

ESTRÉS PERCIBIDO EN UNIVERSITARIOS DURANTE LA CUARENTENA POR LA COVID-19 EN SANTANDER, COLOMBIA

Stress Perceived in University Students During the Quarantine by COVID-19 in Santander, Colombia

SILVIA NATHALIA VANEGAS MÉNDEZ¹, NATHALIA ALEJANDRA GIRAL OLIVEROS², DIANA FERNANDA GÓMEZ ARGUELLO³, ANDRÉS JULIÁN ÚSUGA JERÉZ⁴ Y NANCY VIVIANA LEMOS RAMÍREZ⁵

Doi: <https://doi.org/10.17533/udea.rp.e344735>

Resumen

El estrés ha sido una de las reacciones de mayor impacto ante las medidas de aislamiento social originadas por la covid-19. Así pues, el objetivo de esta investigación fue describir el nivel de estrés percibido en estudiantes universitarios durante la cuarentena decretada por la pandemia de covid-19. Para ello, se trabajó bajo un enfoque cuantitativo con alcance descriptivo, un diseño no experimental y un corte transversal a través de la aplicación de la escala de estrés percibido (EEP-10). Así mismo, se contó con la participación de 213 estudiantes de Santander, Colombia. Con relación a los resultados, se plasmaron las

medidas de tendencia central, como también se identificaron diferencias de género, siendo las mujeres quienes presentan mayores niveles de esta reacción. Finalmente, se concluye que la presencia de estrés en altas cotas está correlacionada con otros factores que tienen graves incidencias en la salud mental de los universitarios, lo que exige con urgencia el diseño y ejecución de programas preventivos e interventivos, junto a un enfoque de género.

Palabras clave: estrés, estudiantes universitarios, covid-19, género, Colombia.

Recibido: 25-01-2021/ Aceptado: 05-11-2021

Para citar este artículo en APA: Vanegas, S., Giral, N., Gómez, D., Úsuga, A. y Lemos, N. Estrés percibido en universitarios durante la cuarentena por la covid-19 en Santander, Colombia. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 14(1), e344735. doi: <https://doi.org/10.17533/udea.rp.e344735>

¹ Psicóloga de la Universidad Pontificia Bolivariana. Bucaramanga, Colombia. <https://orcid.org/0000-0002-1368-3168>

² Psicóloga de la Universidad Pontificia Bolivariana. Bucaramanga, Colombia. <https://orcid.org/0000-0003-1836-5537>

³ Psicólogo de la Universidad Pontificia Bolivariana. Bucaramanga, Colombia. <https://orcid.org/0000-0002-2498-7642>

⁴ Psicóloga de la Universidad Pontificia Bolivariana. Bucaramanga, Colombia. <https://orcid.org/0000-0003-4122-7642>

⁵ Doctora en Filosofía con especialidad en Psicología Clínica, Pontificia Universidad Católica de Puerto Rico. <https://orcid.org/0000-0001-8664-8761>



Abstract

Stress has been one of the reactions with the greatest impact to the social isolation measures caused by covid-19. Thus, the objective of this research was to describe the level of stress perceived in university students during the quarantine decreed by the covid-19 pandemic. For this, we worked under a quantitative approach with a descriptive scope, a non-experimental design and a cross section through the application of the perceived stress scale (EEP-10). Likewise, 213 students from Santander, Colombia participated. In relation to the results, the measures of central tendency were captured

as well as gender differences were identified, with women being the ones who present higher levels of this reaction. Finally, it is concluded that the presence of stress at high altitudes is correlated with other factors that have serious incidences on the mental health of university students, which urgently requires the design and execution of preventive and interventional programs, together with a gender approach.

Keywords: Stress, University Students, Covid-19, Gender, Colombia.

Introducción

A finales del año 2019, en Wuhan, China, se identificó por primera vez una serie de casos de neumonía de origen vírico que se relacionaban con un nuevo tipo de coronavirus, específicamente con el virus SARS-COV-2 (Shaoshua et al., 2020). Este agente patógeno produce el desarrollo de una enfermedad denominada covid-19, que causa una infección respiratoria aguda, leve, moderada o severa y que incluye síntomas como fiebre, tos, secreciones nasales, malestar general, dificultad para respirar, entre otros (Ministerio de Salud y Protección Social [Minsalud], 2020). Su modo de propagación de persona a persona ha ocasionado que esta afección se expanda de forma fácil, acelerada y continua, convirtiéndose en una emergencia de salud global por sus altas tasas de contagio y muertes en diversos países (Huarcaya, 2020), que reportaron 12.875.963 casos confirmados y 568.628 muertes a nivel mundial el 13 de julio de 2020 (Minsalud, 2020).

El 6 de marzo de 2020, el Minsalud confirmó el primer caso de covid-19 en Colombia. Poco después, el 11 de marzo, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020), determinó a la epidemia de covid-19 como una pandemia. Debido a esto, el gobierno colombiano y otros Estados implementaron una serie de medidas para la preparación, contención y mitigación de esta

enfermedad, dentro de las cuales se destacan la difusión de información verídica sobre las acciones para el cuidado de la salud, la suspensión de clases en colegios y universidades, el cierre de fronteras aéreas y terrestres, y el establecimiento de un aislamiento preventivo obligatorio para toda la población a través del decreto 457 del Gobierno Nacional. No obstante, los casos reportados continuaron en aumento, alcanzando 154.277 contagiados, 5.455 muertes y 65.809 recuperados en Colombia al cierre del 13 de julio de 2020 (Minsalud, 2020).

Una de las medidas preventivas que ha tenido mayor impacto en la población general ha sido la cuarentena obligatoria, debido a que el tiempo fijado —inicialmente de 15 días— se extendió por el aumento de casos reportados en el país. Esta medida se caracteriza por el aislamiento en la vivienda, restricciones a la libertad de movilidad, condiciones de distanciamiento social y limitaciones en la realización de actividades cotidianas (trabajo, educación, entretenimiento, etc.), lo que puede resultar en una experiencia negativa para las personas (Sandín et al., 2020). En este sentido, el confinamiento puede afectar significativamente la salud mental de los individuos, ocasionando alteraciones cognitivas, emocionales o comportamentales como miedo, incertidumbre, angustia, estrés, insomnio, consumo de alcohol y sustancias psicoactivas, entre otros (Urzúa et al., 2020).

Diversos estudios han confirmado el impacto psicológico del confinamiento por covid-19, como lo señalan Arias et al. (2020); de las 1.195 personas analizadas que se encontraban en confinamiento, el 57.86% presentaba niveles de ansiedad medios o altos, el 50.24% evidenciaron niveles medios y altos de depresión como estado, y el 66.49% manifestaron niveles de estrés alterado. Asimismo, en una investigación realizada en la población adulta residente en España que se encontraba en aislamiento social, se observaron elevados niveles de estrés, ansiedad y depresión (Odriozola-González et al., 2020). Igualmente, en un estudio desarrollado en 1.210 participantes de China, durante la fase inicial de la cuarentena por covid-19, se reflejaron niveles moderados a severos de impacto psicológico en el 53.8%, un 16.5% de síntomas depresivos, un 28.8% de síntomas de ansiedad y un 8.1% de niveles de estrés moderados a severos (Wang et al., 2020).

