
REVISTA KRONOS



Mental health consequences caused by virtual education in the covid-19 pandemic in first-level Business Administration and Marketing students in a public university, Ecuador 2021

Licy Quishpe | iD Universidad Politécnica de las Fuerzas Armadas, ESPE (Ecuador)

Shelagh Alban | iD Universidad Central del Ecuador (Ecuador)

Andrés Baldassari | iD Universidad Central del Ecuador (Ecuador)

ABSTRACT This research was developed at Universidad de las Fuerzas Armadas-ESPE with students from the first semester of Business administration and Marketing. The objectives of this study were to analyze and understand the consequences of the mental health of the students because of their virtual education during the massive quarantine triggered by Covid-19. A qualitative methodology was used with a sample of 129 students to whom a survey focused on specifying detailed data of six determined aspects was applied. The results show that a little more than half of the students with 53,33% have mild symptoms of anxiety, stress and sleep problems. Therefore, it was concluded that the academic performance of the respondents was influenced by those types of symptoms. In addition, the students showed those types of symptoms because the students are not familiar with their university life as it is their first semester.

KEY WORDS Mental health, covid, virtual education, university students.

FECHA DE RECEPCIÓN 04/01/2022

FECHA DE APROBACIÓN 01/08/2022

Consecuencias en la salud mental debido a la educación virtual en la pandemia covid-19 en los estudiantes de primer nivel de las carreras de Administración de Empresas y Mercadotecnia de una universidad pública, Ecuador 2021

RESUMEN La investigación se desarrolló en la Universidad de las Fuerzas Armadas, ESPE, con alumnos del primer semestre de las carreras de Administración de Empresas y Mercadotecnia. Tuvo como finalidad analizar y entender las consecuencias en la salud mental de los estudiantes a causa de la educación virtual durante el confinamiento masivo incitado por el covid-19. Se utilizó una metodología cuantitativa con una muestra de 129 estudiantes a los cuales se les aplicó una encuesta enfocada en precisar datos específicos de seis aspectos determinados. Los resultados indican que un poco más de la mitad de los estudiantes con un 53,33% presentan síntomas moderados de ansiedad, estrés y problemas para dormir. Por lo tanto, se concluyó que el rendimiento académico de los estudiantes encuestados se vio afectado por este tipo de síntomas. También se concluyó que los estudiantes que presentaron este tipo de episodios puede ser debido a que no se encuentran habituados a su vida universitaria, pues es su primer semestre.

PALABRAS CLAVE Salud mental, covid, educación virtual, estudiantes universitarios.

INTRODUCCIÓN

Como bien sabemos, desde el mes de marzo del año pasado (2019) a nivel mundial hemos sido afectados por la pandemia covid-19. Por tal motivo, el estilo de vida de varias personas ha tomado un giro de 180 grados. La cotidianeidad y, hoy por hoy, la bioseguridad, se ha vuelto habitual; siendo la educación presencial una de ellas dando paso a un sistema de educación virtual.

Una de las estrategias públicas utilizadas a nivel internacional para impedir la propagación de este virus fue confinar a poblaciones en riesgo y público en general, involucrando un cambio radical en las actividades y comportamientos de las personas, obligando a los ciudadanos a implementar nuevas formas de vida dentro del hogar ante esta contingencia (Lozano, 2020). Khan *et al.* (2020) puntualizan que existen varios trastornos emocionales, tales como la ansiedad, pánico, insomnio, irritación y decepción, estrés y otros, afectan a las personas en sus diferentes etapas de vida. En el caso particular de jóvenes estudiantes, el estrés se considera una problemática importante a nivel mundial (Matos y Zelaya, 2014).

Por lo tanto, se plantea las siguientes interrogantes: ¿cómo ha afectado el nuevo estilo de vida en la salud mental de los estudiantes de primer nivel de Administración de Empresas y Mercadotecnia de una universidad pública del Ecuador?, ¿qué impacto tiene la educación virtual en la salud emocional de los estudiantes?, ¿de qué manera influye en los estudiantes el tiempo de su exposición a los aparatos electrónicos?

