



RELACIÓN ENTRE LA EDAD Y EL ESTRÉS DURANTE LA PANDEMIA EN EL ECUADOR; PROPUESTA DE ESTRATEGIAS TURÍSTICAS

RELATIONSHIP BETWEEN AGE AND STRESS DURING THE PANDEMIC IN ECUADOR; PROPOSAL OF TOURIST STRATEGIES

Manuel Antonio Abarca Zaquinaula, Matius Rodolfo Mendoza Poma,
Freddy Anaximandro Alvarez Lema, Milton Alberto Sampredo Arrieta

Universidad Técnica de Cotopaxi, Ecuador

mail: manuel.abarca9669@utc.edu.ec, matius.mendoza@utc.edu.ec,
freddy.alvarez@utc.edu.ec, milton.sampredo@utc.edu.ec

Recibido: 2021-08-27

Aceptado: 2021-12-01

Clasificación JEL: L25, L83, M51

RESUMEN

El objetivo de este trabajo fue, analizar la correlación existente entre el estrés en tiempos de pandemia y la edad de las personas, a través de la estadística inferencial para proponer estrategias turísticas. Las variables de estudio fueron: nivel de estrés y edad, la muestra estuvo conformada por 4220 personas de 19 provincias del Ecuador. Se aplicó un cuestionario en google forms empleando la técnica de encuesta. El análisis estadístico de los datos se realizó con base en el programa estadístico SPSS versión 23 y la realización de la prueba estadística no paramétrica correspondiente “Correlación de Spearman”, con un nivel de confianza al 95% y un nivel de significancia del 5 %. Se concluyó que los más afectados en términos de estrés son las personas de entre 19 y 28 años de edad y que el turismo debe desarrollarse con un enfoque de anti-estrés de la demanda de manera constante.

Palabras clave: estrés, edad, turismo, estrategias turísticas, COVID-19

ABSTRACT

The objective of this work was to analyze the correlation between current stress and people's age, through inferential statistics to propose tourism strategies. The study variables were: “Stress Level” and “Age”. The sample consisted of 4220 people from 19 provinces of Ecuador. A questionnaire was applied through google forms using the survey technique. The statistical analysis of the data was performed based on the SPSS version 23 statistical program through the non-parametric statistical test “Spearman's Correlation”, with a confidence level of 95% and a significance level of 5%. The conclusion was reached that those most affected in terms of stress are people between 19 and 28 years of age and that tourism must be developed with a focus on alleviating the stress of demand on a constant basis.

Keywords: stress, age, tourism, tourism strategies, COVID -19.



INTRODUCCIÓN

Los coronavirus, son una gran familia de virus que causan enfermedades que van desde el resfriado común hasta enfermedades más graves. La epidemia de la COVID-19 fue declarada por la OMS una emergencia de salud pública de preocupación internacional el 30 de enero de 2020. El Director General de la Organización Mundial de la Salud (OMS), el Dr. Tedros Adhanom Ghebreyesus, anunció el 11 de marzo de 2020 que la nueva enfermedad por el coronavirus 2019 (COVID-19) puede caracterizarse como una pandemia. La caracterización de pandemia significa que la epidemia se ha extendido por varios países, continentes o todo el mundo, y que afecta a un gran número de personas (OPS, 2020).

En consecuencia, el Presidente Lenin Moreno el 14 de marzo del año 2020, como medida preventiva ante la emergencia sanitaria producido por la COVID-19, declaró estado de excepción en todo el territorio nacional. Seis meses estuvieron las familias ecuatorianas en confinamiento domiciliario y otras medidas de prevención, mismas que trajeron consigo problemas al sistema económico y matriz productiva del país, y una de las actividades económicas más afectadas fue el turismo, al considerar que el turismo es una de las principales actividades económicas en el mundo (Dalles, 2012, pág. 128).

Es importante aportar elementos de análisis a la situación actual del turismo en el país, más aún en tiempos de pandemia, con miras a una pronta reactivación turística, por ello el propósito del presente trabajo es analizar la correlación existente entre el estrés que actualmente deben estar viviendo las familias ecuatorianas y su edad, identificando a través de la estadística inferencial el promedio de edad de las personas más afectadas en términos de estrés en la presente pandemia.