- [4] Silvia Nathalia Vanegas Méndez, Nathalia Alejandra Giral Oliveros, Diana Fernanda Gómez Arguello, Andrés Julián Úsuga Jeréz y Nancy Viviana Lemos Ramírez

Con relación a lo anterior, el estrés se destaca como una de las variables psicológicas más afectadas por la situación de cuarentena por covid-19. Según Campo et al. (2015), el estrés se entiende desde tres perspectivas: la primera es la ambiental, que se centra en los eventos vitales estresores; la segunda, la psicológica, que implica la experiencia subjetiva y respuesta emocional frente a los estresores; y la tercera, la biomédica, que estudia la respuesta y los sistemas fisiológicos involucrados en el afrontamiento de los asuntos vitales.

Conforme a Gallego et al. (2018), existen dos tipos de estrés: eustrés (estrés adaptativo) y distrés (estrés negativo), es decir, respuestas que permiten el equilibrio del individuo o que generan una relación de exceso y esfuerzos frente a las dificultades del entorno, teniendo como consecuencia una adaptación al entorno o desgaste de recursos. En ese sentido, el distrés lleva a que la persona se sienta abrumada, a que sus conductas no sean las más apropiadas frente a diversas situaciones y que haga uso de inadecuadas estrategias de afrontamiento como la negación al riesgo o la enfermedad.

El estrés percibido se daría como consecuencia de un afrontamiento inapropiado de las situaciones conflictivas, lo que provocaría disminución de recursos para hacer frente a las dificultades (Folkman & Moskowitz, 2004). Siendo así, dichas experiencias estresantes suelen resultar de los intercambios entre el entorno y el individuo, mientras que el nivel de estrés depende de la percepción que cada persona tenga de la situación estresante (estrés percibido), los recursos sociales y los medios culturales (Lazarus y Folkman, 1984).

Con respecto a la capacidad de afrontamiento, Lazarus y Folkman (como se cita en Berra et al., 2014), plantean un modelo de afrontamiento ante las situaciones difíciles, definiéndolo como la forma en que los individuos realizan una valoración de los eventos, la cual puede resultar positiva, negativa o insignificante y, a partir de esta, se evalúan los recursos disponibles, ya sean psicológicos, materiales o sociales; finalmente, se genera una estrategia de afrontamiento ante el distrés.

Por otro lado, según Marquina (2020), la población joven que se encuentra en aislamiento social dadas las circunstancias impuestas por la covid-19 presenta mayores niveles de estrés en cuanto a los aspectos físico, psicológico y conductual, lo cual concuerda con la investigación realizada en una población

española en situación de confinamiento, donde se observó que la franja etaria de 18 a 25 años presentaba niveles de estrés alto (Ozamiz-Etxebarria et al., 2020). Esto se relaciona con el hecho de que los participantes que se encontraban en estas edades eran en su mayoría estudiantes universitarios.

De igual manera, en un estudio realizado por Lovón y Cisneros (2020) se evidenció que los estudiantes universitarios con dificultades para el acceso a recursos tecnológicos presentaban mayores alteraciones en su salud mental y deserción académica. Ante la virtualidad, Miguel (2020), señala que esta representa un obstáculo tanto para estudiantes como para docentes, ya que pone en tela de juicio la calidad de la educación, puesto que las nuevas modalidades no estarían formando habilidades académicas elementales. Por esta razón la pandemia de covid-19 traza una realidad en la que no se cuenta con las condiciones estructurales, tecnológicas y geográficas para globalizar la enseñanza y los procesos formativos.

Siendo así, los cambios en la educación superior han provocado diversas situaciones que dificultan el proceso de aprendizaje y que resultan obstáculos o estresores del contexto. Algunos de estos son la falta de equipos tecnológicos o acceso internet en algunos hogares, la poca capacitación de docentes y estudiantes para impartir o recibir clases virtuales que no fueron diseñadas para esta modalidad de aprendizaje, el reducido manejo de plataformas virtuales institucionales, la sobrecarga académica como consecuencia de la suspensión de clases, entre otros (Pedró, 2020). Se ha demostrado que en América Latina solo el 52% de los hogares cuenta con equipamiento tecnológico y conectividad de banda ancha y, a nivel nacional, de las 302 Instituciones educativas superiores, únicamente el 20% cuentan con entrenamiento en virtualidad (Instituto Internacional para la Educación Superior en América Latina y el Caribe [ESALC], 2020).

De igual forma, los estudiantes y sus familias, pese a la condición de virtualidad, continúan enfrentando la responsabilidad económica que implica la educación superior, incluso, algunos deben seguir costeadando una residencia temporal que dejaron de ocupar por volver a su hogar. Otros que cuentan con ayudas estudiantiles se han visto expuestos a que dicho beneficio se suspenda dependiendo del impacto de la pandemia sobre las instituciones, y varios que

- [6] Silvia Nathalia Vanegas Méndez, Nathalia Alejandra Giral Oliveros, Diana Fernanda Gómez Arguello, Andrés Julián Úsuga Jeréz y Nancy Viviana Lemos Ramírez

han perdido su trabajo o soporte financiero por reducción de personal podrían abandonar sus estudios. Igualmente, los estudiantes en el extranjero se ven afectados por encontrarse lejos de casa y con dificultad para retornar a su país por el cierre de aeropuertos y fronteras o por la falta de dinero para asumir los gastos de un vuelo humanitario (Pedró, 2020).

Por otra parte, la desigualdad social y territorial, el nivel académico y la tipología de familia son estresores sociales y ambientales que repercuten en la adaptación de los estudiantes universitarios a la pandemia de covid-19, pues se ha demostrado que vivir en hogares marginados, monoparentales y con bajo nivel de estudios dificulta el acceso a un modelo educativo virtual (Rodríguez, 2020). Esto genera sociedades más desiguales a nivel económico y aumenta las brechas de acceso a la educación (Rodríguez-Bailón, 2020).

En las sociedades con marcadas diferencias sociales, como en Colombia y en Santander, el aumento de la desigualdad se ha relacionado con la capacidad que tienen las personas de los diferentes estratos socioeconómicos para afrontar las consecuencias del covid-19. Se hace evidente que los hogares colombianos con menores ingresos económicos presentan limitaciones en el acceso a recursos sanitarios y médicos de calidad. Asimismo, su dependencia a ingresos diarios o mensuales provoca la aceptación de condiciones laborales desfavorables, como la disminución del salario o la modificación de las jornadas de trabajo (Rodríguez-Bailón, 2020).