MARCO TEÓRICO

El confinamiento ha sido la estrategia ampliamente utilizada para lidiar con esta crisis. En el Ecuador, mediante decreto presidencial, se estableció una cuarentena a nivel nacional. También se implementó el distanciamiento social, lo que fue un detonante para la masificación de la educación virtual.

EDUCACIÓN VIRTUAL DURANTE LA PANDEMIA

Para poder salvaguardar la salud pública de la población educativa ecuatoriana los diferentes establecimientos educativos adaptaron procedimientos para aplicar el modelo de educación virtual. A nivel universitario el cambio de modalidad presentó ciertas consecuencias en la salud mental de los jóvenes debido al confinamiento.

SALUD MENTAL

La Organización Mundial de la Salud (OMS) (2018) define a la salud mental como un estado de bienestar en el que la persona puede gestionar tanto las presiones internas y externas de forma acertiva. Asimismo, esta condición permite pensar, expresar sentimientos, interactuar y mantener una relación adecuada con su entorno.

El estado de bienestar mental brinda armonía al individuo y al colectivo de la persona. Teniendo en cuenta que ello implica estabilidad emocional, física y social permitiendo el desarrollo personal e íntegro del individuo. La falta de equilibrio en el estado de bienestar afecta la manera de pensar, actuar o sentir (Carranza, 2003).

La cuarentena incrementa la posibilidad de problemas psicológicos y mentales, principalmente por el distanciamiento entre las personas. En ausencia de comunicación interpersonal, es más probable que los trastornos depresivos y ansiosos ocurran o empeoren. Por otro lado, la cuarentena reduce la disponibilidad de intervenciones psicosociales oportunas y de asesoramiento psicoterapéutico de rutina. (Huarcaya, 2020, p. 328)

La falta de socialización en los estudiantes de educación superior se ha manifestado de diversas maneras en el quehacer diario. En primera instancia, el aislamiento obligatorio afecta a la armonía social y emocional de los estudiantes que tienen tendencia a desarrollar este tipo de particularidades (Francese, 2020).

DEPRESIÓN

Alrededor de 280 millones de personas se encuentran expuestas a esta condición que influye tanto en el estado de ánimo como en la capacidad del individuo para responder a los estímulos emocionales diarios. Una persona que sufre de esta enfermedad presenta episodios de desaliento, insatisfacción y desánimo. A su vez, este cuadro origina trastornos del sueño y apetito, fatiga, relaciones sociales, culpabilidad y, en casos más graves, desencadena conductas suicidas (OMS, 2020; Huarcaya, 2020). «Para recibir un diagnóstico de depresión, los síntomas deben estar presentes la mayor parte del día, casi todos los días, durante por lo menos dos semanas» (National Institute of Mental Health, 2016, p. 2).

Los resultados de un estudio anterior reflejaron que los más propensos a presentar episodios de depresión son las personas de sexo masculino, sin escolaridad, con preexistencias médicas y poco confiables con los diagnósticos y procesos médicos ante el covid-19. Todo el personal médico debería tener una preparación en el ámbito psicológico para poder atender y diferenciar adecuadamente entre los síntomas presentados por el virus y una depresión clínica (Huarcaya, 2020).

ANSIEDAD

Es característico de las personas presentar ansiedad como mecanismo para equilibrar la respuesta del individuo frente a situaciones inesperadas, por otro lado, también constituye un riesgo que puede provocar sufrimiento psicológico (Gómez, 2012). La fobia y la constante preocupación a lo incierto producen síntomas tales como mareos, temblores, dolencias, incluso pánico, irritación, enojo, cefalea, gastralgia, y cansancio (CDC, 2020).