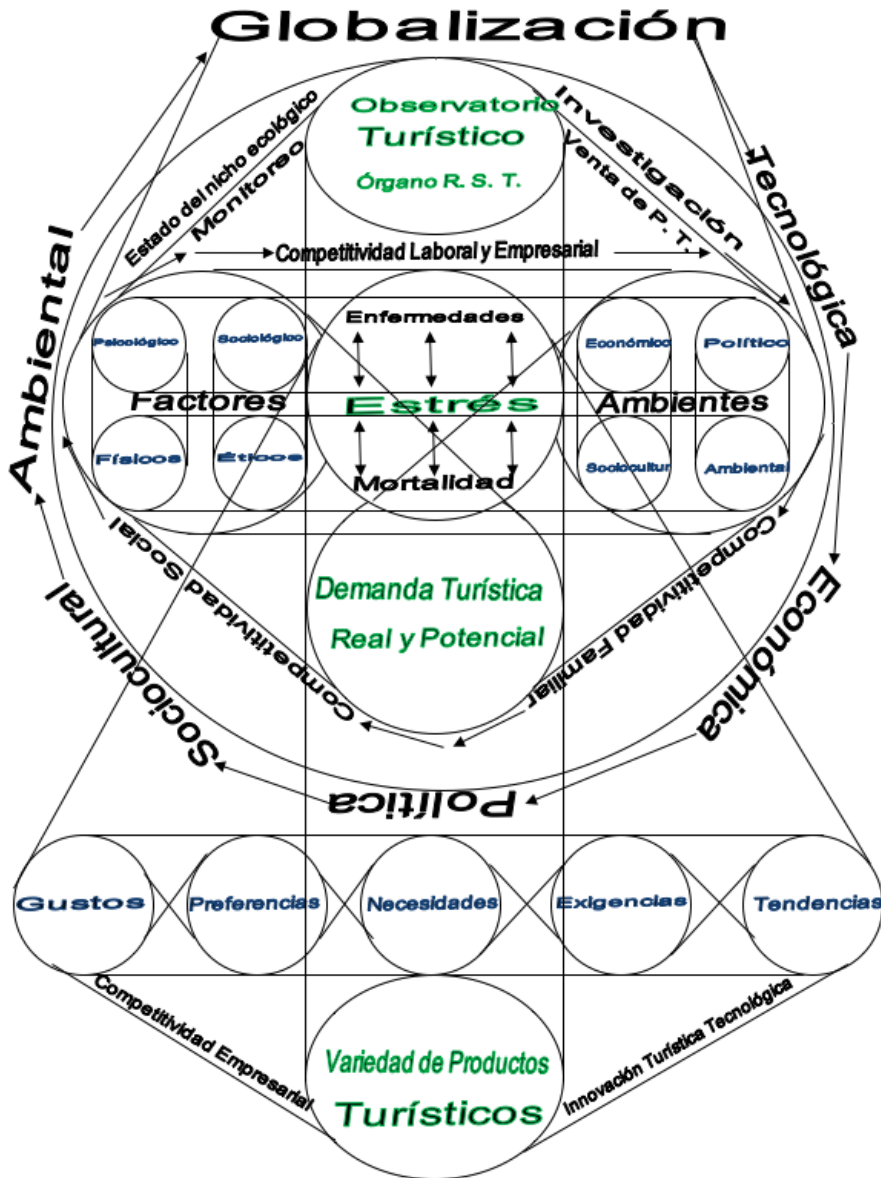
El fenómeno del estrés se lo suele interpretar en referencia a una amplia gama de experiencias, entre las que figuran el nerviosismo, la tensión, el cansancio, el agobio, la inquietud y otras sensaciones similares, como la desmesurada presión escolar, laboral o de otra índole, incluso con la depresión siendo este un problema de salud pública importante, pero su etiología y fisiopatología siguen siendo poco conocidas (Pizzagalli, 2014).