Teniendo en cuenta lo anterior, la pandemia por covid-19 ha impactado de forma transversal las dimensiones del ser humano, produciendo efectos negativos a nivel social, económico, político, familiar, individual, físico, educativo, entre otros. Por consiguiente, se evidencia que la situación de pandemia que se vive a nivel mundial puede tener mayor impacto en los universitarios considerando que, a las reacciones y efectos psicológicos propios del confinamiento o aislamiento social y estresores sociales y económicos, mencionados anteriormente, se le añaden principalmente factores estresantes de tipo académico que surgen por la necesidad de adaptarse al nuevo contexto educativo de las clases virtuales. En este sentido, la presente investigación tiene como objetivo describir el nivel de estrés percibido en estudiantes universitarios durante la cuarentena del covid-19 en Santander, Colombia.

Metodología

Diseño

La presente investigación se desarrolló bajo un enfoque metodológico cuantitativo de alcance descriptivo-comparativo, con un diseño no experimental y con un corte transversal.

Descripción de la muestra

La muestra no probabilística, a conveniencia, estuvo constituida por 213 estudiantes universitarios. Como criterios de inclusión se consideraron los siguientes: a. ser estudiante de pregrado en una institución del área metropolitana de Bucaramanga; b. haber estado matriculado en el primer semestre del año 2020; c. tener 18 años o más. Dentro de las características sociodemográficas de la muestra se destaca que las edades oscilaron entre los 18 y 29 años. El 70.4% ($n = 150$) se identificó con el género femenino y el 29.6% ($n = 63$) con el género masculino. Así mismo, se determinó que el 5.6% ($n = 12$), el 18.8% ($n = 40$), 35,2% ($n = 75$), el 27.2% ($n = 58$), el 9.9% ($n = 21$) y el 3,3% ($n = 7$) pertenecían a los estratos socioeconómicos uno, dos, tres, cuatro, cinco y seis, respectivamente.

Mediciones

Para la evaluación del estrés percibido en estudiantes universitarios durante la cuarentena de la covid-19 en Santander, se aplicó una encuesta de datos sociodemográficos (edad, género, universidad, estrato socioeconómico, promedio académico, etc.) y la Escala de Estrés Percibido-10 (EPP-10), la cual está fundamentada en el modelo transaccional de Lazarus y Folkman y fue propuesta por Cohen, Kamarck y Mermelstein (1983). En cuanto a su desempeño psicométrico, en el contexto colombiano del instrumento de Estrés Percibido-10 (EPP-10), se han realizado estudios de validación con estudiantes de medicina (Campo-Arias et al., 2015), mujeres universitarias (Campo-Arias et al., 2009) y población en general a través de un cuestionario en línea (Campo-Arias et al., 2020).

- [8] Silvia Nathalia Vanegas Méndez, Nathalia Alejandra Giral Oliveros, Diana Fernanda Gómez Arguello, Andrés Julián Úsuga Jeréz y Nancy Viviana Lemos Ramírez

Este instrumento está compuesto por 10 ítems sobre el estrés experimentado en ciertas situaciones durante el último mes, con respuesta tipo Likert en la que se presentan cinco opciones de respuesta que oscilan entre 0 y 4 (los ítems 4, 5, 7 y 8 se califican en forma reversa o invertida). También está constituido por dos factores: el primer factor se denomina “distrés general” compuesto por los ítems 1, 2, 3, 6, 9 y 10, y posee un Alfa Omega de 0.83; el factor dos “capacidad de afrontamiento” compuesto por los ítems 4, 5, 7, 8 posee un Alfa Omega de 0.82. La sumatoria de los ítems arrojará un puntaje de 0 a 40 considerando que, a mayor puntaje, mayor será el nivel de estrés percibido por el sujeto (Campo-Arias et al., 2015).

Procedimiento

Los participantes debían responder a la ficha sociodemográfica y la escala de Estrés Percibido-10 a través de Google Forms y se distribuyeron mediante redes sociales como Facebook, WhatsApp e Instagram desde el 22 de mayo hasta el 17 de junio del 2020. Para participar en la investigación, los individuos debían leer y aceptar el protocolo de consentimiento informado, en el que se garantiza la confidencialidad de los datos, la autonomía de las personas y se otorgaba información sobre el estudio, sus riesgos, garantías y beneficios.

Análisis de datos

Inicialmente, se consolidó la base de datos en el software *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versión 25. Seguido a esto, se implementó un análisis descriptivo para la caracterización de la muestra y las medidas de tendencia central. Finalmente, se ejecutó una prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov. Debido a la ausencia de normalidad en la distribución de los datos, se ejecutaron los análisis de U de Mann-Whitney y H de Kruskal-Wallis.

Consideraciones éticas

Esta investigación privilegia la confidencialidad tanto de los nombres de las instituciones y participantes, como de los estudiantes entrevistados,

considerando la Ley 1581 de 2012, que constituye el marco general de la protección de los datos. De igual forma, se desarrolla según la ley colombiana 1090 de 2006, en la cual se reglamentan los procesos deontológicos y bioéticos del ejercicio de la profesión e investigación de la Psicología en Colombia.

Resultados

Con relación a las respuestas dadas por los participantes en los ítems del instrumento Tabla 1, se observa que en la dimensión distrés predomina la variable *nunca* en los ítems 2 (¿Se ha sentido incapaz de controlar las cosas importantes en su vida?) y 10 (¿Ha sentido que las dificultades se acumulan tanto que no puede superarlas?) con un 8.9% ($n=19$). Contrario a esto, en el ítem 3 (¿Se ha sentido nervioso o estresado?) predomina la variable *muy a menudo* con un 27.2% ($n=58$).

En cuanto a la dimensión Capacidad de afrontamiento, se evidenció que en el ítem 7 (¿Ha podido controlar las dificultades de su vida?) la variable *muy a menudo* predomina con un 20.7% ($n= 44$), mientras que en el ítem 4 (¿Ha estado seguro sobre su capacidad para manejar sus problemas personales?) predomina la variable *nunca* con un 21.1% ($n=45$).

Tabla 1

Frecuencia de respuesta de los ítems del instrumento

Ítems	Nunca	Casi nunca	De vez en cuando	A menudo	Muy a menudo
	% (n)	% (n)	% (n)	% (n)	% (n)
¿Ha estado afectado por algo que ha ocurrido inesperadamente?	7.0 (15)	24.4 (52)	35.2 (75)	23.5 (50)	9.9 (21)
¿Se ha sentido incapaz de controlar las cosas importantes en su vida	8.9 (19)	30.5 (65)	27.7 (59)	36 (16.9)	16.0 (34)
¿Se ha sentido nervioso o estresado?	2.8 (6)	10.3 (22)	28.2 (60)	31.5 (67)	27.2 (58)

[10] Silvia Nathalia Vanegas Méndez, Nathalia Alejandra Giral Oliveros, Diana Fernanda Gómez Arguello, Andrés Julián Úsuga Jeréz y Nancy Viviana Lemos Ramírez