En la coyuntura de la pandemia debido al covid-19, se evidenció que las personas con episodios de ansiedad se mostraron más susceptibles a maximizar emociones y, por ende, comportamientos exagerados en relación a las medidas de bioseguridad. La vida universitaria representa una etapa en donde gran parte de los estudiantes son adolescentes o adultos jóvenes; conlleva nuevas responsabilidades y mayores presiones psicosociales, lo que puede suponer una mayor vulnerabilidad frente a trastornos psicosociales como el síndrome ansioso (Cardona *et al.*, 2015).

ESTRÉS

Anteriormente, el estrés se lo consideraba como un conjunto de síntomas relacionados a una enfermedad, de ahí que ahora es una condición relativa conectada a varios factores: físicos, culturales, psicosociales y espirituales que favorecen al desarrollo holístico de la persona (OMS, 2009). La comunidad educativa ha identificado al estrés como una variable permanente que influye en el rendimiento académico de los estudiantes (Berrio y Mazo, 2011).

Igualmente, podemos resaltar que los estudiantes universitarios desarrollaron una mayor preocupación frente a la enfermedad, esto debido a que en el nivel superior se demanda mayor autonomía y responsabilidad del proceso educativo; particularidad que no es compartida en niveles educativos inferiores. Resulta importante mencionar que características como el sexo

de la persona, preexistencias médicas, economía familiar, lugar de residencia y dependencia familiar inciden directamente o no en la gravedad de esta condición (Huarcaya, 2020).

TRASTORNOS DE SUEÑO

Los estudios experimentales, clínicos y epidemiológicos han demostrado que las distintas formas de privación de sueño afectan de manera negativa a las funciones somáticas, cognitivas, emocionales y comportamentales en las que se desenvuelven estudiantes de la universidad. Esto repercute en la salud, en las relaciones, así como en el rendimiento académico, específicamente, los estudiantes universitarios durante el confinamiento están expuestos a padecer con más frecuencia los problemas de sueño en su cotidianidad. En esta población de estudiantes se añaden algunos factores específicos. Por un lado, están las exigencias académicas inherentes a los estudios universitarios que se desarrollan en su primer semestre de clases, que suponen más dedicación y esfuerzo mismas que se complementan con las actividades de refuerzo adicionales, tanto grupales como individuales, y, por otro, las extracurriculares (por ejemplo, trabajar para mantenerse o ayudar a ello), que implican un esfuerzo añadido al ya requerido. Otro factor que sigue siendo determinante es el hecho del uso de sustancias psicotrópicas y de algunas tecnologías modernas que son también factores a tener en cuenta en la génesis de dichos desórdenes del sueño que afectan al rendimiento del estudiante.

El estudio realizado permitió entender en un espectro de mayor amplitud la correlación existente entre ambas variables. Sin embargo, otros trabajos no encontraron que la duración del sueño influya en el rendimiento académico en estudiantes. «Pocos estudios valoraron la autopercepción del estudiante sobre la obtención de un sueño suficiente, apuntando a la existencia de una asociación positiva entre autopercepción y rendimiento académico» (Ba Hammam *et al.*, 2014).

La investigación señaló varias ventajas e inconvenientes relacionados con un horario de inicio de sus actividades académicas, más tarde que lo regular, siendo evidente un cierto grado de pereza y cansancio. Los estudiantes universitarios dormían más horas y tenían menos somnolencia, pero el comienzo más tardío se vinculó a un rendimiento menor observable en las bajas calificaciones de los estudiantes y mayor uso de alcohol, que parecía ser el factor principal en un peor rendimiento académico. En relación con el insomnio, se demostró que la asociación entre bajo rendimiento académico y síntomas de insomnio van muy ligadas, mismos que se manifestaron exponencialmente en el escenario de la educación virtual y el largo confinamiento al que se ven expuestos los estudiantes. Ante estos sucesos se formularon una serie de recomendaciones para el tratamiento de esta problemática tales como: establecer un horario de sueño que sea regular, para esto se debe mantener regularidad en la hora de descanso, así como una adecuada cantidad de horas de sueño, es necesario que se tenga los dispositivos electrónicos, como celular, computadoras o tabletas fuera de un rango moderado para evitar que se tornen en elementos distractores que dispersan la atención de la persona, desarrollar una rutina moderada y sostenida de ejercicios para mejorar el estado de salud del individuo, evitar consumir ingentes cantidades de alimentos o estimulantes como el café antes de ir a acostarse y establecer un espacio adecuado que brinde la condiciones de aseo y comodidad para el descanso.