Esta comprensión incompleta probablemente se deba al hecho de que la depresión engloba un conjunto heterogéneo de trastornos. Igualmente, se lo atribuye a situaciones de miedo, temor, angustia, pánico, afán por cumplir, vacío existencial, celeridad por cumplir metas y propósitos, incapacidad de afrontamiento o incompetencia interrelacional en la socialización, dicha dificultad para identificar el significado del término estrés se evidencia desde tiempo atrás. (Mazo y García, 2011).

El estrés actualmente es conocido como una respuesta natural de nuestro organismo ante las situaciones que percibe como un desafío, una alarma o un problema. Para hacerle frente, intenta adaptarse a esas situaciones, y esto implica poner en marcha una serie de procesos fisiológicos, cognitivos, emocionales y de conducta. Para medir el estrés existen varias metodologías como: prueba de valoración del estrés, Stress Visualization Experience y escalas de medición de algunos autores, tipo cuestionarios (Fundación EROSKI, 2020).

Nuevos enfoques de la neurobiología del trastorno por estrés postraumático para abordar la crisis reportada en el desarrollo de fármacos para su tratamiento pueden requerir que el campo vaya más allá de una perspectiva estrecha basada en el miedo, ya que los medicamentos basados en el miedo aún no han demostrado una eficacia convincente. Los antidepresivos, en particular, los de acción rápida, ejercen efectos complejos sobre la función y la estructura del cerebro que se basan en aspectos novedosos de la biología, incluida la función de la desconectividad sináptica relacionada con

Figura 1. Nicho ecológico de la demanda turística



Fuente: Elaboración Propia

El turismo comprende las actividades que realizan las personas cuando se trasladan de su lugar de residencia a otro por diferentes motivaciones, por más de 24 horas y menos de un año (UNWTO, 2020). El proceso de comprensión y análisis del turismo se explica a través de un sistema complejo compuesto por múltiples grupos de interés (Muñoz, 2012). Sería importante hacer uso de las actividades turísticas tipo recetas médicas para combatir el estrés, ansiedad, obesidad y sedentarismo (problemas actuales de nuestra sociedad). Para ello, en el gráfico 1 se observa cómo se obtienen los gustos, preferencias, necesidades, exigencias y tendencias de la demanda turística con base en el análisis de los componentes de su nicho ecológico.

Precisamente el presente trabajo evalúa el estrés de los pobladores del Ecuador en tiempos de pandemia y lo correlaciona con la edad, tomando al resultado de esta correlación como indicador de las actividades turísticas que necesitan realizar actualmente las personas para mejorar su salud. Además, contribuir con información importante para una pronta reactivación turística endógena, desde las corrientes turísticas locales, regionales y nacionales.

En la revisión bibliográfica consultada no se ha encontrado estudios similares con las mismas variables de estudio con enfoque turístico. Por ello, se mencionan algunos estudios encontrados que emplearon la estadística inferencial para llegar a sus conclusiones con otras variables de estudio. Uno de ellos realiza un análisis comportamental cuantitativo fundamentado en los datos procedentes de las encuestas aleatorias realizadas por el Instituto Nacional de Estadística de Uruguay (Luiz, 2020). Otro trata sobre la relación entre residentes, turistas y agentes inmobiliarios/turísticos de un barrio barcelonés de La Barceloneta (Fonseca, 2019). Otro evalúa los impactos económicos, socioculturales y medioambientales ocasionados por el turismo en España (Duque, 2019).