¿Ha estado seguro sobre su capacidad para manejar sus problemas personales?	21.1 (45)	39.9 (85)	30.0 (64)	7.0 (15)	1.9 (4)
¿Ha sentido que las cosas le van bien?	14.6 (31)	47.4 (101)	30.5 (65)	6.6 (14)	0.9 (2)
¿Ha sentido que no podía afrontar todas las cosas que tenía que hacer?	2.8 (6)	27.2 (58)	38.0 (81)	22.5 (48)	9.4 (20)
¿Ha podido controlar las dificultades de su vida?	0.5 (1)	3.8 (8)	23.9 (51)	51.2 (109)	20.7 (44)
¿Ha sentido que tenía todo bajo control?	8.0 (17)	44.1 (94)	35.2 (75)	10.8 (23)	1.9 (4)
¿Ha estado enfadado porque las cosas que le han ocurrido estaban fuera de su control?	1.9 (4)	23.5 (50)	34.7 (74)	21.6 (46)	18.3 (39)
¿Ha sentido que las dificultades se acumulan tanto que no puede superarlas?	8.9 (19)	33.8 (72)	24.9 (53)	23.0 (49)	9.4 (20)

Por otra parte, en la Tabla 2 se exponen las medidas de tendencia central obtenidas por la muestra estudiada, destacando que en la escala de estrés total se obtuvo una media de 3.94 con un rango de 0 a 8. Cabe mencionar que la puntuación total del instrumento oscila entre 0 y 40 puntos.

Tabla 2

Medidas de tendencia central de las puntuaciones de estrés y sus factores

Variable	MN	MX	M	DE	V
Edad	18	29	20.82	2.11	4.46
Estrés total	0	8	3.94	1.99	3.99
Distrés general	1	24	12.04	5.02	25.24
Capacidad de afrontamiento	1	11	7.02	1.80	3.25

Nota: MN = valor mínimo; MX = valor máximo; M = media aritmética; DE = desviación estándar; V = varianza.

Respecto a las comparaciones de las puntuaciones de estrés y sus factores según el género (Tabla 3), se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre estas variables, identificando que el género femenino obtuvo puntuaciones mayores en todas las dimensiones del instrumento.

Tabla 3

Comparaciones de las puntuaciones de estrés y sus factores según el género

Variables	Masculino (n = 63)	Femenino (n = 150)	U de Mann-Whitney (valor-p)
	Rango promedio	Rango promedio	
Distrés general	87.30	115.27	3484.000 (.00)
Capacidad de afrontamiento	86.03	115.81	3484.000 (.00)
Estrés total	86.71	115.52	3446.500 (.00)

Por último, en la Tabla 4 no se identificaron diferencias estadísticamente significativas entre las dimensiones del instrumento (distrés general, capacidad de afrontamiento y estrés total) y estrato socioeconómico, sin embargo, los participantes del estrato 1 obtuvieron puntuaciones más altas en todas las dimensiones del instrumento.

Tabla 4

Comparaciones de las puntuaciones de estrés y sus factores según el estrato socioeconómico

Variables	Estrato sociodemográfico						H de Kruskal-Wallis (p-valor)
	1 (n = 12)	2 (n = 40)	3 (n = 75)	4 (n = 58)	5 (n = 21)	6 (n = 7)	
	RP	RP	RP	RP	RP	RP	
Estrés total	133.08	103.31	103.47	115.18	87.45	112.00	5.858 (.32)
Estrés general	146.25	100.98	107.29	114.05	73.24	113.86	12.457 (.02)
Capacidad de afrontamiento	129.33	116.54	106.30	93.91	112.71	113.00	5.858 (.35)

- [12] Silvia Nathalia Vanegas Méndez, Nathalia Alejandra Giral Oliveros, Diana Fernanda Gómez Arguello, Andrés Julián Úsuga Jeréz y Nancy Viviana Lemos Ramírez

Discusión y conclusiones

El objetivo de la presente investigación fue evaluar los niveles de estrés percibido en universitarios durante la cuarentena por el virus SARS-COV-2 en Santander, Colombia. Los hallazgos obtenidos se relacionan con otras investigaciones prepandemia, en donde se identificaron medias altas de estrés en los universitarios (Casuso-Holgado et al., 2019; Ramón et al., 2019).

Además, dichos resultados concuerdan con otras investigaciones en jóvenes durante la pandemia, siendo alarmantes los niveles altos de sintomatología de estrés (Mazza et al., 2020; Ozamiz-Etxebarria et al., 2019). De hecho, se ha evidenciado que el estrés aumenta, significativamente a lo largo del confinamiento causado por la pandemia (Planchuelo-Gómez et al., 2020). Esto sugiere la importancia de monitorear cuidadosamente la salud mental de los estudiantes durante la crisis de la covid-19, con el fin de mitigar el impacto emocional y psicológico en esta población.

Por lo general, los factores de riesgo reportados con mayor frecuencia, relacionados con el estrés en universitarios, son la sobrecarga de tareas y trabajos escolares, las demandas en las evaluaciones, la falta de control sobre el rendimiento académico y periodos de evaluación (González et al., 2010; Satchimo et al., 2013; Vidal-Conti et al., 2018). Asimismo, Díaz et al. (2014) y Caldera-Montes et al. (2017), señalan otros factores ambientales, sociales y familiares que también inciden en los niveles de estrés, tales como los conflictos familiares y las dificultades económicas.

Con relación a lo anterior, en la presente investigación se encontró una relación estadísticamente significativa entre estrato socioeconómico y estrés, siendo los participantes del estrato socioeconómico 1 quienes experimentan mayores niveles de estrés. Este hallazgo corresponde con lo encontrado en otras investigaciones (Barcelata y Gómez-Maqueo, 2012; González-Forteza et al., 2013; Lantz et al., 2005).

Esto representa un riesgo para la estabilidad emocional de los estudiantes, su desarrollo personal, rendimiento académico y la adaptación a diversos contextos (García, 2011; Bermúdez et al., 2006). A su vez, los estudiantes de estratos socioeconómicos bajos, por lo general cuentan con menos recursos de

apoyo psicosocial que permitan modular los efectos que tiene el estrés en su salud física y mental (Bataineh, 2013).

Peor aún, en algunos países de América Latina, como Colombia, la pandemia de covid-19 puede llegar a tener consecuencias perjudiciales en la calidad, acceso e igualdad en la educación (Comisión Económica para América Latina y el Caribe [CEPAL], 2020), especialmente para aquellos estudiantes con vulnerabilidad económica, quienes generalmente presentan otras dificultades de tipo familiar y social (Cáceres-Muñoz et al., 2020). Ante esta situación, es importante que los agentes del sector educativo realicen acciones destinadas a garantizar la equidad en la educación, potenciar la justicia social y frenar la desigualdad (CEPAL, 2020).

No obstante, en la presente investigación, se encontró un número importante de casos de estrés en estudiantes de estratos socioeconómicos 3 y 5. Este hallazgo indica que la variable de estrés percibido no necesariamente está en función del estrato socioeconómico, lo cual podría estar explicado por la situación de covid-19 en el mundo, debido a que esta circunstancia de dificultad afecta psicológicamente a las personas de todos los estratos, aunque con evidentes diferencias en términos de inequidad y desigualdad social.