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

La presente investigación fue aplicada a una población total de 129 estudiantes de primer semestre de las carreras de Administración de Empresas y Mercadotecnia de un centro de estudios superiores del Ecuador. Para ello se desarrolló una investigación con base en un modelo cuantitativo que permitió observar la reacción de las diversas variables identificadas en torno al

fenómeno en estudio; se aplicó un enfoque exploratorio y descriptivo para conocer los efectos del caso estudiado. Finalmente, para la recolección de datos se utilizó formularios en línea con base en la escala de Likert. La encuesta tuvo 6 aspectos: datos demográficos (género y edad), síntomas psicossomáticos, ansiedad e insomnio, disfunción social en la actividad diaria y depresión.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

SÍNTOMAS PSICOSOMÁTICOS

Para la investigación sobre el estado de salud de los alumnos de la Universidad de las Fuerzas Armadas, ESPE, se encuestó a un total de 129 estudiantes, entre ellos hombres (51,8%) y mujeres (46,6%), de primer semestre de las carreras de Mercadotecnia y Administración de Empresas.

El 32% de los encuestados manifestaron que su estado de salud, al igual que su condición física no eran los adecuados, mientras que un 44% de los estudiantes sintieron la necesidad de rehacer sus vidas; el 40% manifestó una sensación de agotamiento total; seguidamente tenemos un porcentaje del 34% de estudiantes que han presentado algún tipo de malestar; el 47% expresó haber sufrido de fuertes dolores de cabeza; el 41% reflejó la sensación de presión en la cabeza y, finalmente, el 37% de los estudiantes declararon sufrir de episodios de calor y escalofríos.

Nekane Balluerka Lasa manifiesta que los estudiantes se han visto afectados psicológicamente debido al confinamiento del covid-19, con efectos, tales como, aburrimiento y malestar total, mismo que se fue observable en la sensación de letargo y poco ánimo para el desempeño de sus actividades regulares, sin embargo, de acuerdo con esta investigación se pudo verificar que apenas el 5% de los estudiantes encuestados mostraban síntomas como los mencionados anteriormente (2020).

PROBLEMAS PARA DORMIR

El sueño reparador se relaciona con la capacidad de contar con un descanso nocturno que permita un desenvolvimiento adecuado durante el día. La carencia de éste es una problemática de esta sociedad y más aún entre los estudiantes de nivel superior. Para ello se considera una correlación entre el índice de estrés, bienestar mental y la presión académica (Vilchez *et al.*). Los datos obtenidos de las dos preguntas sobre «Preocupaciones que provocan perder el sueño y despertar continuamente mientras se duerme», muestran que el 49% de los encuestados tienen problemas para dormir, en tanto que el resto de los participantes señala no haberlos tenido o sufrirlos de forma aislada en algún momento. Esto se debe a que son estudiantes de primer nivel cuyo ingreso a la universidad es reciente, por lo tanto, no presentan un estrés debido al encierro durante la cuarentena y los deberes que conlleva la universidad. Por ende, se puede afirmar que tomar medidas a tiempo evitaría el desarrollo de alguna patología que implique mayor gravedad en los estudiantes en el futuro.