METODOLOGÍA

Población y muestra

La población de estudio estuvo conformada por los habitantes del Ecuador desde los 12 años hasta los 66 años de edad. No existiendo datos actualizados por parte del Instituto Nacional de Estadística y Censos del Ecuador, siendo el último censo de población y vivienda realizado en el año 2010 (14.306.876 ecuatorianos) cuando actualmente son 17.452.484 ecuatorianos, resulta imposible conocer el tamaño real de la población de estudio, por tal razón se utilizó la fórmula para calcular la muestra cuando no se conoce la población, con un intervalo de confianza al 97% y un margen de error del 3 %, teniendo como resultado 1309 personas.

$$n = (Z^2 \times Pq) / e^2 = ((2.17)^2 \times 0.5 \times 0.5) / (0.03)^2 = (4.7089 \times 0.25) / 0.0009 = 1.177225 / 0.0009 = 1.308.02 = 1309 \text{ personas}$$

Con base en los datos obtenidos del censo de población y vivienda del año 2010 se segmentó a los pobladores desde los 12 años hasta los 66 años de edad, y con la ayuda del Excel a través de la herramienta análisis de datos se seleccionó aleatoriamente a 1309 habitantes. Cabe resaltar que para obtener los datos de los pobladores seleccionados aleatoriamente fue complejo debido a la desactualización de los datos, como por ejemplo; la edad, dirección y datos de contacto, más complejo aún en tiempos de pandemia. Para ello se coordinó y se contó con la ayuda de autoridades, empleados, docentes y estudiantes de la Universidad Técnica de Cotopaxi (UTC) y mediante trabajo conjunto se obtuvieron los datos necesarios para la muestra. Cabe resaltar que se obtuvo 4220 respuestas válidas y comprendiendo que a mayor participantes mayor probabilidad de obtener una muestra representativa, la cual incluye personas entre 12 y 66 años de edad, provenientes de 19 provincias de las 24 que tiene Ecuador. A continuación se describe el número de participantes por provincia de residencia.

Instrumento de recolección de datos

Una vez definidos los participantes que conformaron la muestra del estudio, se procedió a la elaboración del cuestionario y/o instrumento de recolección de datos, para ello en primer lugar se trabajó con todo el equipo investigador en una matriz de operacionalización de variables (variables independientes, indicador, unidades y tipo de variable) y mediante discusión y cruce de información, con el objetivo de emplear un instrumento que tenga validez y fiabilidad, se resolvió emplear el test de estrés del Instituto de Psicoterapia & Investigación Psicosomática.

Tabla 1. Cuestionario del test de estrés del Instituto de Psicoterapia e Investigación Psicosomática

Preguntas	0 Nada en absoluto	1 De vez en cuando	2 Dos a tres veces por semana	3 A Diario	4 De manera continua
Siente taquicardias o palpitaciones raras en el corazón?	0	1	2	3	4
Sufre de dolores de cabeza, especialmente en la parte posterior cerca al trapecio y hombros?	0	1	2	3	4
Presenta falta o exceso de apetito?	0	1	2	3	4
Tiene problemas gastrointestinales?	0	1	2	3	4
Le aumenta el hábito de fumar, beber alcohol o siente desesperación?	0	1	2	3	4
Tiene dolor de espalda?	0	1	2	3	4
Duerme mal o de manera irregular?	0	1	2	3	4
Tiene dificultades de concentración?	0	1	2	3	4
Se siente enojado o irritado de la nada?	0	1	2	3	4
Siente sensaciones de pérdida de control?	0	1	2	3	4

Fuente: Con base en el test de estrés (Instituto de Psicoterapia & Investigación Psicosomática, 2020)

Para su valoración se suman las respuestas de las 10 preguntas y de acuerdo al número resultante, se clasifica al estrés según la siguiente escala; De 0 a 10 puntos estrés controlado. De 11 a 24 puntos estrés severo con problemas (cambiar algo en el estilo de vida). Más de 24 puntos estrés muy severo con alerta roja (se debería controlar el estrés de manera inmediata).

Además, se diseñó una muestra piloto de 100 personas pertenecientes a las edades de entre 12 y 66 años de edad. Con base en los resultados obtenidos en el piloto, y con la ayuda del SPSS versión 23, se obtuvo un Alfa de Cronbach superior para los dos factores de 0.84. Estos datos indican que es un cuestionario con un grado aceptable de validez y fiabilidad para evaluar el estrés percibido.