Desde esta perspectiva, la ocurrencia del estrés puede ser entendida como una consecuencia de los estresores sistémicos propios de la emergencia sanitaria, lo cual tiene efectos no solo en la salud física y psicológica de las personas, sino también en las esferas de la estructura social, tales como la educación, la productividad, el empleo, la dinámica social, entre otros. Por esta razón, resulta de gran importancia el estudio del estrés desde sus implicaciones bio-psicosociales y sus aproximaciones desde diferentes enfoques, que contemplen los estresores individuales y contextuales, así como las esferas sociales en esta población, a partir de una mirada bio-psicosocial basada en el paradigma de la complejidad.

Esto adquiere mayor relevancia teniendo en cuenta que se ha evidenciado que altos niveles de estrés en universitarios se relacionan positivamente con variables psicopatológicas (Soares & Oliveira, 2013; Tijerina et al., 2018). A su vez, en otras investigaciones durante la pandemia se ha evidenciado que el estrés se asocia directamente con el tiempo en aislamiento (Chen et al., 2020; Li et al., 2020; Xiang et al., 2020), el miedo a la infección y problemas

[14] Silvia Nathalia Vanegas Méndez, Nathalia Alejandra Giral Oliveros, Diana Fernanda Gómez Arguello, Andrés Julián Úsuga Jeréz y Nancy Viviana Lemos Ramírez

familiares (Dymecka et al., 2020; Shigemura et al., 2020; Vahedian-Azimir et al., 2020). Por tal motivo, los programas preventivos y de intervención deben estar orientados, no solo a mitigar y atender las consecuencias psicológicas negativas propias del estrés percibido, sino también aquellas que están asociadas con aspectos psicosociales.

Respecto a la comparación de estrés según el género, en la presente investigación se identificaron diferencias estadísticamente significativas, siendo las personas del género femenino las que experimentan mayores niveles de estrés, aunque dicho dato puede estar en función de la cantidad de participantes y al tamaño poblacional. A pesar de lo anterior, el dato concuerda con lo indicado en otras investigaciones en las cuales las mujeres más jóvenes tienen especial afectación en la variable estrés (Ciairano et al., 2009; Özdin & Bayrak-Özdin, 2020; Park et al., 2020).

García-Ros et al. (2012) indican que estas diferencias se deben a que las mujeres admiten más abiertamente que determinadas situaciones les provocan estrés y les generan un importante impacto emocional y psicológico, lo cual les es difícil de afrontar. Asimismo, López y López (2011) y Feldman et al. (2008), señalan que las mujeres presentan más estrés debido a situaciones emocionales y problemas de salud mental, lo cual puede influir en su bienestar y desempeño académico.

Durante cuarentena por covid-19 se ha encontrado que los niveles de estrés en mujeres se asocian con las inequidades de género, el trabajo doméstico no remunerado, las tareas de cuidado en el ámbito privado de niños, niñas y adultos mayores, el aumento en los índices de violencia de género, debido a que algunas mujeres se ven obligadas a convivir permanentemente con su agresor, así como las dificultades en las condiciones de vida, ya que alrededor de 110 millones de mujeres de América Latina y el Caribe se encuentran en situación de pobreza durante esta época (Castellanos-Torres et al., 2020; CEPAL, 2020). En Colombia, durante la cuarentena y aislamiento físico, el 79% de casos de violencia intrafamiliar reportados fueron contra mujeres con edades entre los 20 y 29 años, lo que corresponde con el grupo etario de algunas estudiantes (Observatorio de Violencia contra la Mujer del Instituto de Medicina Legal y Ciencias Forenses, 2020).

Sin embargo, otras investigaciones afirman que no existen diferencias en el estrés de acuerdo con el género (Barraza & Barraza, 2019; Larzabal-Fernández et al., 2019), de modo que tanto mujeres como hombres presentan niveles similares de estrés ante situaciones difíciles y exigencias internas o externas. En los estudiantes hombres, el estrés se asocia con el manejo de nuevas tecnologías, preocupación por evaluaciones finales e incertidumbre (Moya et al., 2013). A su vez, la pandemia de covid-19 puede generar nuevas vulnerabilidades en los hombres en términos de ingresos económicos, educación, acceso al apoyo social, problemas de salud mental, diversidad funcional y necesidades básicas insatisfechas (The Lancet, 2020).

Es así como esta crisis sanitaria pone a prueba no solo a los sistemas educativo y de salud, sino también a todos los actores sociales, quienes deben reunir esfuerzos destinados a atender estas consecuencias desde una perspectiva de género interseccional, que contemple los contextos de vulnerabilidad, ya sea a nivel social, étnica, de clase u orientación sexual (Hankivsky, 2012; Tello y Vargas, 2020). A su vez, esto refuerza la importancia de brindar atención diferenciada para hombres y mujeres, teniendo en cuenta sus necesidades físicas, psicológicas, culturales, sanitarias y de seguridad (Wenham et al., 2020).

Por otro lado, los jóvenes colombianos con edades entre los 18 y 29 años fueron el grupo que más reportó nerviosismo, inquietud, cansancio e ira, manifestando mayor preocupación con respecto a la pandemia y el retorno a una nueva normalidad (Cifuentes-Avellaneda et al., 2020). Por consiguiente, es de gran importancia la identificación y análisis del estrés en los universitarios, con el fin de generar programas de intervención y de apoyo psicosocial. Esto permitiría entrenar a los alumnos en el manejo del estrés, con miras a mejorar su salud física y mental, contribuyendo a su desempeño académico, desarrollo personal en el marco de la post-pandemia y los nuevos retos que esto representa para todos los actores sociales.

Como hemos visto, este panorama genera nuevas reflexiones acerca de la modalidad educativa, dados los altos niveles de estrés y malestar psicológico a los que se ha expuesto la comunidad universitaria, así como por las consecuencias que esto traerá en el mediano y largo plazo en la salud mental y en el entorno académico. De este modo, es imperante la necesidad de renovar las prácticas

- [16] Silvia Nathalia Vanegas Méndez, Nathalia Alejandra Giral Oliveros, Diana Fernanda Gómez Arguello, Andrés Julián Úsuga Jeréz y Nancy Viviana Lemos Ramírez

educativas y fortalecer las líneas de investigación sobre estas temáticas, con el fin de generar nuevos modelos y procesos de enseñanza que se ajusten a las diferencias sociales y económicas de los individuos.

Además, es indispensable que estas estrategias busquen mejorar la disposición de los estudiantes en el proceso de enseñanza, atender sus necesidades y mejorar su calidad de vida. Para ello, los sistemas educativos y los actores sociales deben adaptar nuevos métodos y políticas de apoyo social formal a los estudiantes, con el respaldo de los departamentos de bienestar, psicología, asesoramiento y asistencia, para así facilitar el proceso, promover la transición y prevenir los riesgos a los que están expuestos.

