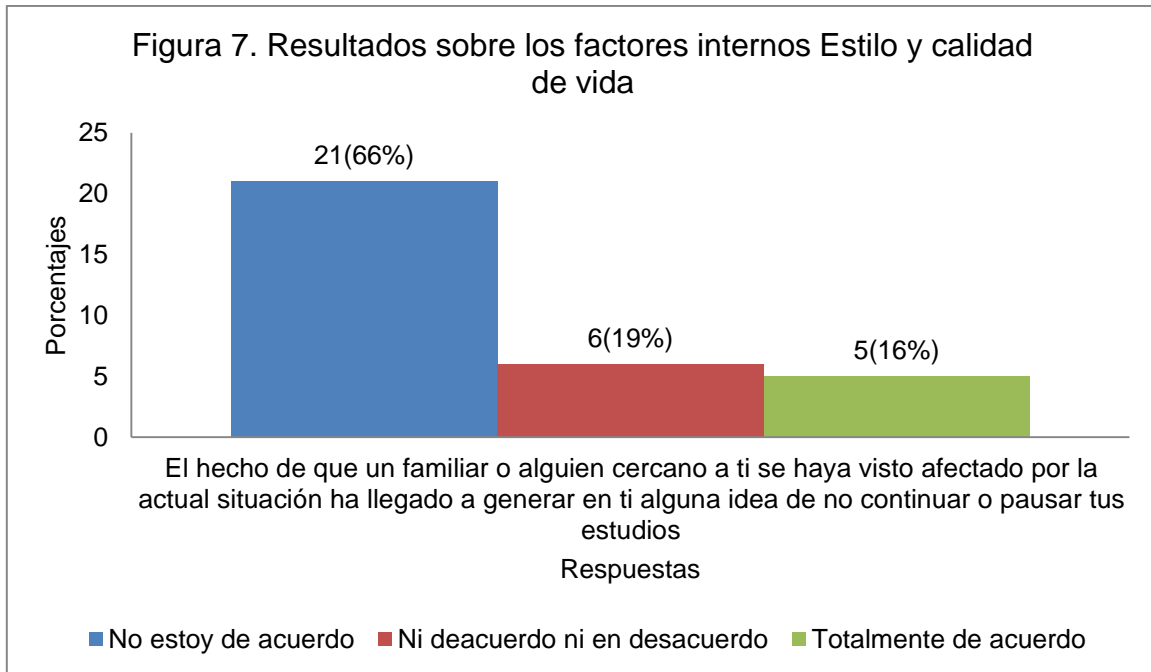
En cuanto a si la situación vivida por la pandemia de COVID-19 ha sido un factor importante para que estos sean distraídos de sus estudios, en los datos se presentó un empate en los porcentajes con un 41% donde en ambos casos los alumnos no estuvieron de acuerdo y en el mismo caso para la respuesta sobre que no estaban ni de acuerdo pero tampoco de acuerdo y solo el 16% de ellos afirmaba que en efecto la situación vivida ha tenido un gran impacto en sus estudios, sin embargo, estos mostraron una diferencia en sus respuestas a la afirmación sobre si el riesgo de contagio sería una gran influencia en sus estudios con 22% que considera que esto no representa ningún obstáculo, el 38% de estos

no le toma importancia a esa posibilidad y en gran medida con un 41% afirman que el contagio de la enfermedad representa un riesgo significativo a sus estudios (ver figura 6).



4.3.4 Análisis sobre el estilo y calidad de vida

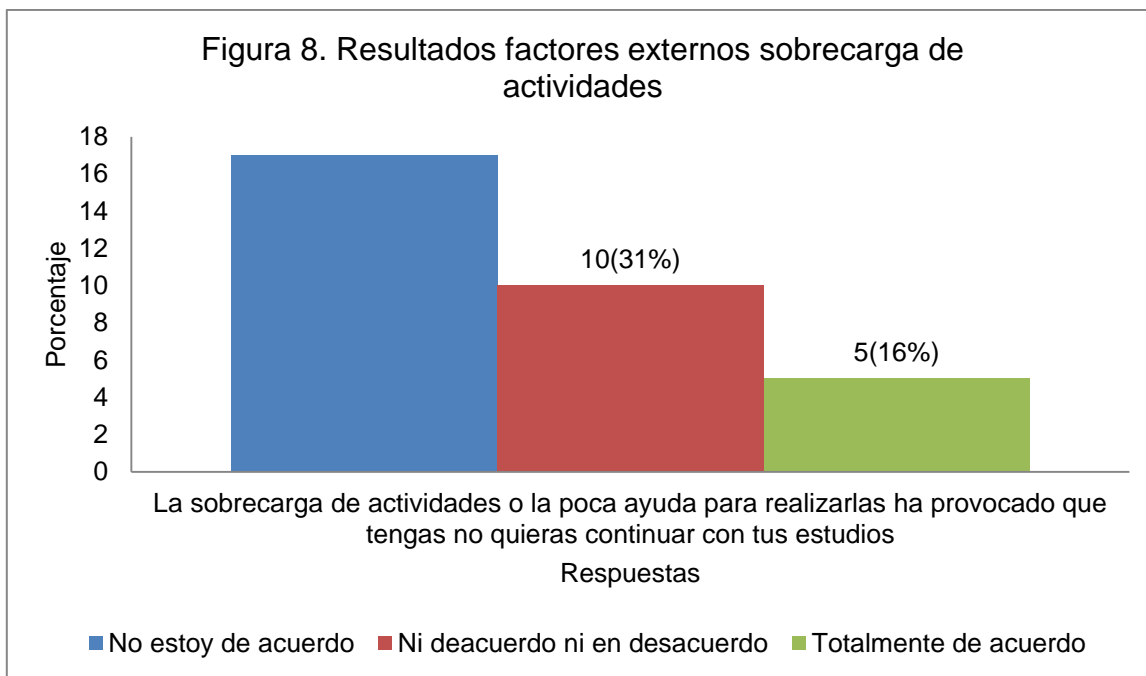
En cuanto al hecho de que algún familiar o conocido del estudiante se haya visto afectado de por alguna circunstancia provocada por la situación de la pandemia ya sea de salud, emocional, económica y/o social que le haya generado la idea de abandonar sus estudios ya sea para apoyar a la persona afectada o para evitar el riesgo que también le ocurra lo mismo, el 66% de los alumnos considera no estar de acuerdo con la situación, 19 % de estos se muestra indiferente ante la situación y solo el 16% de ellos afirma considerar esa posibilidad (ver figura 7).