Procedimiento

En el presente estudio se analizó la correlación existente entre la variable categórica ordinal nivel de estrés y la variable numérica discreta edad para proponer estrategias turísticas. Para ello se plantearon las siguientes hipótesis: la primera fue la hipótesis nula “No existe correlación entre el nivel de estrés y la edad” y la segunda fue la hipótesis alterna “Si existe correlación entre el nivel de estrés y la edad” para su comprobación se eligió la prueba estadística no paramétrica “Correlación de Spearman” debido a que fue la prueba estadística que más se ajustó a la naturalidad de las variables de estudio (Instituto Superior de Ciencias Médicas de la Habana, 2009). En este sentido se obtuvo 4220 respuestas válidas, y a continuación se procedió a ingresar los datos de las dos variables de estudio al programa estadístico SPSS versión 23 y se aplicó la prueba estadística antes mencionada, y con base en los resultados se propusieron actividades turísticas acorde al nivel de estrés y edad de las personas.

RESULTADOS

Variable: Nivel de estrés

Tabla 2. Tabla de frecuencia del nivel de estrés de la muestra

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Estrés	Controlado	3344	79.2	79.2
	Severo	534	12.7	91.9
	Muy severo	342	8.1	100,0
	Total	4220	100	

Fuente: Elaboración propia a partir de los resultados del test

Se puede apreciar en la tabla 2 que la mayoría de las personas de la muestra, 3344 personas equivalentes al 79,2 % exactamente mantienen un estrés controlado, mientras 534 personas equivalentes al 12,7% de la muestra padecen de estrés severo, teniendo como recomendación cambiar algunos aspectos de su estilo de vida, y 342 personas equivalentes al 8,1% sufren de estrés muy severo, teniendo como recomendación realizar acciones o actividades urgentes para controlar el estrés.

Variable: Edad

Tabla 3. Tabla de frecuencia de la edad de la muestra

Edad	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
12	60	1.4	1.4
13	50	1.2	2.6
14	80	1.9	4.5
15	30	0.7	5.2
16	20	0.5	5.7
17	70	1.7	7.3
18	180	4.3	11.6
19	260	6.2	17.8
20	350	8.3	26.1
21	360	8.5	34.6
22	310	7.3	41.9
23	400	9.5	51.4
24	160	3.8	55.2
25	140	3.3	58.5
26	90	2.1	60.7
27	20	0.5	61.1
28	60	1.4	62.6
29	60	1.4	64.0
30	60	1.4	65.4
31	30	0.7	66.1
32	50	1.2	67.3

33	50	1.2	68.5
34	40	0.9	69.4
35	80	1.9	71.3
36	60	1.4	72.7
37	130	3.1	75.8
38	60	1.4	77.3
39	60	1.4	78.7
40	70	1.7	80.3
41	20	0.5	80.8
42	70	1.7	82.5
43	100	2.4	84.8
44	60	1.4	86.3
45	60	1.4	87.7
46	20	0.5	88.2
47	50	1.2	89.3
48	30	0.7	90.0
49	50	1.2	91.2
50	60	1.4	92.7
51	50	1.2	93.8
52	20	0.5	94.3
53	40	0.9	95.3
54	30	0.7	96.0
55	10	0.2	96.2
56	10	0.2	96.4
58	20	0.5	96.9
59	30	0.7	97.6
60	20	0.5	98.1
61	20	0.5	98.6
62	10	0.2	98.8
63	30	0.7	99.5
65	10	0.2	99.8
66	10	0.2	100.0
Total	4220	100	

Fuente: Elaboración propia a partir de los resultados del test.

Se puede observar en la tabla 3 que la muestra está conformada por personas de edades muy variadas y de 19 de 24 provincias que tiene el Ecuador, con una buena distribución de frecuencia, con lo antes mencionado se considera que se cuenta con una muestra representativa.