Referencias

- Arias, Y., Herrero, Y., Cabrera, Y., Chibás, D. y García, Y. (2020). Manifestaciones psicológicas frente a la situación epidemiológica causada por la COVID-19. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*, 19(Supl.), artículo e3350. <http://www.revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/article/view/3350>
- Barcelata, B. y Gómez-Maqueo, E. (2012). Fuentes de estrés y su influencia en la adaptación psicológica en jóvenes con adversidad económica. *Claves del Pensamiento*, 6(12), 31-48. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=141125359004>
- Barraza-Macías, A. & Barraza-Nevárez, S. (2019). Procrastinación y estrés. Análisis de su relación en alumnos de educación media superior. *Revista de Investigación Educativa*, (28), 132-151. <https://doi.org/10.25009/cpue.v0i28.2602>
- Bataineh, M. Z. (2013). Academic Stress among Undergraduate Students: The Case of Education Faculty at King Saud University. *International Interdisciplinary Journal of Education*, 2(1), 82-88. <https://doi.org/10.12816/0002919>
- Bermúdez, S., Durán, M., Escobar, C., Morales, A., Monroy, S., Ramírez, A.,... y González, S. (2006). Evaluación de la relación entre rendimiento académico y estrés en estudiantes de Medicina. *MedUNAB*, 9(3), 198-205. <https://revistas.unab.edu.co/index.php/medunab/article/view/135>
- Berra, E., Muñoz, S., Vega, C., Silva, A. y Gómez, G. (2014). Emociones, estrés y afrontamiento en adolescentes desde el modelo de Lazarus y Folkman. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 16(1), 37-57. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80230114003>

- Cáceres-Muñoz, J., Hernández, A. S. J. y Martín-Sánchez, M. (2020). Cierre de escuelas y desigualdad socioeducativa en tiempos del COVID-19. Una investigación exploratoria en clave internacional. *Revista Internacional de Educación para la Justicia Social*, 9(3), 199-221. <https://doi.org/10.15366/riejs2020.9.3.011>
- Caldera-Montes, J. F., Reynoso-González, O. U., Gómez-Covarrubia, N. J., Mora-García, O. y Anaya-González, B. B. (2017). Modelo explicativo y predictivo de respuestas de estrés académico en bachilleres. *Ansiedad y Estrés*, 23(1), 20-26. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2017.02.002>
- Campo-Arias, A., Bustos-Leiton, G. J. y Romero-Chaparro, A. (2009). Consistencia interna y dimensionalidad de la Escala de Estrés Percibido (EEP-10 y EEP-14) en una muestra de universitarias de Bogotá, Colombia. *Aquichan*, 9(3), 271-280. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=74112147007>
- Campo-Arias, A., Oviendo, H. y Herazo, E. (2015). Escala de Estrés Percibido-10: desempeño psicométrico en estudiantes de medicina de Bucaramanga, Colombia. *Revista de la Facultad de Medicina*, 62(3), 407-413. <http://dx.doi.org/10.15446/revfacmed.v62n3.43735>
- Campo-Arias, A., Pedrozo-Cortés, M. J. y Pedrozo-Pupo, J. C. (2020). Escala de estrés percibido relacionado con la pandemia de COVID-19: una exploración del desempeño psicométrico en línea. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 49(4), 229-230. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2020.05.005>
- Castellanos-Torres, E., Mateos, J. T. y Chilet-Rosell, E. (2020). COVID-19 en clave de género. *Gaceta Sanitaria*, 34(5), 419-421. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2020.04.007>
- Casuso-Holgado, J., Moreno-Morales, N., Labajos-Manzanares, T. y Montero-Bancalero, M. (2019). The Association between Perceived Health Symptoms and Academic Stress in Spanish Higher Education Student. *European Journal of Education and Psychology*, 12(2), 109-123. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=129365934001>
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe. (2020). América Latina y el Caribe ante la pandemia del COVID-19: efectos económicos y sociales. *Informe Especial COVID-19*. https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/45337/4/S2000264_es.pdf
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe. (2020). Informe sobre el impacto económico en América Latina y el Caribe de la enfermedad por coronavirus (COVID-19). [en línea] Recuperado de https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/45602/1/S2000313_es.pdf

[18] Silvia Nathalia Vanegas Méndez, Nathalia Alejandra Giral Oliveros, Diana Fernanda Gómez Arguello, Andrés Julián Úsuga Jeréz y Nancy Viviana Lemos Ramírez

- Comisión Económica para América Latina y el Caribe. (2020). La autonomía de las mujeres en América Latina y el Caribe: Retos frente al COVID-19 [en línea]. <https://www.cepal.org/es/presentaciones/la-autonomia-mujeres-america-latina-caribe-retos-frente-al-covid-19>
- Chen, Q., Liang, M., Li, Y., Guo, J., Fei, D., Wang, L., He, L., Sheng, C., Cai, Y., Li, X., Wang, J. & Zhang, Z. (2020). Mental Health Care for Medical Staff in China during the COVID-19 Outbreak. *The Lancet Psychiatry*, 7(4), 15-16. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30078-X](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30078-X)
- Ciairano, S., Menna, P., Molinar, R. & Sestito, L. A. (2009). The Relationships between Perceived Stress for the Future and Coping Strategies in Times of Social Uncertainty: A study of Italian adolescents. *Journal of Psychology and Counselling*, 1(1), 5-18. https://www.researchgate.net/publication/228905645_The_relationships_between_perceived_stress_for_the_future_and_coping_strategies_in_times_of_social_uncertainty_A_study_of_Italian_adolescents
- Cohen, S., Kamarck, T. & Mermelstein, R. (1983). A Global Measure of Perceived Stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24(4), 385-396. <https://doi.org/10.2307/2136404>
- Díaz, S., Arrieta, K. y Gonzalez, F. (2014). Estrés académico y funcionalidad familiar en estudiantes de odontología. *Revista Científica Salud Uninorte*, 30(2), 121-132 <http://dx.doi.org/10.14482/>
- Dymecka, J., Gerymski, R. y Machinik-Czerwik, A. (2020). How Does Stress Affect your Life Satisfaction during COVID-19 Pandemic? Moderated Mediation Analysis of Sense of Coherence and Fear of Coronavirus [manuscrito en preparación]. *PsyArxiv*, 1-36. <http://dx.doi.org/10.31234/osf.io/3zjrx>
- Feldman L., Vivas, E., Lugli, Z., Zaragoza J. y Gómez, V. (2008). Relaciones trabajo-familia y salud en mujeres trabajadoras. *Salud Pública de México*, 50(6), 482-489.
- Folkman, S. & Moskowitz, J. T. (2004). Coping: Pitfalls and Promise. *Annual Reviews of Psychology*, 55, 745-774. <http://dx.doi.org/10.1146/annurev.psych.55.090902.141456>
- Gallego, Y., Gil, S. y Sepúlveda, M. (2018). *Revisión teórica de eustrés y distrés definidos como reacción hacia los factores de riesgo psicosocial y su relación con las estrategias de afrontamiento* [tesis de posgrado, Universidad CES]. Repositorio institucional Universidad CES. <https://repository.ces.edu.co/bitstream/handle/10946/4229/REVISI%D3N%20TEORICA%20DE%20EUISTR%C9S%20Y%20DISTR%C9S%20DEFINIDOS%20COMO%20>

