

UNIVERSIDAD DEL VALLE DE GUATEMALA

Facultad de Ciencias Sociales



Retos psicosociales y experiencias en una población adolescente
durante el confinamiento de la pandemia por COVID-19 en Guatemala

Trabajo de graduación presentado por Antonella Comandari Norman para optar
por el grado académico de Licenciada en Psicología

Guatemala
2023

UNIVERSIDAD DEL VALLE DE GUATEMALA

Facultad de Ciencias Sociales



Retos psicosociales y experiencias en una población adolescente
durante el confinamiento de la pandemia por COVID-19 en Guatemala

Trabajo de graduación presentado por Antonella Comandari Norman para optar
por el grado académico de Licenciada en Psicología

Guatemala
2023

Vo.Bo. :

(f) 

M.A. Waleska Pérez González

Asesora

Tribunal Examinador:

(f) 

PhD. Dina Elías

Directora de la Licenciatura en Psicología UVG

(f) 

Licda. Leslie Muñoz

Docente

(f) 

M.A. Waleska Pérez González

Asesora

Fecha de Aprobación: Guatemala, 22 de noviembre de 2023

CONTENIDO

<i>LISTA DE TABLAS</i>	<i>i</i>
<i>RESUMEN</i>	<i>ii</i>
<i>I. INTRODUCCIÓN</i>	<i>1</i>
<i>II. MARCO TEÓRICO</i>	<i>3</i>
<i>A. Adolescencia: una etapa de transición</i>	<i>3</i>
<i>B. Pubertad</i>	<i>5</i>
<i>C. Características sexuales</i>	<i>8</i>
<i>D. El cerebro durante la adolescencia</i>	<i>8</i>
<i>E. Desarrollo cognoscitivo</i>	<i>10</i>
<i>1. Cambios en el procesamiento de la información</i>	<i>12</i>
<i>F. Desarrollo psicosocial</i>	<i>13</i>
<i>G. Medidas de bioseguridad por pandemia por COVID-19</i>	<i>15</i>
<i>H. Pandemia por COVID-19 en Guatemala</i>	<i>16</i>
<i>I. La enseñanza en línea a partir de la pandemia por COVID-19</i>	<i>17</i>
<i>J. El adolescente en tiempos de COVID: Aspectos psicosociales</i>	<i>20</i>
<i>III. MARCO METODOLÓGICO</i>	<i>28</i>
<i>A. Justificación</i>	<i>28</i>
<i>B. Preguntas de investigación</i>	<i>28</i>
<i>C. Objetivos de investigación</i>	<i>29</i>
<i>D. Diseño del estudio</i>	<i>29</i>
<i>E. Variables de investigación</i>	<i>30</i>
<i>F. Participantes</i>	<i>32</i>
<i>H. Procedimiento</i>	<i>33</i>
<i>I. Plan de análisis</i>	<i>34</i>
<i>J. Consideraciones e implicaciones éticas</i>	<i>34</i>
<i>IV. RESULTADOS</i>	<i>36</i>
<i>V. DISCUSIÓN</i>	<i>49</i>
<i>Experiencias positivas durante y después del confinamiento</i>	<i>49</i>
<i>VI. CONCLUSIONES</i>	<i>60</i>
<i>A. Implicaciones de hallazgos</i>	<i>60</i>

B. Limitaciones	62
C. Recomendaciones	63
VII. Referencias	64
A. Carta de autorización de estudio para colegio	77
B. Consentimiento informado	78
C. Asentimiento de estudiante	79
D. Preguntas de entrevista	79

LISTA DE TABLAS

<i>Tabla 1. Características sexuales secundarias</i>	8
<i>Tabla 2. Etapas del desarrollo cognoscitivo de Piaget.</i>	11
<i>Tabla 3. Variables de investigación</i>	30

LISTA DE GRÁFICAS

<i>Gráfica 1. Regulación del inicio y progresión de la pubertad humana.</i>	6
<i>Gráfica 2. Pirámide de necesidades de Maslow.</i>	19