DISFUNCIÓN SOCIAL EN LA ACTIVIDAD DIARIA

Con respecto a esta variable, los datos reflejan que un 29,4% de los alumnos durante la propagación de la pandemia se han mantenido menos ocupados y activos respectivamente, sin embargo, el 37,2% de los encuestados afirmaron que el tiempo que tomaba llevar a cabo varias de las actividades es mayor que el empleado antes de la pandemia. Un tercio de los encuestados (31,8%) reflejan su sentir de no estar jugando un papel útil en la vida, frente

a un 28% que se encuentran en desacuerdo; esto claramente da a entender la honestidad con la cual los sujetos de estudio compartieron sus respuestas en el contexto de ser útil o no. Se infiere de estos resultados que los estudiantes son incapaces de disfrutar las actividades normales de su rutina diaria como lo hacían anteriormente.

DEPRESIÓN

Con respecto a la depresión clínica, el 31,8% presenta desesperanza en la vida. El 24,8% presenta un sentimiento de que la vida no vale la pena. El 25,6% tiene un pensamiento de no existencia. El 20,8% expresó su poca disposición a mantenerse en actividad por tener cierta alteración nerviosa. El 17% manifiesta deseos de morir y el 17,9% tiene una ideación repetitiva direccionada al suicidio. Se puede concluir que una cuarta parte de los estudiantes siente desesperanza en la vida ya que fue un cambio inesperado a nivel emocional.

TENSIÓN

Los datos reflejados muestran con respecto a la tensión que el 40,3% de los estudiantes refirió sentirse agobiado, aproximadamente la mitad de los estudiantes con un 48,1% ha presentado nerviosismo y mal humor. Más de la tercera parte señaló percibir miedo o pánico sin motivo alguno, y el 39,6% de los estudiantes notó que en algún momento perdió el control. Una vez realizado el análisis se conoció que al menos la tercera parte de los estudiantes han presentado tensión debido a que tuvieron que acoplarse a una nueva situación donde el programa educativo se desarrollaba desde casa.

CONCLUSIONES

Según los resultados obtenidos en las encuestas de los estudiantes que participaron de las carreras de Administración de Empresas y Mercadotecnia podemos argumentar que un poco más de la mitad de los sujetos, es decir, el 53,33% presentaron síntomas moderados de ansiedad, estrés y problemas para dormir, esto se debe a que son estudiantes de primer nivel y recién empiezan la carrera universitaria. El porcentaje restante (46,77%) no presentan ningún síntoma que sugiera la predisposición o desarrollo de alguna de las enfermedades mentales mencionadas anteriormente; lo cual no cierra la puerta a que en un determinado momento esto pueda ocurrir. Sin embargo aún están a tiempo las autoridades de la universidad para desarrollar planes y programas que consideren el bienestar y salud de los miembros de la comunidad académica como uno de los elementos que potencie la excelencia académica.

Por otro lado, se pudo concluir que la educación a distancia durante el confinamiento a causa del covid-19 debe considerar herramientas, tiempos y metodologías que generen un entorno amigable que promueva la salud mental de los estudiantes, como se pudo observar en los resultados obtenidos; aspectos claves que potencien tanto el rendimiento académico de los mismos como su desempeño en el quehacer de cada uno de ellos.

RECOMENDACIONES

En el presente trabajo de investigación se tuvo algunos inconvenientes con la recolección de datos a causa del aislamiento y la distancia que se debe mantener entre personas,

únicamente se pudo realizar una encuesta virtual basándonos en la escala de Likert para tener resultados específicos para identificar los síntomas recurrentes en el grupo de estudio. Para tener resultados más a profundidad y extrapolar experiencias similares sería conveniente aplicar entrevistas que permitan particularizar el fenómeno con el propósito de indagar sobre elementos que pudieran quedar de lado al generalizar el estudio con la batería de preguntas propuestas. Finalmente, partiendo de la generalización a la particularización del fenómeno se podrían detallar elementos que ofrezcan mejores soluciones que contribuyan a una mejor salud mental.

AGRADECIMIENTOS

Queremos agradecer a Max Ponce, Alexandra Quinaucho, Anthony y Randy Ramon quienes formaron parte de un proyecto de clase del módulo Metodología de la Investigación, en la Universidad de las Fuerzas Armadas-ESPE, quienes motivaron la realización esta investigación.