REACCI%20N%20HACIA%20LOS%20FACTORES%20DE%20RIESGO%20PSICOSOCIAL%20Y%20SU%20RELACION%20CON%20LAS%20ESTRATEGIAS%20DE%20AFRONTAMIENTO%2028102018.pdf;jsessionid=9FE74E06A7FD4C4533674C1A8BCC447D?sequence=1

- García, A. (2011). *Efectos del estrés percibido y las estrategias de aprendizaje cognitivas en el rendimiento académico de estudiantes universitarios noveles de ciencias de la salud* [tesis doctoral, Universidad de Málaga]. Repositorio institucional de la Universidad de Málaga (RIUMA). <https://riuma.uma.es/xmlui/bitstream/handle/10630/4905/TDR%20GARCIA%20GUERRERO.pdf?sequence>
- García-Ros, R., Pérez-González, F., Pérez-Blasco, J. y Natividad, L. A. (2012). Evaluación del estrés académico en estudiantes de nueva incorporación a la universidad. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 44(2), 143-154. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80524058011>
- Cifuentes-Avellaneda A., Rivera-Montero D., Vera-Gil C., Murad-Rivera R., Sánchez S., Castaño L., Royo M. y Rivillas-García J. (2020). *Informe 3. Ansiedad, depresión y miedo: impulsores de la mala salud mental durante el distanciamiento físico en Colombia*. Profamilia. <https://profamilia.org.co/wp-content/uploads/2020/05/Informe-3-Ansiedad-depresion-y-miedo-impulsores-mala-salud-mental-durante-pandemia-Estudio-Solidaridad-Profamilia.pdf>
- González, R., Fernández, R., González, L. y Freire, C. (2010). Estresores académicos percibidos por estudiantes universitarios de ciencias de la salud. *Fisioterapia*, 32(4), 151-158.
- González-Forteza, C., Villatoro, J., Pick, S. y Collado, M. (2013). El estrés psicosocial y su relación con las respuestas de enfrentamiento y el malestar emocional en una muestra representativa de adolescentes al sur de la ciudad de México: análisis según su nivel socioeconómico. *Salud Mental*, 21(2), 37-45.
- Hankivsky, O. (2012). Women's Health, Men's Health, and Gender and Health: Implications of Intersectionality. *Social Science & Medicine*, 74(11), 1712-1720. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2011.11.029>
- Huarcaya-Victoria, J. (2020). Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de COVID-19. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 37(2). <http://dx.doi.org/10.17843/rpmesp.2020.372.5419>
- Instituto Internacional para la Educación Superior en América Latina y el Caribe. (2020, 13 de mayo). ¿Cómo prepararse para la reapertura? *Estas son las recomendaciones del IESALC para planificar la transición hacia la nueva normalidad*. <http://www.iesalc.unesco.org/2020/06/18/como-prepararse-para-la-reapertura>

- [20] Silvia Nathalia Vanegas Méndez, Nathalia Alejandra Giral Oliveros, Diana Fernanda Gómez Arguello, Andrés Julián Úsuga Jeréz y Nancy Viviana Lemos Ramírez

estas-son-las-recomendaciones-del-iesalc-para-planificar-la-transicion-hacia-la-nueva-normalidad/

- Lantz, P. M., James, S., J. S., Mero, R. & Williams, D. (2005). Stress, Life Events, and Socioeconomic Disparities in Health: Results from the Americans' Changing Lives Study. *Journal of Health and Social Behavior*, 46(3), 274-288. <https://doi.org/10.1177%2F002214650504600305>
- Larzabal-Fernández, A., Ramos-Noboa, M. y Hong, A. (2019). El *cyberbullying* y su relación con el estrés percibido en estudiantes de bachillerato de la provincia de Tungurahua. *Ciencias Psicológicas*, 13(1), 150-157. <https://doi.org/10.22235/cp.v13i1.1816>
- Lazarus & Folkman (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer Pub. Co.
- Li, Z., Ge, J., Yang, M., Feng, J., Qiao, M., Jiang, R., Bi, J., Zhan, G., Xu, X., Wang, L., Zhou, Q., Zhou, C., Pan, Y., Liu, S., Zhang, H., Yang, J., Zhu, B., Hu, Y., Hashimoto, K., Jia, Y.,... Yang, C. (2020). Vicarious Traumatization in the General Public, Members, and Non-Members of Medical Teams aiding in COVID-19 control. *Brain, Behavior, and Immunity*, 88, 916-919. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.03.007>
- López, F. y López, M. J. (2011). Situaciones generadoras de estrés en los estudiantes de enfermería en las prácticas clínicas. *Ciencia y Enfermería*, 17(2), 47-54. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-95532011000200006>
- Lovón, M. y Cisneros, S. (2020). Repercusiones de las clases virtuales en los estudiantes universitarios en el contexto de la cuarentena por COVID-19: El caso de la PUCP. *Propósitos y Representaciones*, 8(SPE3), 588. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2020.v8nSPE3.588>
- Marquina, R. (2020). Autopercepción del estrés en aislamiento social en tiempos de COVID-19. *Revista ConCiencia EPG*, 5(1), 83-97. <https://doi.org/10.32654/CONCIENCIAEPG.5-1.6>
- Mazza, C., Ricci, E., Biondi, S., Colasanti, M., Ferracuti, S., Napoli, C. & Roma, P. (2020). A Nationwide Survey of Psychological Distress among Italian People during the COVID-19 Pandemic: Immediate Psychological Responses and Associated Factors. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(9), 3165. <https://doi.org/10.3390/ijerph17093165>
- Miguel, J. (2020). La educación superior en tiempos de pandemia: una visión desde dentro del proceso formativo. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*, 50, 13-40. <https://doi.org/10.48102/rlee.2020.50.ESPECIAL.95>