Elaboración propia

4.4.5 Análisis sobre Carga actividades

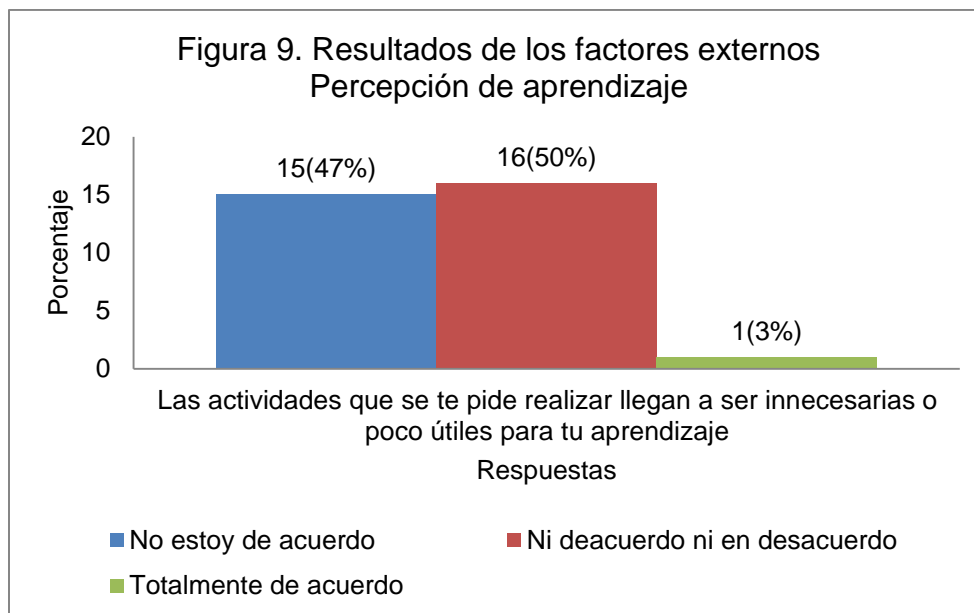
En cuanto a la parte de la sobre carga de actividades por parte de su institución educativa en la que estos consideran abandonar sus estudios para evitar seguir lidiando con esa presión, el 53% de los participantes no considera que este sea motivo para querer desertar, el 31% de estos no le toma importancia a dicha situación y el 16% de ellos afirma que este problema los ha llevado a considerar la deserción, lo anterior se puede apreciar en la figura 8.



Elaboración propia

4.4.6 Análisis sobre Percepción de aprendizaje

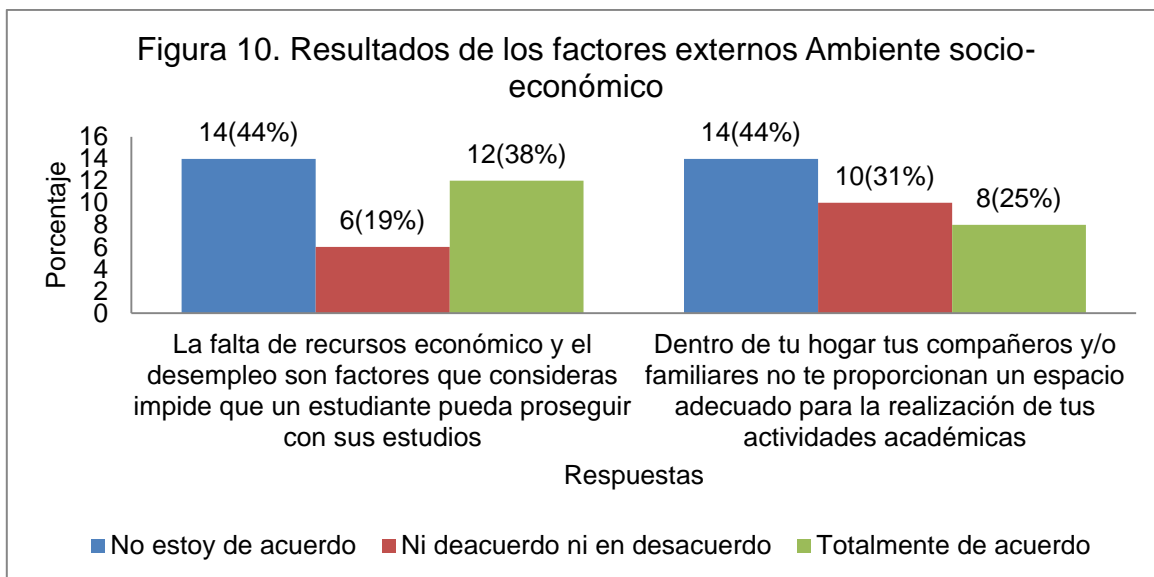
Por otra parte los alumnos consideran que a pesar de la situación el 47% de ellos no está de acuerdo con que las actividades que se les pide realizar sean poco útiles o innecesarias mientras que la mitad de ellos, es decir el 50% no considera que así sea pero tampoco están en total des acuerdo y solo el 3% de ellos considera sus actividades como irrelevantes para su formación (ver figura 9).



4.4.7 Análisis sobre Ambiente socio-económico

Por otra parte el 44% de los participantes no considera que los recursos económicos sean un factor importante para que estos continúen con su aprendizaje, el 19% de ellos no le toma prioridad a la parte económica y 38% de ellos si considera a los recursos económicos y la abundancia de empleo como un factor importante para que estos continúen su formación.