RESUMEN

El confinamiento por la pandemia de COVID-19 fue un evento que generó una variedad de cambios en el estilo de vida de las personas. En este estudio, se indagó sobre los retos y las experiencias psicosociales de un grupo de adolescentes durante y después del confinamiento por la pandemia de COVID-19. Además, se tomaron en consideración las diferencias individuales que contribuyeron a que los adolescentes experimentaran ciertos retos y experiencias debido al confinamiento. Los adolescentes que formaron parte del estudio eran estudiantes que cursaban tercero básico en una institución educativa privada. Se realizaron entrevistas semi estructuradas de forma individual. Las preguntas buscaban obtener información sobre los retos y experiencias durante y después del confinamiento con relación a la familia y las áreas académica, social y emocional. Según las experiencias y retos compartidos por los participantes, la mayoría de entrevistados reportaron que la relación familiar durante el confinamiento mejoró significativamente y el tiempo de calidad aumentó. Sentían apoyo y comprensión por parte de los familiares. Por otro lado, la mayoría de los participantes indicaron haber presentado estrés y ansiedad académica durante el confinamiento. La relación social de los adolescentes con sus pares fue afectada de igual manera ya que el distanciamiento físico durante el confinamiento solo les permitía comunicarse de forma virtual, lo cual representó un reto para muchos al momento de mantener amistades o buscar expandir esa red de apoyo. Un descubrimiento interesante fue que los adolescentes de género masculino se mostraron más relajados ante las adversidades del confinamiento y lograron mantener con mayor facilidad sus relaciones interpersonales, mientras que lo anterior representó un mayor obstáculo para el género femenino. También se observa que los adolescentes de género femenino presentaron mayores retos y experiencias negativas en el aspecto emocional y social durante y después del confinamiento. La presión social o exigencias por parte de los padres hacia las adolescentes de género femenino puede ser una razón que explica la diferencia entre géneros. Además, la

calidad de la relación familiar durante el confinamiento parece estar relacionada con la facilidad o dificultad con la cual los adolescentes afrontaban los retos y experiencias del confinamiento.

Palabras claves: confinamiento, pandemia, COVID-19, retos, experiencias, desarrollo adolescente, desarrollo psicosocial.

I. INTRODUCCIÓN

La adolescencia, durante mucho tiempo, se consideró una etapa difícil de definir por las diferentes experiencias individuales, variaciones físicas y la maduración emocional y cognitiva a través de distintos contextos sociales (Borrás, 2014). Dicha fase del desarrollo está caracterizada por procesos fisiológicos y psicológicos además de los distintos cambios asociados al sexo y la edad específica. Sin embargo, el consenso actual es que la adolescencia es un periodo que marca la transición entre la infancia y la adultez en la vida de las personas.

Diferentes autores afirman que los adolescentes se encuentran en una edad vulnerable, en la que existen variaciones estructurales del cerebro, lo cual podría estar asociado a ciertas experiencias emocionales difíciles (Mas, 2016). Algunas de estas experiencias que presentan con frecuencia los adolescentes son: la irritabilidad, frustración, enojo y tristeza. Dichas experiencias pueden representar un factor de vulnerabilidad para desarrollar un trastorno depresivo u otros trastornos psicológicos (OMS, 2021). Sin embargo, a pesar del factor de vulnerabilidad, también esta etapa puede tener muchas oportunidades de crecimiento y desarrollo del potencial de cada individuo. Algunas oportunidades de crecimiento son el descubrimiento de nuevos intereses, nuevas relaciones sociales y nuevos comportamientos. Además, debido a la creciente madurez física, social y cognitiva, los adolescentes tienen mayor capacidad para participar de forma activa en su comunidad (Martínez, 2007).

Es importante mencionar que la adolescencia es una etapa del ciclo vital en la que la interacción con los pares es sumamente necesaria para desarrollar ciertas habilidades sociales, así como para la formación de la propia identidad y rol personal (Gaete, 2015). Debido al confinamiento generado por la pandemia de COVID-19, se ha observado que las habilidades psicosociales de los adolescentes han sufrido una serie de cambios (Sánchez, 2021). En

consideración a lo anterior, el objetivo de esta investigación es conocer, desde el punto de vista de los adolescentes de tercero básico de un colegio privado del Departamento de Guatemala, cómo ellos han percibido estos cambios y cómo el confinamiento y otros retos asociados a la pandemia han tenido un impacto psicosocial en sus vidas.