REFERENCIAS

- BaHammam, A., Alaseem, A. y Alzakri, A. (2014). *The relationship between sleep and wake habits and academic performance in medical students: a cross-sectional study*. *BMC Med Educ*, 12(4), 12: 61.
- Berrio García, N. y Mazo Zea, R. (2011, diciembre). Estrés académico. *Revista de Psicología*. Universidad de Antioquía, 3(2), 66-67. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpsua/v3n2/v3n2a6.pdf>
- Cardona, J., Pérez, D., Rivera, S., Gómez, J., Reyes, A. (2015). Prevalencia de ansiedad en estudiantes universitarios diversitas. *Perspectivas en Psicología*, 11(1), 79-89
- Carranza, V. (2003, 03). El concepto de salud mental en psicología humanista-existencial. *Ajayu órgano de difusión científica del Departamento de Psicología UCBSA*, 2-4. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-21612003000100001
- CDC Centers for Disease Control and Prevention. (2020). *Resumen científico: SARS-COV-2 y transmisión potencial por el aire*. https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/science/science-briefs/scientific-briefsars-cov-2.html?CDC_AA_refVal=https%3A%2F%2Fwww.cdc.gov%2Fcoronavirus%2F2019-ncov%2Fmore%2Fscientific-brief-sars-cov-2.html.
- Francese, P. (2020, junio 11). Covid-19 y educación superior en América Latina y el caribe: efectos, impactos y recomendaciones políticas. *Dialnet*. Retrieved enero 28, 2021, from file:///C:/Users/PC/Downloads/Dialnet-Covid19YEducacionSuperiorEnAmericaLatinaYElCaribe-7642921.pdf
- Gómez, R., Durán, L., Cabra, L., Pinzón, C. y Rodríguez, N. (2012). Musicoterapia en el control de la ansiedad durante el tratamiento odontológico y preventivo en niños con síndrome de Down. *Latinoamericana de Psicología*. Red de Revistas científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal, 17(2), 13-24.
- Huarcaya Victoria, J. (2020, 04 18). Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de covid-19. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 37(2), 27-34. <https://doi.org/10.17843/rpmpesp.2020.372.5419>
- Khan, K., Zhao, H., Zhang, H., Yang, H., Shah, M. H. and Jahanger, A. (2020). The impact of covid-19 pandemic on stock markets: an empirical analysis of world major stock indices. *J. Asian Fin. Econ. Bus.* 7, 463-474.
- Lozano, A. (2020). Impacto de la epidemia del coronavirus (covid-19) en la salud mental del personal de salud y en la población general de china. *Rev Neuropsiquiatr* [online], 83(1), 51-56. ISSN 0034-8597.

- National Institute of Mental Health. (2016, 12). Depresión. *MedinePlus*, 4-5. <https://medlineplus.gov/spanish/depression.html>
- OMS. (2018, marzo 30). *Salud mental: fortalecer nuestra respuesta*. Organización Mundial de la Salud. Retrieved 02 02, 2021, from <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- OMS. (2020, enero 30). *Depresión*. Organización Mundial de la Salud. Retrieved 02 02, 2021, from <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression#:~:text=Datos%20y%20cifras,la%20mujer%20que%20al%20hombre>.
- Vilchez Cornejo, J., Quiñones Laveriano, D., Failoc Rojas, V., Acevedo Villar, T., Larico Calla, G., Mucching Toscano, S., Smith Torres-Román, J., Aquino Núñez, P., Córdova De la Cruz, J., Huerta Rosario, A., Espinoza Amaya, J. J., Palacios Vargas L. y Díaz Vélez, C. (2016). Salud mental y calidad de sueño en estudiantes de ocho facultades de Medicina Humana del Perú. *Rev. chil. neuro-psiquiatr.* [online], 54(4) [citado 2021-03-14], pp. 272-281. Disponible en: <https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-92272016000400002&lng=es&nrm=iso>