A sí mismo el 44% de los estudiantes no está de acuerdo en que sus familiares dentro de sus hogares representen un obstáculo en cuanto a la disponibilidad de espacio para que estos puedan realizar sus actividades escolares, el 31% de estos no muestran darle prioridad y el 25% de ellos afirma que sus familiares no respetan o brindan algún espacio específico para que estos trabajen (ver figura 10).



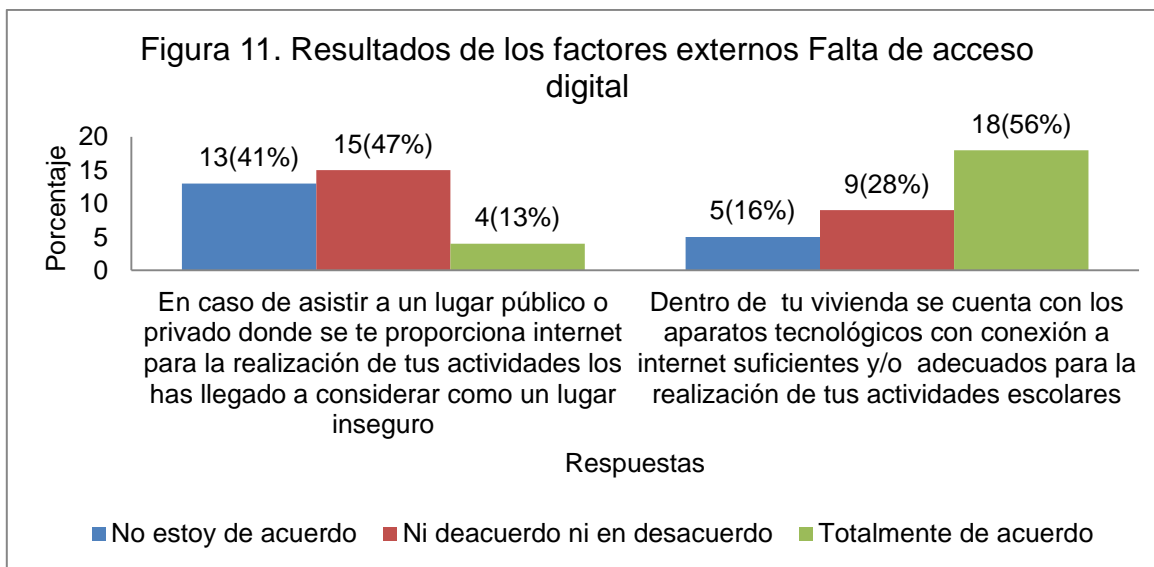
Elaboración propia

4.4.8 Análisis sobre Falta de acceso digital

- En cuanto a la parte del trabajo en dispositivos electrónicos el 41% de los alumnos que asiste a un espacio ya sea público o privado para la realización y cumplimiento de sus actividades no considera sentirse inseguro, el 47% de ellos ven la situación como algo bastante Medir el riesgo de deserción escolar en base niveles de estrés y ansiedad producto del cambio de modalidad de escolarizado a en línea debido a la pandemia de COVID-19 en estudiantes de educación media superior

común o poco relevante y el 13% de ellos afirma sentir que su integridad se ve afectada de alguna manera.

Por otro lado el 16% de los participantes considera que su hogar no cuenta con los recursos necesarios para la realización de sus actividades, el 28% de ellos no le da prioridad a dicho factor y el 56% de los alumnos considera contar con los recursos suficientes para concretar sus actividades escolares.

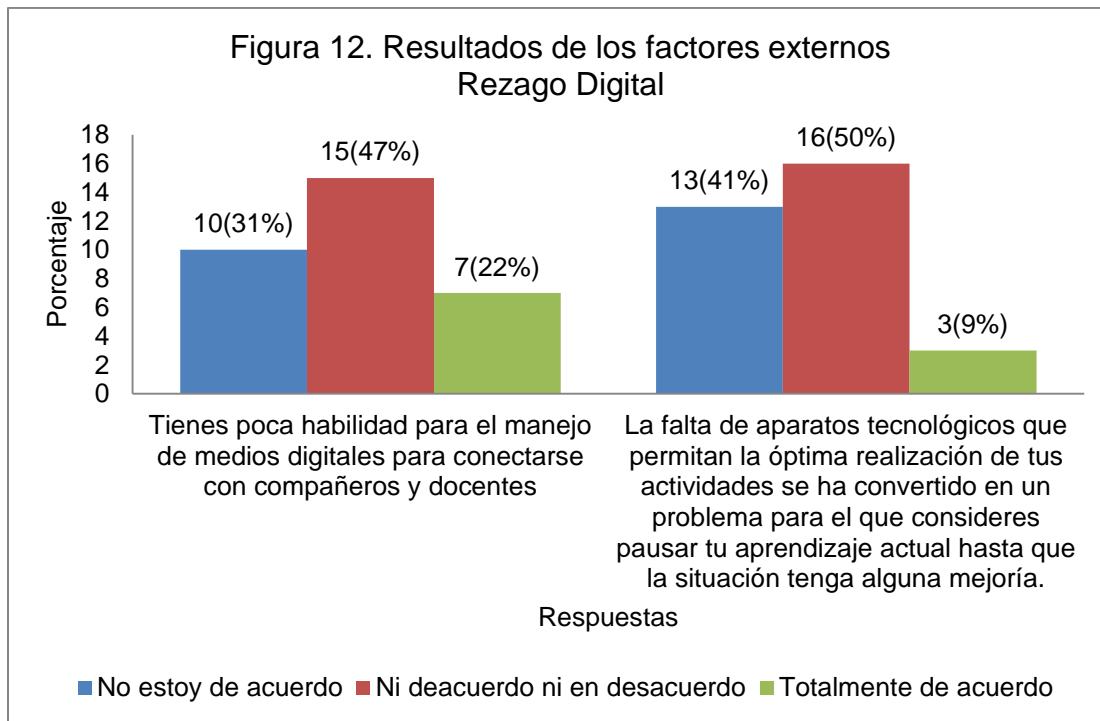


Elaboración propia

4.4.9 Análisis sobre falta de habilidad en el manejo de recursos tecnológicos

Dentro de los factores externos otro factor importante además del conjunto de dispositivos tecnológicos necesarios es la habilidad de usarlos sin embargo el 31% de los participantes considera tener poca habilidad en el manejo de dichos dispositivos para la buena realización de sus actividades, el 47% de ellos no cree que la habilidad de manejo sea un factor importante y solo el 22% considera que tiene un buen manejo sobre estas herramientas.