Prueba de hipótesis

**Tabla 4. Tabla de resultados de la prueba de correlación de las variables en estudio
Correlaciones de Spearman**

			Nivel de estrés	Edad pobladores
Rho de Spearman	Nivel de estrés	Coefficiente de correlación	1.00	-,076**
		Sig. (bilateral)	.	.00
		N	4220	4220
	Edad pobladores	Coefficiente de correlación	-,076**	1.00
		Sig. (bilateral)	.00	.
			4220	4220

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

Observando en la tabla 4 que el valor de P es 0.01, mucho menor que el nivel de significancia o nivel máximo de error permitido 0.05, se descarta la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna “Existe correlación entre el nivel de estrés y la edad de las personas”. Si bien existe correlación entre el estrés y la edad de los pobladores del Ecuador actualmente en tiempos de pandemia, esta correlación tiene una fuerza de “Rho” de - .076 resultando ser negativa muy baja.

Tabla 5. Medidas de tendencia central y dispersión del nivel de estrés de la muestra

Edad	Controlado	Severo	Muy severo	Total
Número de datos	3344	534	342	4220
Media	29.58	26.55	27.70	29.04
Desviación estándar	12.59	9.85	11.10	12.20
Error típico	.22	.43	.60	0.19

Fuente: Elaboración propia a partir de los resultados del test

Se aprecia en la tabla 5 que la media de edad de las personas que mantiene controlado el estrés es de 29.58 años de edad y la media de edad de las personas que padecen de estrés severo es de 26.55 años de edad, frente a la media de edad de las personas que sufren de estrés muy severo de 27.70 años de edad.

DISCUSIÓN

Como se mencionó en la introducción no se encontraron estudios similares que analicen la correlación entre las variables nivel de estrés y edad de las personas para proponer estrategias turísticas. Por tal razón es difícil contrastar los resultados obtenidos en el presente estudio con los resultados de otros estudios realizados anteriormente, más bien los datos obtenidos van a servir de marco teórico para futuras investigaciones.

Son evidentes los impactos producidos por la COVID-19 en todo el mundo, tanto en la salud de las personas como en la economía de los pueblos. Desde esa perspectiva es imperante que el turismo sea parte de las disciplinas que intenten paliar los impactos de la pandemia, en especial en los dos aspectos antes mencionados. El enfoque principal del turismo antes de la pandemia fue el gasto turístico y los beneficios de redistribución económica que este generaba en las economías de los pueblos. Se puede decir que el turismo tenía un enfoque de arriba hacia abajo en términos de estatus

económico de la demanda turística y precisamente una vez que se vaya desvaneciendo la pandemia las familias y pueblos irán quedando cada vez más pobres y ese escenario no es favorable para el enfoque turístico antes mencionado.

Por lo mencionado en el párrafo anterior y con base en los resultados de la presente investigación, se propone como estrategia turística cambiar el enfoque del turismo hacia un enfoque más endógeno de abajo hacia arriba teniendo como objetivo principal la salud de las personas, en especial plantear debates turísticos con miras a solucionar los principales problemas que enfrenta la sociedad actualmente como son: estrés, obesidad, sedentarismo, ansiedad, entre otros, dejando en segundo plano al gasto turístico, resaltando que éste vendrá por añadidura.

Siendo así, la reactivación turística debe iniciar desde el análisis de las corrientes turísticas locales, regionales, nacionales e internacionales, más no a lo contrario. Por esta razón el presente trabajo contribuye con información sobre los niveles de estrés en tiempos de pandemia de los pobladores del Ecuador. Aunque se menciona que el cuestionario fue aplicado en el mes de mayo exactamente a dos meses de confinamiento domiciliario e inicio de la pandemia y pueda que haya sido muy pronto para medir el estrés de las personas, por tal razón en los resultados se obtiene que el 79.2% de las personas tienen un nivel de estrés controlado, o puede ser que los participantes del estudio no respondieron con la verdad del caso, considerando interesante medir el estrés actualmente para observar el comportamiento de los niveles de estrés ante el agravamiento de los impactos de la pandemia.

Por otra parte destacar los resultados obtenidos con relación a las personas que tienen niveles de estrés severo y muy severo se encuentran entre las edades de 19 a 29 años de edad, con mayor prevalencia las personas de 25 a 27 años de edad, quedando una gran inquietud por investigar las causas de estos resultados, teniendo en cuenta que a simple vista se pudo haber supuesto, que las personas más estresadas en tiempos de pandemia pueden haber sido las de más edad, pero no fue el caso en el presente estudio.