II. MARCO TEÓRICO

A. Adolescencia: una etapa de transición

La adolescencia es una transición del desarrollo entre la infancia y adultez que implica cambios físicos, cognitivos y psicosociales muy importantes. Un cambio físico importante es el inicio de la pubertad, el cual es un proceso durante el que se alcanza una madurez sexual y la capacidad para reproducirse, que conlleva cambios biológicos y hormonales (Papalia y Martorell, 2017). Algunos cambios físicos que marcan el inicio de la pubertad en niñas son el crecimiento de pechos en niñas, la aparición de vello en la zona del pubis y axilas y, por último, da la primera menstruación. En niños, el crecimiento del pene y testículos marcan el inicio de la pubertad, seguido por la aparición de vello en la zona del pubis y axilas y por último, la voz se hace más gruesa y aparece el vello facial (NIH, 2021).

La adolescencia es un constructo social, y esto se puede evidenciar en la diferencia de cómo se han concebido estos cambios físicos y psicosociales a lo largo de la historia. Por ejemplo, en las sociedades preindustriales, se entraba al mundo adulto cuando se daba la maduración física o cuando se iniciaba la labor como aprendices en alguna vocación. Sin embargo, desde el siglo XX la adolescencia se ha definido, en Occidente, como una etapa de vida independiente. Actualmente, se considera que la etapa de adolescencia es más prolongada en el mundo y menos evidente que en el pasado donde se daba ese cambio abrupto en cuanto a responsabilidades. Esto quiere decir que, años atrás, se atribuían responsabilidades de adultos a temprana edad, incluso cuando aún no se había alcanzado la madurez biológica necesaria (Gualtero, 2009). Aunque en la actualidad la pubertad inicia antes de lo que solía ocurrir, se comienza la vida laboral muchos años después puesto que ahora se requieren varios años de instrucción educativa y capacitación para que exista esa preparación para responsabilidades adultas. De igual manera, es más probable que la etapa del matrimonio, junto con las

responsabilidades que le corresponden, ocurran después de existir esta preparación académica y vocacional (Papalia y Martorell, 2017).

La adolescencia no es solamente una etapa de cambios fisiológicos, sino también una etapa donde se logra desarrollar ciertas competencias cognitivas, sociales, de autonomía, autoestima e intimidad. Durante la adolescencia se pueden encontrar muchas áreas de oportunidad que fomentan el crecimiento y consolidación de las competencias mencionadas previamente, aunque también existen ciertos riesgos para el adolescente. Esta transición hacia la adultez varía en cada adolescente. Existen muchos jóvenes que presentan dificultades al momento de manejar todos los cambios que suceden paralelamente. Es posible que necesiten apoyo de algún adulto o persona de confianza para poder superar los obstáculos que puedan encontrar a lo largo del camino (Papalia y Martorell, 2017).

La adolescencia es un fenómeno complejo que se compone de hechos biológicos y psicológicos, así como sociales y culturales. Por lo tanto, existen factores internos y externos en la vida del adolescente que pueden predisponer la vulnerabilidad del adolescente, así como factores internos y externos que fomentarán el crecimiento y crearán oportunidades para el adolescente (Klein, 2021).

En cuanto a la vulnerabilidad adolescente, se cree que, debido a la estigmatización social de la adolescencia, existen capacidades resilientes que se bloqueen. Esta obstaculización puede crear mayor dificultad para afrontar desbalances emocionales, cambios físicos y situaciones sociales que desestabilizan a los adolescentes. Los procesos mencionados previamente representan gran parte de los cambios internos que atraviesan los adolescentes (Pino et al., 2011).