Sin embargo, en el caso donde los alumnos no cuentan con los aparatos necesarios para dar seguimiento a sus actividades puede llegar a provocarles la idea de pausar sus estudios hasta que su situación por la que atraviesen tenga mejoría y estos puedan adquirir dichos dispositivos o que estos ya tengan la misma relevancia, por ello el 41% de los alumnos no cree que esto sea un factor para que estos dejen inconclusos sus estudios, el 50% de estos no lo perciben como problema pero tampoco como mejoría ante la situación y el 9% de ellos afirma considerar esta idea (Figura 12).

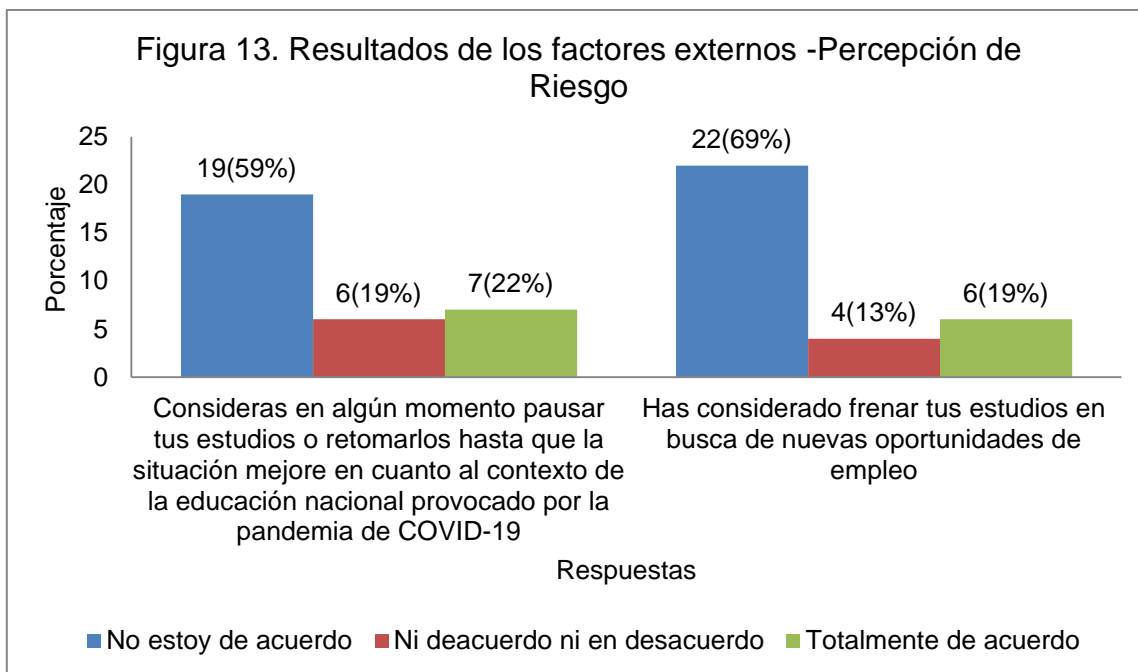


Elaboración propia

4.4.10 Análisis sobre Falta de habilidad en el manejo de recursos tecnológicos

Por último dentro de los factores externos, como una manera resumida de las ideas y factores que pueden llegar a considerar el 59% no está de acuerdo ante la idea de tener que desertar hasta que la situación por la que atraviesa el mundo mejore, el 19% de ellos no les da importancia a la situación y el 22% de ellos afirma considerar la idea de desertar de sus estudios temporalmente hasta que el problema se haya ido.

Así mismo también se considera la idea que los alumnos decidan buscar un empleo que les ayude a solventar sus gastos a tener que continuar con sus estudios, el 69% de ellos no está de acuerdo con dicha afirmación, el 13% no lo considera como importante y el 19% lo ve como una nueva oportunidad de mejora ante la situación por la que atraviesa el sector educativo (en la figura 13).



Elaboración propia.

CAPÍTULO V. DISCUSIÓN

Como se había mencionado antes en la presente investigación se trató de hacer ***una descripción de los niveles de estrés y ansiedad en estudiantes de educación media superior*** los cuales se obtuvieron mediante la aplicación de diversos instrumentos que median estos respectivos padecimientos con el objetivo de obtener el puntaje de una prueba piloto la cual tuvo una puntuación en la prueba de Alfa de Cronbach de .759 que si bien no es una cifra para declarar al instrumento de una gran fidelidad dicho resultado puede ser la base para continuar con trabajos similares y mejores pues para el presente caso el resultado podría indicarnos ***que tan cercano podría estar un alumno de desertar de su estudios*** hasta el momento de la realización del presente trabajo, es decir dichos los puntajes obtenidos en los instrumentos de medición de estrés y ansiedad, los cuales podrían ser un factor determinante para que estos pudieran llegar a considerar la idea de pausar o definitivamente abandonar sus estudios en busca de nuevas oportunidades que les quite esa carga que se ve reflejada en sus respectivos síntomas de estrés y ansiedad causado principalmente por la situación del hecho de tener que cambiar de una modalidad de estudios presencial en un aula de clases e interactuando de primera mano con sus compañeros y maestros a tener que hacerlo a distancia en línea mediante el uso frecuente de herramientas tecnológicas digitales pues al representar una modificación al ambiente al que ya se les había acostumbrado por años, sin embargo, los resultados obtenidos fueron diferentes a los esperados pues de acuerdo con los datos, la mayoría de ellos representado por el 41% de los participantes presentaron niveles leves de ansiedad seguido del 34% quienes obtuvieron un nivel moderado de ansiedad y solo el 13% y 12% obtuvieron niveles severos y muy severos respectivamente lo que nos indica que en su mayoría este tipo de estudiantes no padecen de una ansiedad tan alta como para requerir de algún programa en general que atienda