- Ministerio de Salud y Protección social. (s.f.). *Coronavirus* (COVID-19). https://www.minsalud.gov.co/salud/publica/PET/Paginas/Covid-19_copia.aspx
- Moya, N., M., Larrosa, S., López, C., López, I., Morales, L. y Simón, Á. (2013). Percepción del estrés en los estudiantes de Enfermería ante sus prácticas clínicas. *Enfermería Global*, 12(31), 232-253. <https://scielo.isciii.es/pdf/eg/v12n31/administracion5.pdf>
- Observatorio de Violencia contra la Mujer del Instituto de Medicina Legal y Ciencias Forenses. (s.f.). *Observatorio de violencia contra la mujer*. <https://www.medicinalegal.gov.co/observatorio-de-violencia-contra-la-mujer>
- Odrizola-González, P., Planchuelo-Gómez, Á., Irurtia-Muñiz, M. & de Luis-García, R. (2020). Psychological Symptoms of the Outbreak of the COVID-19 Crisis and Confinement in the Population of Spain. *Journal of Health Psychology*. <https://doi.org/10.31234/osf.io/mq4fg>
- Organización Mundial de la Salud. (2020, abril 27). *COVID-19: Cronología de la actuación de la OMS*. <https://www.who.int/es/news-room/detail/27-04-2020-who-timeline---covid-19>
- Ozamiz-Etxebarria, N., Dosil-Santamaria, M., Picaza-Gorrochategui, M. & Idoiaga-Mondragon, N. (2020). Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España. *Cadernos de Saúde Pública*, 36(4). <https://doi.org/10.1590/0102-311X00054020>
- Özdin, S. & Bayrak Özdin, Ş. (2020). Levels and Predictors of Anxiety, Depression and Health Anxiety during COVID-19 Pandemic in Turkish Society: The Importance of Gender. *The International Journal of Social Psychiatry*, 66(5), 504-511. <https://doi.org/10.1177/0020764020927051>
- Park, C. L., Russell, B. S., Fendrich, M., Finkelstein-Fox, L., Hutchison, M. & Becker, J. (2020). Americans' COVID-19 Stress, Coping, and Adherence to CDC Guidelines. *Journal of General Internal Medicine*, 35, 2296-2303. <https://doi.org/10.1007/s11606-020-05898-9>
- Pedro, F. (2020). COVID-19 y educación superior en América Latina y el Caribe: efectos, impactos y recomendaciones políticas. *Análisis Carolina*, 36, 1-15. https://doi.org/10.33960/AC_36.2020
- Planchuelo-Gómez, Á., Odrizola-González, P., Irurtia-Muñiz, M. J. & de Luis-García, R. (2020). Longitudinal Evaluation of the Psychological Impact of the COVID-19 crisis in Spain. *PsyArXiv*, 1-57. <https://doi.org/10.31234/osf.io/hgqke>
- Ramón-Arbúes, E., Martínez, B., Granada, J. M., Echáinz, E., Pellicer, B., Juárez, E., Guerrero, S. y Sáez, M. (2019). Conducta alimentaria y su relación con el estrés,

- [22] Silvia Nathalia Vanegas Méndez, Nathalia Alejandra Giral Oliveros, Diana Fernanda Gómez Arguello, Andrés Julián Úsuga Jeréz y Nancy Viviana Lemos Ramírez

la ansiedad, la depresión y el insomnio en estudiantes universitarios. *Nutrición Hospitalaria*, 36(6), 1339-1345. <http://dx.doi.org/10.20960/nh.02641>

- Rodríguez, L. (2020). Efectos del coronavirus en el sistema de enseñanza: aumenta la desigualdad de oportunidades educativas en España. *Revista de Sociología de la Educación-RASE*, 13(2), 114-139. <http://dx.doi.org/10.7203/RASE.13.2.17125>
- Rodríguez-Bailón, R. (2020). La desigualdad ante el espejo del COVID-19. La Psicología Social ante el COVID-19 [manuscrito inédito]. *Revista de Psicología Social*. ResearchGate. https://www.researchgate.net/publication/340846423_La_Psicologia_Social_ante_el_COVID-19_Monografico_del_International_Journal_of_Social_Psychology_Revista_de_Psicologia_Social
- Sandín, B., Valiente, R. M., García-Escalera, J. y Chorot, P. (2020). Impacto psicológico de la pandemia de COVID-19: efectos negativos y positivos en población española asociados al periodo de confinamiento nacional. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 25(1), 1-22. <https://doi.org/10.5944/rppc.27569>
- Satchimo A., Nieves, Z. y Grau, R. (2013). Factores de riesgo y vulnerabilidad al estrés en estudiantes universitarios. *Psicogente*, 16(29), 143-154. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=497552362012>
- Shaoshuai, W., Lili, G., Ling, C., Weiyong, L., Yong, C., Jingyi, Z. y Ling, F. (2020). A case report of neonatal COVID-19 infection in China. *Clinical Infectious Diseases*, 71(15), 853-857. <https://covid-19.conacyt.mx/jspui/handle/1000/5575>
- Shigemura, J., Ursano, R. J., Morganstein, J. C., Kurosawa, M. & Benedek, D. M. (2020). Public Responses to the Novel 2019 Coronavirus (2019-nCoV) in Japan: Mental Health Consequences and Target Populations. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 74(4), 281-282. <https://doi.org/10.1111/pcn.12988>
- Soares, M. H. & Oliveira, F. S. (2013). The Relation between Alcohol, Tobacco and Stress in Nursing Students. *SMAD, Revista Electrónica en Salud Mental, Alcohol y Drogas*, 9(2), 88-94. https://www.redalyc.org/pdf/803/80330126007_5.pdf
- Tello, C. y Vargas, Ó. H. (2020). Género y trabajo en tiempos COVID-19: una mirada desde la interseccionalidad. *Revista Venezolana de Gerencia (RVG)*, 25(90), 389-393. <https://doi.org/10.37960/rvg.v25i90.32382>
- Tijerina, L., González, E., Gómez, M., Cisneros, M., Rodríguez, K., y Ramos, E. (2018). Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de nuevo ingreso a la educación superior. *Revista Salud Pública y Nutrición*, 17(4), 41-47.
- The Lancet. (2020). Redefining Vulnerability in the Era of COVID-19. *Lancet*, 395(10230), artículo 1089. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30757-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30757-1)

- Urzúa, A., Vera-Villarroel, P., Caqueo-Úrizar, A., y Polanco-Carrasco, R. (2020). La Psicología en la prevención y manejo del covid-19. Aportes desde la evidencia inicial. *Terapia Psicológica*, 38(1), 103-118 <https://teps.cl/index.php/teps/article/view/273>
- Vahedian-Azimi, A., Moayed, M., Rahimibashar, F. Shojaei, S., Ashtari, S. y Pourhoseingholi, M. A. (2020). Compare the Severity of Psychological Distress among Four Groups of Iranian Society in covid-19 Pandemic [manuscrito presentado para publicación]. *Research Square*, 1-14. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-23828/v1>
- Vidal-Conti, J., Muntaner-Mas, A. y Palou, P. (2018). Diferencias de estrés y afrontamiento del mismo según el género y cómo afecta al rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Contextos educativos: Revista de Educación*, (22), 181-195. <http://doi.org/10.18172/con.3369>
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S. & Ho, R. C. (2020). Immediate Psychological Responses and Associated Factors During the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic Among the General Population in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(5), 1729. <https://doi.org/10.3390/ijerph17051729>
- Wenham, C., Smith, J. & Morgan, R. (2020). COVID-19: The Gendered Impacts of the Outbreak. *The Lancet*, 395(10227), 846-848. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30526-2](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30526-2)
- Xiang, Y., Yang, Y., Li, W., Zhang, L., Zhang, Q., Cheung, T. & Ng, C. H. (2020). Timely Mental Health Care for the 2019 Novel Coronavirus Outbreak is Urgently Needed. *Lancet*, 7(3), 228–229. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30046-8](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30046-8)