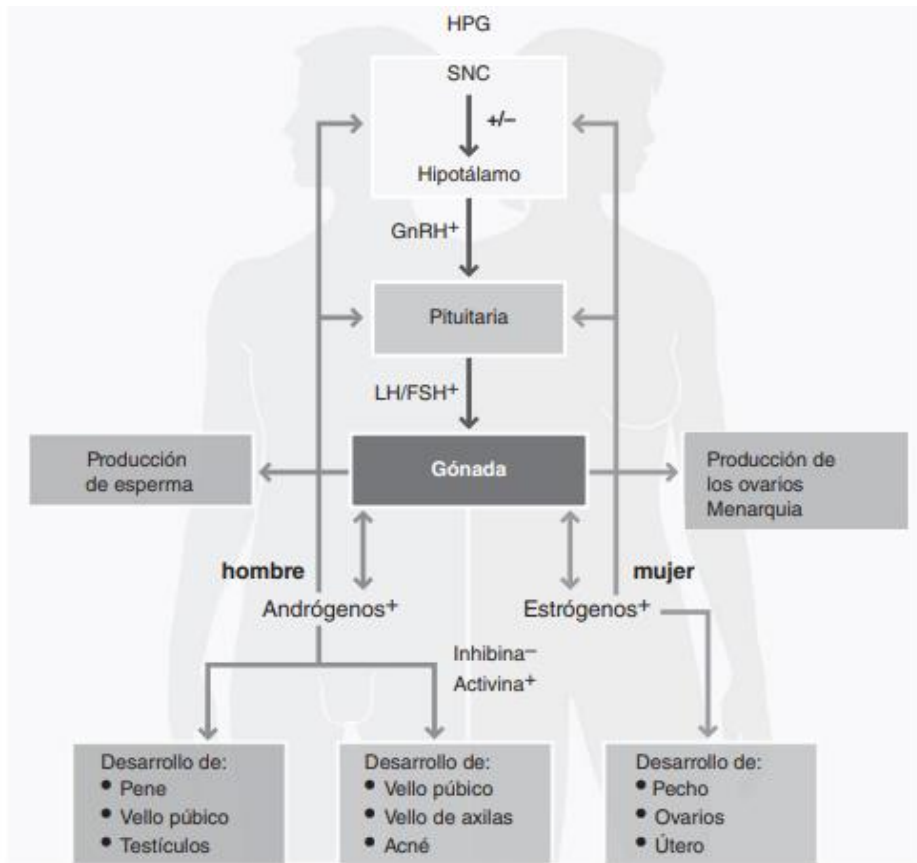
Por otro lado, el contexto familiar y socioeconómico en el que vive el adolescente se relaciona directamente con el apoyo que recibe por parte de su red de apoyo como la familia/amigos, y con las oportunidades de crecimiento que el ambiente le ofrece (Pino et al.,

2011). Esto quiere decir, que ciertos factores externos, como la pobreza o una familia conflictiva, pueden representar un obstáculo que vulnerabiliza más al adolescente. Además de tener que afrontar cambios biológicos y psicológicos, el adolescente se enfrenta a un ambiente que no le provee la seguridad y el amor que necesita. También habrá factores externos, como una familia unida y acceso a educación, que proporcionarán oportunidades y un buen ambiente para el crecimiento del adolescente. En este caso, el adolescente aún debe enfrentarse a los cambios biológicos y psicológicos de esta etapa, pero el hecho que tenga una familia unida quizá le facilitará el afrontamiento de estos cambios ya que le provee amor y seguridad. Igualmente, el acceso a educación quizá le permitirá recibir mayor seguimiento por medio de consejeros escolares, maestros y oportunidad para desenvolverse socialmente (Fize, 2001).

B. Pubertad

Como se mencionó anteriormente, la pubertad conlleva cambios físicos y hormonales, pero estos cambios de tipo fisiológico están asociados a cambios hormonales. Primero, el hipotálamo libera niveles elevados de la hormona liberadora de gonadotropina (GnRH), lo cual causa un aumento en dos hormonas reproductivas que, son clave en el proceso de pubertad: la hormona luteinizante (LH) y la hormona folículo estimulante (FSH). Ambas hormonas actúan de forma diferente en niñas y niños. En las niñas, se crean niveles mayores de la hormona folículo estimulante, lo cual inicia la menstruación. En los niños, es la hormona luteinizante la encargada de iniciar la secreción de la testosterona y androstenediona (Papalia y Martorell, 2017).

Gráfica 1. Regulación del inicio y progresión de la pubertad humana.



Fuente: Papalia y Martorell, 2017

La pubertad es el resultado del aumento en la producción de las hormonas relacionadas al sexo. Este proceso se divide en dos etapas: la primera es la adrenarquia que es la maduración de las glándulas suprarrenales, seguida por la gonadarquia, la cual es la maduración de los órganos sexuales que se da unos años después de la primera etapa (Papalia y Martorell, 2017).