de la misma manera a todos los estudiantes, entre los síntomas de ansiedad más comunes que se encontraron que el más frecuente con un 58% de alumno que lo presenta es la afectación que tienen estos a sus funciones cognitivas que incluyen dificultad de concentración y falta de memoria, seguido de ellos con el mismo porcentaje de 57% encontramos padecimientos de insomnio y depresión o falta de interés en las actividades, estos resultados son similares a los encontrados por Jadue (2001) que nos indica que como consecuencia de la ansiedad en los estudiantes se encuentran estos mismos síntomas aunque también algunos otros como déficit en el lenguaje y en la habilidad para relacionarse socialmente.

Por el lado del estrés se encontraron resultados un tanto interesantes pues a diferencia de las puntuaciones de ansiedad se encontró que la mayoría de los participantes que es un 38% de ellos padecen de un nivel moderado de estrés mientras que un 34% de ellos obtuvo un grado leve seguido de la población menor de un 28% con un grado profundo de estrés, en términos un poco más específicos encontramos que el principal estresor dentro de su ambiente se trata de problemas con los horarios de clase, la reacción física más común ante el estrés es el hecho de rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc. Por parte de las reacciones psicológicas mayormente llegan a presentar síntomas de ansiedad, angustia o desesperación, en cuanto a las reacciones comportamentales mayormente presentaron desórdenes alimenticios indicando un aumento o una disminución en la cantidad promedio de alimento que consumen, finalmente en cuanto a la estrategia de afrontamiento que mayormente usan los alumnos indica ser la búsqueda de información sobre la situación que ocurre para evitar mayores problemas o bien encontrar la mayor cantidad de soluciones a sus problemas.

Los resultados obtenidos con la evaluación del estrés coincide con lo presentado por Barrazca y Acosta en 2007 que indica que el estrés académico como medida de adaptación donde nos indica que el alumno se ve obligado a un desequilibrio sistemático debido a alteraciones en su ambiente por lo que este comienza a realizar acciones de adaptación como estrategias de afrontamiento similares a las

ya antes mostradas, estas pueden surgir como un descubrimientos espontaneo o como una habilidad ya antes utilizada en situaciones como esta por lo que podría darse a entender que a pesar de la situación vivida por los estudiantes, síntomas de padecimientos como el estrés y la ansiedad que pudieran ser producidas como consecuencia de confinamiento provocado por la pandemia además de un cambio en la modalidad de aprendizaje no necesariamente están directamente relacionados.

Todos estos elementos fueron medidos y analizados debido a que estas puntuaciones pudieran influir en el resultado obtenido en la prueba piloto donde se intenta medir el riesgo de deserción escolar de los estudiantes debido a las diversas situaciones causadas a raíz de la pandemia de COVID-19 y que afecto a múltiples sectores de la población a nivel mundial y entre las más de mayor importancia se encuentra el sector escolar, por lo que era de esperarse que los resultados de la mayoría indicaran un alto grado de deserción escolar, sin embargo, el 44% de los alumnos indico en nivel nulo de riesgo de deserción, seguido del mayor porcentaje de 53% que indican un nivel bajo para su deserción y finalmente apenas el 3% de ellos indica un nivel moderado y si bien estos resultados solo serán válidos para la presente investigación, es claro que contrasta con muchas de las preguntas planteadas para la investigación pues al parecer los niveles de estrés y ansiedad que presentan los estudiantes no son lo suficientemente elevados como para tomarse en cuenta para que estos consideren la idea de desertar de sus estudios, de la misma manera pareciera que factores como el hecho de que algún familiar o conocidos a ellos se hayan visto afectado de manera negativa en el aspecto socioeconómico pudieran provocar un mayor realización de conductas protectoras para evitar contagiarse como resultado del miedo como síntoma de estrés y ansiedad sin embargo otro aspecto a remarcar aunque un poco extremista es el también el posible deceso por parte de algún pariente cercano al alumno que a pesar de la situación pareciera tampoco fungir como un aspecto importante para que el individuo decida desertar de sus estudios debido a la intensidad de los síntomas de padecimientos como el

estrés que se le pudiera generar, así mismo la falta de interacción con sus compañeros y profesores que pudiera producir preocupación en el alumno al no poder interactuar de la manera correcta al igual que no poder apoyar o recibir apoyo por parte de sus compañeros no son factores lo suficientemente relevantes para que estos decidan abandonar sus estudios pues pareciera que estos han mostrado una leve mejoría en su desempeño de la modalidad a distancia.

También se tienen que considerar otro hecho importante como es la falta de recursos ya que en los resultados obtenidos muestran que la falta de aparatos y dispositivos digitales no es un gran impedimento para realizar sus actividades escolares lo cual pudiera contrastar ligeramente con lo planteado por Ortega en 2020 que retoma datos de la Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnologías de la Información en los Hogares (ENDUTIH) en 2019 que reportan que aproximadamente el 45% de los estudiantes en México no cuentan con dichos materiales sin embargo comparándolo con los resultados aquí obtenidos pareciera que esa cifra ha cambiado a favor de los alumnos o por lo menos estos han encontrado la manera de solucionar dicha situación en su mayoría con los recursos que tienen a su alcance.