Con base en el enfoque turístico propuesto, a continuación se propone una tabla de clasificación de los tipos de turismo y actividades turísticas, en los cuales se sugiere enfocar los esfuerzos de reactivación turística, e ideas de adaptación y emprendimiento en tiempos de pandemia y post-pandemia, bajo estrictas medidas de bioseguridad según sea cada caso.

Tabla 6. Propuesta de estrategias turísticas

Nivel de estrés y edad	Descripción	Tipo de turismo y actividades turísticas
actividades turísticas	Si bien, según los resultados de la investigación mantienen controlado el estrés, tienen mucha energía, curiosidad y deseos de socializar, más aún en tiempos de pandemia.	Turismo recreativo (juegos electrónicos, juegos lúdicos en casa, actividades recreativas en casa con la familia con o sin tecnología)
		City tour (paseos por el barrio, ciudad de residencia, paseos senderos naturales, otras ciudades e ir de compras)
		Turismo de diversión y descubrimiento (reuniones con o sin tecnología entre jóvenes de la misma edad con diferentes temáticas)
		Turismo deportivo (actividades deportivas en casa, barrio o ciudad, en familia o amigos, con o sin tecnología).

Severo y muy severo 19-29 años	Según los resultados de la investigación y estrés, son las personas más afectadas por la pandemia, teniendo mayor acumulación de cortisol y adrenalina en su cuerpo. Teniendo una urgencia por hacer algo para eliminarlos.	Turismo de Aventura (cualquier actividad que requiera de esfuerzo físico y adrenalina, sea en agua, tierra o aire, con o sin tecnología)
		Ecoturismo (ciclismo en montaña, paseos a caballo, caminatas, ascensos, toda actividad en la naturaleza que requiera un nivel medio y alto de esfuerzo y adrenalina, con o sin tecnología)
		Turismo deportivo (actividades deportivas en la ciudad o naturaleza que requiera competitividad, esfuerzo y adrenalina, con o sin tecnología)
		Turismo de diversión (acompañado de sol y playa, en la ciudad o naturaleza, con o sin tecnología)
Controlado 30-66 años	Si bien, según los resultados de la investigación mantienen controlado el estrés, precisamente para seguirlo controlado necesitan de muchas actividades de relajación que los saque de la rutina diaria, sin mayor esfuerzo físico, sino más bien por salud.	City tour (paseos por el barrio, ciudad de residencia, paseos senderos naturales, otras ciudades e ir de compras, siempre con la familia)
		Ecoturismo (paseos relajantes por la naturaleza con la familia, actividades en la naturaleza que no necesiten mayor esfuerzo)
		Turismo deportivo (actividades deportivas sin mayor esfuerzo ni competitividad, con o sin tecnología en sus hogares, barrio o ciudad de residencia)
		Turismo culinario (actividades de relajamiento que tengan que ver con la alimentación y preparación de alimentos, sea en casa, cursos virtuales, etc...)
		Turismo virtual (realidades virtuales relajantes, cursos virtuales relajantes, cursos de capacitación, entre otros)

Fuente: Elaboración propia.

Por lo expuesto, hay que tener en cuenta el conocimiento profundo sobre los actores turísticos en territorio y sus relaciones, debido que éste es un elemento básico para la gestión activa de cualquier destino turístico, ya que tienen una importancia especial en las estrategias y las acciones que deben emprenderse para adaptarse a las nuevas condiciones del contexto (Merinero & Pulido, 2009).

CONCLUSIONES

Se comprobó a través del programa SPSS versión 23 y prueba estadística no paramétrica “Correlación de Spearman” con un valor de $P=0.01$, frente a un nivel de significancia del 5 %, que si existe correlación entre el nivel de estrés y la edad de las personas y que la fuerza de correlación de “Rho” es de $- .076$, resultado ser una fuerza de correlación negativa muy baja.