Algunas investigaciones atribuyen el aumento en la emocionalidad y cambios de estado de ánimo de la adolescencia temprana a estos procesos hormonales. De hecho, las emociones negativas, como la angustia, hostilidad y los síntomas depresivos aumentan conforme evoluciona la pubertad. Sin embargo, existen otros factores como el sexo, la edad, el temperamento y el momento de la pubertad, los cuales pueden lograr nivelar o cancelar algunas de las influencias hormonales comunes de la adolescencia (Papalia y Martorell, 2017). Esto se

puede explicar de mejor forma con la teoría de los tipos de temperamento de Hipócrates, la cual fue posteriormente refinada por Galeno de Pérgamo. En dicha teoría los tipos de temperamento se clasifican en cuatro, resumidos por Rodríguez (2007):

1. Sanguíneo: Sujeto que reacciona con fuerza emocional, activo y enérgico, fácil de disciplina, rápido en reacciones y movimientos. Facilidad para adaptarse a nuevas situaciones y establecer relaciones interpersonales amplias y variadas.
2. Colérico: Corresponde a un individuo impulsivo, enérgico, explosivo que pierde el control con facilidad, y con intereses estables y permanentes.
3. Flemático: Individuo tranquilo, imperturbable, lento en sus movimientos y reacciones. Tiene dificultad para adaptarse a nuevas relaciones y situaciones, estable en inclinaciones.
4. Melancólico: Corresponde a un individuo altamente sensible, reacciones débiles y lentas. Fácilmente tiende a desorganizarse y tiende a ser introvertido.

Dando seguimiento a los tipos de temperamento, se podría tomar como ejemplo a una adolescente de 17 años con un tipo de temperamento sanguíneo. Esta adolescente iniciará su primer año de universidad, donde seguramente estará expuesta a distintos retos. Algunos retos son acoplarse a las nuevas rutinas y dinámicas de la educación superior, muy distintas a las de un colegio, y también debe formar nuevas amistades. Según la información sobre el tipo de temperamento sanguíneo, la adolescente tendrá una mayor facilidad para adaptarse a las nuevas rutinas y establecer nuevas relaciones interpersonales. La edad de la adolescente nos indica que la mayoría de los cambios de la pubertad ya se han consolidado, lo cual podría significar que la adolescente posee cierto nivel de madurez que le permite tener mayor control sobre sus emociones. De esa manera se puede ejemplificar cómo el temperamento y edad de la adolescente en cuestión cancela o nivela las influencias hormonales de la adolescencia.

C. Características sexuales

Las características sexuales de la pubertad se pueden dividir en primarias y secundarias. Las características sexuales primarias se refieren a los órganos directamente relacionados con la reproducción que crecen y maduran durante la etapa de la adolescencia. Por otro lado, las características sexuales secundarias son las señales fisiológicas de la maduración sexual que no implican los órganos sexuales. En el cuadro de abajo, se enlistan algunas características sexuales secundarias según el sexo.

Tabla 1. Características sexuales secundarias

Niñas	Varones
Mamas	Vello púbico
Vello púbico	Vello axilar
Vello axilar	Vello facial
Cambios en la voz	Cambios en la voz
Cambios en la piel	Cambios en la piel
Aumento amplitud y profundidad de la pelvis	Aumento en amplitud de los hombros
Desarrollo muscular	Desarrollo muscular

Extraído de: Shibley, 2006.

D. El cerebro durante la adolescencia

El proceso de maduración cerebral, o el neurodesarrollo, inicia desde la concepción y continúa hasta la edad adulta. Es un proceso por el cual las distintas áreas del sistema nervioso van alcanzando madurez, empezando por las áreas posteriores del cerebro y avanzando hacia las anteriores, es decir de atrás hacia delante (Rosselli, 2002). El desarrollo estructural y funcional del cerebro sigue un patrón relativamente universal, el cual evoluciona de acuerdo

con la edad cronológica, permitiendo que se distingan claramente las etapas del neurodesarrollo. La primera etapa corresponde a la prenatal, y luego se desarrolla la etapa de autonomía motora, de los 0 a 3 años. Carrillo (2017) define la autonomía motriz como la capacidad, aptitud, habilidad y concientización de comprender el cuerpo en un tiempo y espacio determinado. Seguido de la autonomía motora se da la etapa del desarrollo del lenguaje y conocimiento del entorno, entre los 3 a 10 años. Según algunos autores, el neurodesarrollo se considera como avanzado cuando las personas han desarrollado una identidad personal, alrededor de la adolescencia, lo cual implica un conjunto de procesos psicológicos complejos (Mas, 2016).