A raíz de todo lo explorado en los resultados de esta investigación podríamos concluir que **la hipótesis nula previamente planteada es la correcta** pues en resumidas cuentas los alumnos que contestaron las instrumentos no indican tener interés en dejar de lado sus estudios y ya han implementado estrategias de afrontamiento antes el estrés y la ansiedad sobre la situación que vivieron que seguramente ya han aceptado que continuara con este mismo ritmo durante un tiempo más por lo que se adaptaron casi de manera perfecta para no quedarse estancados en su camino y continuar con su formación, sin embargo aunque los resultados presentados no fueron los esperados y afortunadamente los alumnos de esta población han aprendido a adaptarse no quiere decir que en todos los casos ocurrirá lo mismo pues si bien como indican los resultados son pocos los estudiantes que presentaron altos índices de estrés y ansiedad y aunque la

cantidad de alumnos que han considerado la idea de desertar es apenas perceptible para esta investigación eso no quiere decir que tenga la misma oportunidad de ocurrir en todos los casos pues es necesario que las autoridades correspondientes implementen estrategias y programas con el objetivo de disminuir en la medida de lo posible el abandono escolar que si bien el estrés y la ansiedad son padecimientos que son casi imposibles de padecer en la vida de los estudiantes son factores que junto con otros deben de recibir la importancia adecuada si lo que se quiere es formar la mayor cantidad de profesionistas posibles que a un largo plazo les ayude a conseguir mejores oportunidades de empleo y a su vez estos contribuyan en el mejoramiento de la población como sociedad.

REFERENCIAS

- Arechiga, M. A. (2017). Trabajo infantil, causa de explotación y deserción en las escuelas, periódico el occidental <https://www.eloccidental.com.mx/local/trabajo-infantil-causa-de-explotacion-y-desercion-en-las-escuelas-1285024.html#:~:text=Este%2012%20de%20junio%20se,a%C3%B1os%20que%20laboran%2C%20terminan%20dejando>
- Arellano, S. (2020). El rezago educativo en el contexto de la COVID19, México Social, la cuestión de México. <https://www.mexicosocial.org/el-rezago-educativo-en-el-contexto-de-la-covid19/>
- Ávila, J. (2014). El estrés es un problema de salud del mundo actual. *CON-CIENCIA*, 2(1), 117-125 http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2310-02652014000100013&lng=es&tlng=es
- Barraza, A. y Acosta M. (2007). *El estrés de examen en educación media superior. Caso Colegio de Ciencias y Humanidades de la Universidad Juárez del Estado de Durango*. *Innovación Educativa*. 7, 17-37.
- Barraza, M. A. (2007), Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del Estrés Académico. En la Biblioteca Virtual de Psicología Científica.com <http://www.psicologiaincientifica.com>
- BBC News Mundo (2020). *Coronavirus: por qué covid-19 se llama así y cómo se nombran los virus y las enfermedades infecciosas*. <https://www.bbc.com/mundo/noticias-51912089>
- Berrío, G.N. y Mazo, Z.R. (2011). Estrés Académico. *Revista de Psicología*. 3(2): 65- 82. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/psicologia/article/view/11369>

- Burrows, R., Rosales, M., Alayo, M. y Muzzo, S. (1994). Variables psicosociales y familiares asociadas con el embarazo de adolescentes. *Rev Méd Chile*. 122: 510-6.
- Cazau, P. (2006). Introducción a la investigación en ciencias sociales. 3ª ed. (27). <https://alcazaba.unex.es/asg/400758/MATERIALES/INTRODUCCI%C3%93N%20A%20LA%20INVESTIGACI%C3%93N%20EN%20CC.SS..pdf>
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe. (2002). *Panorama social de América Latina, 2001-2002*. Santiago de Chile en CEPAL. http://www.eclac.org/publicaciones/xml/4/11254/Sintesis_2002.pdf
- Chávez, I. (1996). *El abandono Escolar en la Secundaria: Desertores y Factores Casuales en la Ciudad de Tecomán en el Periodo de 1980-1990*. Tesis de maestría no publicada, Universidad de Colima Facultad de Pedagogía. Tecomán. México
- Cruz, C. (2019). *Por un México sin deserción escolar*. Periódico Contra replica. <https://www.contrareplica.mx/nota-Por-un-Mexico-sin-desercion-escolar2019171220>
- Costa y Tombesi (2020). *Covid-19: el gráfico que muestra el riesgo de contagio de coronavirus según la actividad que hagas*, BBC en Español <https://www.bbc.com/mundo/noticias-54014422>
- Del Valle, S. S. (2020). *Desigualdad educativa, que ahondó la pandemia, requiere políticas públicas*, IBERO Ciudad de México. <https://ibero.mx/prensa/desigualdad-educativa-que-ahondo-la-pandemia-requiere-politicas-publicas>
- Espinoza, D. O., Castillo, G., D., González, F. L. E. y Loyola, C. J. (2014). Factores familiares asociados a la deserción escolar en los niños y niñas mapuche: un estudio de caso. *Estudios pedagógicos*, 40(1), 97-112. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052014000100006>

- Espinoza, O. (2019). *Provoca inseguridad abandono escolar*, periódico *el Sol de Cuernavaca* <https://www.elsoldecuernavaca.com.mx/local/provoca-inseguridad-abandono-escolar-4110644.html>
- Forbes México (2020). *Pandemia agrava problemas de salud mental en mexicanos* <https://www.forbes.com.mx/noticias-pandemia-agrava-problemas-de-salud-mental-en-mexicanos/>
- García, C. C. H. (2006). “La medición en ciencias sociales y en la psicología”. En: Landeros, René y González, Mónica. *Estadística con SPSS y metodología de la investigación*. Trillas.
- Grupo Banco Mundial (2020). *COVID-19: IMPACTO EN LA EDUCACIÓN Y RESPUESTAS DE POLÍTICA PÚBLICA, RESUMEN EJECUTIVO*, 10(5), <http://pubdocs.worldbank.org/en/143771590756983343/Covid-19-Education-Summary-esp.pdf>
- Gudiño, A. (2018). *Ansiedad aumenta 75% en los últimos cinco años en México*, periódico MILENIO. <https://www.milenio.com/ciencia-y-salud/ansiedad-aumenta-75-en-los-ultimos-cinco-anos-en-mexico>
- GUÍA DE PRÁCTICA CLÍNICA (2010). *Diagnóstico y Tratamiento de los Trastornos de ansiedad en el Adulto* (8,9). www.cenetec.salud.gob.mx/interior/gpc.html
- Hallgrimsson, B & Hall, B. K. (2005). *Variation – A central concept in biology*. Elsevier Ed.
- Hamilton M. (1959). *The assessment of anxiety states by rating*. *Br J Med Psychiat* 32: 50-5.
- Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C. y Lucio, P. (1996). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill. Jadue, J, G. (2001). Algunos efectos de la ansiedad en el rendimiento escolar. *Estudios pedagógicos* (27), 111-118. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052001000100008>