No se cumple a mayor edad - mayor nivel de estrés en una persona según los datos obtenidos en el presente estudio en tiempos de pandemia, más bien actualmente como consecuencia de la emergencia sanitaria producida por la COVID-19, las personas más afectadas en términos de estrés son las que fluctúan entre los 19 y 29 años de edad.

Se plantea cambiar el enfoque de gasto turístico actual, por un enfoque endógeno con base en la salud de las personas, empleando las actividades y productos turísticos a manera de recetas para combatir el estrés, ansiedad, obesidad, sedentarismo, entre otros, problemas que afronta actualmente la sociedad, resaltando que el gasto turístico vendrá por añadidura.

Finalmente, se propone reactivar el turismo en el Ecuador desde el análisis y búsqueda de las corrientes turísticas locales, regionales, nacionales e internacionales, en ese orden de prioridad, como consecuencia del nuevo enfoque de la actividad turística, al unificar esfuerzos desde lo público, privado y comunitario, debido a los fuertes impactos de la pandemia y el estado actual de la economía familiar.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Abarca, M. A. (2017). Diseño y Desarrollo Metodológico Del Funcionamiento del Nicho Ecológico de la Demanda del Sistema Turístico. *European Scientific Journal*, 98-109.

Chadi G. Abdallah, L. A. (2019). The Neurobiology and Pharmacotherapy of Posttraumatic Stress Disorder. *Annual Review of Pharmacology and Toxicology*, 171-189.

Dalles, L. P. (30 de octubre de 2012). EL TURISMO II. Obtenido de EL TURISMO II: <http://www.abc.com.py/edicion-impresa/suplementos/escolar/el-turismo-ii-471163.html>

Duque, D. G. (2019). Los impactos del turismo en España: diferencias entre destinos de sol y playa y destinos de interior. *Cuadernos de Turismo*, 325-347.

Fonseca, M.-H. Z. (2019). Turismo y consumo del espacio urbano en Barcelona. Análisis de la relación residente-turista en el barrio de La Barceloneta. *Cuadernos de Turismo*, 487-514.

Fundación EROSKI. (27 de 08 de 2020). Eroski Consumer. Obtenido de <https://www.consumer.es/salud/problemas-de-salud/se-puede-medir-nivel-estres.html>

Instituto de Psicoterapia & Investigación Psicosomática. (27 de 08 de 2020). Test de Estrés. Obtenido de www.psicoter.es

Instituto Superior de Ciencias Médicas de la Hbana. (2009). El coeficiente de correlacion de los rangos de spearman. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*.

Jawabreh, A. J. (2020). La relación entre la calidad del servicio, la satisfacción del cliente, el valor percibido y la fidelidad del cliente: un estudio de caso de fly emirates. *Cuadernos de Turismo*, 557-560.

Luiz, E. M. (2020). El turismo procedente de Argentina en Uruguay: un análisis comportamental cuantitativo. *Cuadernos de Turismo*, 239-264.

Mazo & García, N. y. (2011). Estrés Académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 1-18.

Merinero & Pulido, R. y. (2009). Desarrollo turístico y dinámica relacional. Metodología de análisis para la gestión activa de destinos turísticos. *Cuadernos de Turismo*, 173-194.

Muñoz, A. I. (2012). Análisis Relacional de Sistemas Turísticos. Un Marco de Trabajo Alternativo en el Proceso de Planificación Turística. *Tourism & Management Studies*.

OMT. (Lunes de Julio de 2008). Introducción al turismo. Obtenido de http://www.profesionalesdelturismo.cl/images/libros/manuales/Introduccion_al_Turismo.pdf

OPS. (26 de 08 de 2020). Organización Panamericana de la Salud. Obtenido de <https://www.paho.org/es/tag/enfermedad-por-coronavirus-covid-19>

Pizzagalli, D. A. (2014). Depression, Stress, and Anhedonia: Toward a Synthesis and Integrated Model. *Annual Review of Clinical Psychology Vol.10*, 393-423.

UNWTO. (27 de 08 de 2020). Organización Mundial del Turismo. Obtenido de <https://www.unwto.org/es>