Los adolescentes experimentan una reorganización, algunas estructuras aumentan de tamaño mientras otras se reducen. Por ejemplo, el pensamiento de los adultos es dirigido de forma predominante por el córtex prefrontal, mejor conocido como la parte “racional” del cerebro humano. Esta parte del cerebro es la que responde ante diferentes situaciones con un buen juicio y con un buen estado de consciencia hacia posibles consecuencias a largo plazo. Por otro lado, los adolescentes procesan la información o sucesos en su ambiente con la amígdala, siendo esta la parte emocional del cerebro. De igual manera, la amígdala es responsable de crear reacciones inmediatas como lo es el miedo y comportamientos de tipo agresivo que corresponden a nuestro instinto de supervivencia. Se estima que el córtex prefrontal se desarrolla completamente entre los 25 y 30 años (NIH, 2020). Por lo tanto, en la adolescencia, las conexiones entre la parte emocional del cerebro y el centro de la toma de decisiones aún se está desarrollando.

Estos cambios estructurales suceden porque es necesario que aparezcan nuevos circuitos y conexiones que permitirán que se sustente el pensamiento analítico, el cual caracteriza a las personas adultas. Dichos cambios estructurales tienen como finalidad crear

circuitos que permitan tomar decisiones basadas en el análisis crítico, así que los circuitos serán mucho más complejos.

El desarrollo del cerebro es un proceso bidireccional, se necesita de actividades y experiencias de la persona joven para determinar qué conexiones neuronales conservarán y fortalecerán. Así mismo, paralelamente se da un crecimiento cognitivo. “Los adolescentes que ejercitan su cerebro aprendiendo a ordenar sus pensamientos, a comprender conceptos abstractos y a controlar sus impulsos, están creando las bases neurales que les servirán durante el resto de sus vidas” (Papalia y Martorell, 2017, p.329).

E. Desarrollo cognoscitivo

El psicólogo Jean Piaget argumentaba que durante la adolescencia se alcanza el nivel más alto de desarrollo cognoscitivo, cuando se perfecciona la capacidad de pensamiento abstracto (Castilla, 2014). Por lo regular, esta capacidad se desarrolla alrededor de los 11 años, así proporcionando una nueva forma y con mayor flexibilidad de manipular información. Por ejemplo, en esta etapa las personas logran comprender que la letra X representa un número desconocido cuando es usado como símbolo de una variable, aprecian las metáforas y alegorías encontrando nuevos significados en la literatura. Logran pensar en posibles resultados o respuestas y no solo enfocarse en lo que ya existe, imaginan nuevas posibilidades, formulan hipótesis y comprueban las mismas. Dicha capacidad de pensar abstractamente conlleva implicaciones emocionales, incluyendo la experiencia de sentimientos hacia personas y situaciones (Papalia y Martorell, 2017).

Piaget atribuía el cambio de un pensamiento basado en la lógica a un pensamiento reflexivo, a la maduración cerebral y ampliación en las diferentes oportunidades que provee el medio en el cual interactúa la persona. Se considera que se necesitan ambos factores, la maduración cerebral, así como de la estimulación ambiental, para permitir este razonamiento

formal. Es decir que la educación y las oportunidades que se le presenten a la persona definirán la forma en que se desarrolle cada persona en esta etapa del razonamiento formal (Londoño, 2019).

En el cuadro de abajo se pueden apreciar las etapas del desarrollo cognoscitivo de Piaget, las edades que abarca cada una de ellas y sus características. Cabe recalcar, que las edades que Piaget determinó que corresponden a cada etapa del desarrollo cognoscitivo, puede que varíen dependiendo las diferencias individuales, así como las influencias sociales y culturales (Londoño, 2019).

Tabla 2. Etapas del desarrollo cognoscitivo de Piaget.