- Jerez-Mendoza, M. y Oyarzo-Barría, C. (2015). Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos Osorno. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 53(3), 149-157. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272015000300002>
- La Huerta, M. P. B. (2011). *Promoción de la salud y apoyo psicológico al paciente*, S.A. MCGRAW-HILL. <https://www.mheducation.es/bcv/guide/capitulo/8448176391.pdf>
- Larraga, L. D. M. y Rodríguez, M. H. A. (2017). Factores que impactan la deserción escolar. Percepción de los estudiantes de la Escuela Preparatoria Federalizada No. 1 Ing. Marte. R. Gómez. *Congreso Nacional de investigación educativa*, <https://www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v14/doc/2207.pdf>
- Lobo, A., Chamorro, L., Luque, A., Dal-Ré, R., Badía, X. y Baró, E. (2002). Validación de las versiones en español de la Montgomery-Asberg Depression Rating Scale y la Hamilton Anxiety Rating Scale para la evaluación de la depresión y de la ansiedad. *Med. Clin (Barc)* 118(13):439-9. https://biadmin.cibersam.es/Intranet/Ficheros/GetFichero.aspx?FileName=validacion_esp_MADRS-HARS.pdf
- National Institute of Mental Health (NIMH) (2017). Trastorno de Ansiedad Social: Más allá de la simple timidez, Mental Health Information. <https://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/trastorno-de-ansiedad-social-mas-alla-de-la-simple-timidez/index.shtml>
- Mayo Clinic (2018). *Síntomas de estrés: consecuencias en tu cuerpo y en tu conducta*, Family Health Book (Libro de Salud Familiar de Mayo Clinic). <https://www.mayoclinic.org/es-es/healthy-lifestyle/stress-management/in-depth/stress-symptoms/art-20050987>

- Mayo Clinic (2019). *Trastornos de ansiedad*, Family Health Book (Libro de Salud Familiar de Mayo Clinic) <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/anxiety/symptoms-causes/syc-20350961>
- Mayo Clinic (2019). Manejo del estrés: Identifica cuáles son tus desencadenantes, Estilo de vida saludable: Control del estrés <https://www.mayoclinic.org/es-es/healthy-lifestyle/stress-management/in-depth/stress-management/art-20044151#:~:text=Los%20factores%20estresantes%20externos%20son,a%20scenso%20o%20una%20nueva%20casa>.
- Mendoza, L., Cabrera, E., González, D., Martínez, R., Pérez, E. y Saucedo, R. (2010). Factores que ocasionan estrés en estudiantes universitarios. *Revista de Enfermería*. 4: 35-45.
- Misra, R. y Castillo, L. (2004). *Estrés académico entre estudiantes universitarios: comparación de estudiantes estadounidenses e internacionales*. IJSM. 2 (11) 132- 148.
- Müggenburg, R. V.M.C. y Pérez, C.I. (2007). Tipos de estudio en el enfoque de investigación cuantitativa. *Enfermería Universitaria*, 4(1), 35-38. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=358741821004>
- OMS, 2020, *Preguntas y respuestas sobre la enfermedad por coronavirus (COVID-19)*, Red de Información de la OMS sobre Epidemias. <https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses>
- OMS, Organización Mundial de la Salud (Enero 2021). *Cronología de la respuesta de la OMS a la COVID-19*. <https://www.who.int/es/news/item/29-06-2020-covidtimeline>
- ONU México (2020). *En México 1,4 millones de estudiantes no regresarán a clases este año por la pandemia*, Noticias ONU.

<https://coronavirus.onu.org.mx/en-mexico-14-millones-de-estudiantes-no-regresaran-a-clases-este-ano-por-la-pandemia>

Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos. (2007). *Estudios económicos de la OCDE*.

Orlandini A. (1999) *El estrés Que es y cómo superarlo*. La ciencia para todos. 2da. Edición.

Ortega, A. (2020). *Rezago y desigualdad será el costo de la COVID-19 en educación*, periódico *Expansión*.
<https://politica.expansion.mx/mexico/2020/08/24/rezago-y-desigualdad-sera-el-costode-la-covid-19-en-educacion>

Otzen Tamara y Manterola Carlos, 2017, Técnicas de Muestreo sobre una Población en Estudio, *Int. J. Morphol.*, 35(1)Pp.232(230)
<https://scielo.conicyt.cl/pdf/ijmorphol/v35n1/art37.pdf>

Patte, E. (2020) *La diferencia entre preocupación, estrés y ansiedad*, periódico *The New York Times*.
<https://www.nytimes.com/es/2020/03/04/espanol/estilos-de-vida/que-es-el-estres-ansiedad-preocupacion.html>

Programa de Promoción de la Reforma Educativa en América Latina y el Caribe (PREAL) (2003). *Deserción escolar: Un problema urgente que hay que abordar. Formas y Reformas de la Educación*, Serie Políticas, vol. 5, n. 14, 1-4. http://www.yorku.ca/hdrnet/images/uploaded/Desercion_Escolar.pdf

Periodico El economista (Marzo 2021)-*Cronología de la pandemia en México*,
 CORONAVIRUS EN MÉXICO.
<https://www.eleconomista.com.mx/politica/Cronologia-de-la-pandemia-en-Mexico-20210301-0045.html>

- Periódico Expansión (2020). *3 de cada 10 mexicanos, con síntomas de ansiedad o depresión por COVID* <https://politica.expansion.mx/mexico/2020/05/07/3-de-cada-10-mexicanos-con-sintomas-de-ansiedad-o-depresion-por-covid>
- Posos, M. (2018). *Deserción escolar es por falta de interés: INEGI*, Meganoticias, <https://www.meganoticias.mx/colima/noticia/desercion-escolar-es-por-falta-de-interes-inegi/39843#:~:text=El%20grupo%20de%2015%20a,abandonan%20el%20estudio%20por%20trabajar>
- Puliti, R. (2004). *El Manejo del Estrés*. Editorial KIER
- Rioz, C. (2021). *Durante la pandemia, se dispara deserción escolar en la UNAM*, Periódico MILENIO <https://www.milenio.com/politica/comunidad/covid-pandemia-dispara-desercion-escolar-unam>
- Rivas Acuña, Valentina, & Jiménez Palma, Claudia del Carmen, & Méndez Méndez, Hugo Arturo, & Cruz Arceo, María de los Ángeles, & Magaña Castillo, Margarita, & Victorino Barra, Arminda (2014). *Frecuencia e Intensidad del Estrés en Estudiantes de Licenciatura en Enfermería de la DACS*. Horizonte Sanitario, 13(1),162-169 <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=457845146002>
- Ruiz-Ramírez, R., García-Cué, J. & Pérez-Olvera, M. A. (2014). *CAUSAS Y CONSECUENCIAS DE LA DESERCIÓN ESCOLAR EN EL BACHILLERATO: CASO UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE SINALOA*. Ra Ximhai, 10(5),51-74 <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=461/46132134004>
- Salinero, J. G.(2004). Estudios descriptivo, Nure Investigación, nº7 <http://webpersonal.uma.es/~jmpaez/websci/BLOQUEIII/DocbIII/Estudios%20descriptivos.pdf>

Secretaría de Educación Pública. (2004) *Sistema educativo de los Estados Unidos Mexicanos. Principales cifras*. Ciclo escolar 2003–2004. México

Trucco, Marcelo. (2002). Estrés y trastornos mentales: aspectos neurobiológicos y psicosociales. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 40(Supl. 2), 8-19

<https://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272002000600002>

UNICEF, (2021), 3 de cada 5 niños y niñas que perdieron un año escolar en el mundo durante la pandemia, viven en América Latina y el Caribe, La región se enfrenta al cierre de escuelas más largo del mundo, <https://www.unicef.org/lac/comunicados-prensa/3-de-cada-5-ninos-y-ninas-que-perdieron-un-a%C3%B1o-escolar-en-el-mundo-durante-la-pandemia-viven-en-america-latina-y-el-caribe>

Vargas, M. (2020). *DEPRESIÓN Y ANSIEDAD: LA SALUD MENTAL ANTE LA PANDEMIA DE COVID-19*, Corriente Alterna. <https://corrientealterna.unam.mx/derechos-humanos/depresion-ansiedad-por-coronavirus-salud-mental-ante-la-pandemia/>

Victoria, H. (2020). *DESERCIÓN ESCOLAR EN MÉXICO: UN RETO A VENCER*, Universidad Autónoma Latinoamericana(UAL), Educación Media Superior [https://www.ual.edu.mx/desercion-escolar-en-mexico-un-reto-a-vencer#:~:text=Las%20principales%20causas%20que%20propician,familiares%20\(embarazo%20a%20edad%20temprana%2C](https://www.ual.edu.mx/desercion-escolar-en-mexico-un-reto-a-vencer#:~:text=Las%20principales%20causas%20que%20propician,familiares%20(embarazo%20a%20edad%20temprana%2C)

Anexos

ESCALA DE PERCEPCIÓN DE RIESGO DE DESERCIÓN ESCOLAR CAUSADO POR ESTRÉS Y ANSIEDAD

Ítem	No estoy de acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Totalmente de acuerdo
Has tomado medidas que se pueden considerar como extremistas para evitar ponerte en riesgo			
Las medidas que has tomado han provocado algún tipo de distracción a tus estudios			
Tu institución educativa toma las medidas necesarias y realiza actividades que no pongan en riesgo tu salud			
Se te ha proporcionado los recursos adecuados para la adquisición de conocimientos y resolución de actividades			
La organización de actividades escolares ha sido adecuada y permite su realización sin contratiempos			
La situación actual de la pandemia por COVID-19 ha sido factor para distraerte de tus estudios			

<p>Consideras que el riesgo de contagio puede representar un obstáculo en la realización de tus actividades escolares</p>			
<p>El hecho de que un familiar o alguien cercano a ti se haya visto afectado por la actual situación ha llegado a generar en ti alguna idea de no continuar o pausar tus estudios</p>			
<p>La sobrecarga de actividades o la poca ayuda para realizarlas ha provocado que tengas no quieras continuar con tus estudios</p>			
<p>Las actividades que se te pide realizar llegan a ser innecesarias o poco útiles para tu aprendizaje</p>			
<p>La falta de recursos económico y el desempleo son factores que consideras impide que un estudiante pueda proseguir con sus estudios</p>			
<p>Dentro de tu hogar tus compañeros y/o familiares no te proporcionan un espacio adecuado para la realización de tus actividades académicas</p>			

<p>En caso de asistir a un lugar público o privado donde se te proporciona internet para la realización de tus actividades los has llegado a considerar como un lugar inseguro</p>			
<p>Dentro de tu vivienda se cuenta con los aparatos tecnológicos con conexión a internet suficientes y/o adecuados para la realización de tus actividades escolares</p>			
<p>Tienes poca habilidad para el manejo de medios digitales para conectarse con compañeros y docentes</p>			
<p>La falta de aparatos tecnológicos que permitan la óptima realización de tus actividades se ha convertido en un problema para el que consideres pausar tu aprendizaje actual hasta que la situación tenga alguna mejoría.</p>			
<p>Consideras en algún momento pausar tus estudios o retomarlos hasta que la situación mejore en cuanto al contexto de la educación nacional provocado por la pandemia de COVID-19</p>			
<p>Has considerado frenar tus estudios en</p>			

busca de nuevas oportunidades de empleo			
---	--	--	--