Etapa	Edad	Característica
Sensoriomotora: Niño activo	Del nacimiento a los 2 años	El niño aprende la conducta propositiva, el pensamiento se orienta a medios y fines, se da la permanencia de objetos
Preoperacional: El niño intuitivo	De 2 a 7 años	El niño logra utilizar símbolos y palabras para pensar. Solución intuitiva de problemas, pensamiento rígido y por ende limitado. Centralización y egocentrismo.
Operaciones concretas: El niño práctico	De 7 a 12 años	El niño aprende operaciones lógicas de seriación, clasificación y conservación. El pensamiento está ligado a los fenómenos y objetos del mundo real.
Operaciones formales: El niño reflexivo	De 12 años en adelante	El niño aprende sistemas abstractos de pensamiento, lo cual le permite usar la lógica, el razonamiento científico y razonamiento proporcional.

Adaptada de: Londoño, 2019

1. Cambios en el procesamiento de la información

Los cambios cognoscitivos descritos por Piaget (Tabla 3) se pueden explicar desde la perspectiva biológica a través de la maduración de los lóbulos frontales del cerebro. Las experiencias que tengan los adolescentes durante esta etapa determinarán cuáles conexiones neuronales se fortalecen y cuáles representarán un área de mejora (Head Start: ECLKC, 2013). Como resultado, el procesamiento cognoscitivo variará mucho entre cada adolescente debido a la diferente exposición a eventos que tienen a lo largo de la etapa de adolescencia. Se considera que las siguientes dos categorías de cambio en la cognición del adolescente juegan un rol importante en el procesamiento de información de esta etapa:

1. Cambio estructural: Los cambios estructurales en la adolescencia incluyen cambios en la capacidad de la memoria de trabajo y una cantidad creciente de conocimiento almacenado en la memoria de largo plazo. La capacidad de memoria de trabajo aumenta durante la niñez y continúa ampliándose durante la adolescencia. Lo cual permite a los adolescentes lidiar con problemas complejos o decisiones que involucren diversas piezas de información.
 - a. Conocimiento declarativo: El conocimiento declarativo consta de todo el conocimiento relacionado con hechos reales que una persona ha adquirido durante su vida.
 - b. Conocimiento procedimental: El conocimiento procedimental se basa en el “saber cómo”, es decir saber los procesos necesarios para llevar una tarea a cabo. Algunos ejemplos son, saber cómo multiplicar y dividir o conducir un vehículo.
 - c. Conocimiento conceptual: El conocimiento conceptual se refiere a comprender por qué algo es de cierta manera.
2. Cambio funcional: Cuando se habla de cambios funcionales se hace referencia a los aspectos funcionales de la cognición, es decir todos los procesos para obtener, manejar

y retener la información. Entre dichos procesos se encuentra el aprendizaje, los recuerdos y el razonamiento. Algunos de los cambios funcionales más relevantes son el incremento continuo en la velocidad de procesamiento y un mayor desarrollo de las funciones ejecutivas (Papalia y Martorell, 2017).

F. Desarrollo psicosocial

Como ya se ha mencionado anteriormente, la adolescencia es un periodo en el cual se dan múltiples cambios. Surgen desafíos entre el individuo y su entorno, al igual que una lucha interna en búsqueda de su identidad o guión personal (Paladines, 2010). Es una etapa que no solo gira en torno a cambios físicos, como la pubertad, o cambios de humor debido a las hormonas como normalmente se piensa de esta etapa. Más bien, se trata de cambios de tipo biológico, psicológico, cognitivo, y social, entre otros factores que engloban la totalidad de la vida del adolescente. Dichos cambios influyen en el adolescente tanto emocionalmente como conductualmente.

En muchas ocasiones, estos cambios pueden llevar a situaciones de riesgo debido a la necesidad por explorar el mundo y encontrar su propia identidad (Pino, 2011). Algunas situaciones de riesgo pueden ser el uso de sustancias estupefacientes como el alcohol o drogas como resultado de presión grupal. También los trastornos alimenticios, especialmente en población femenina, representan una situación de riesgo como resultado de los estándares sociales irreales, influencia de redes sociales y la inconformidad de los adolescentes ante los cambios físicos pertenecientes a su etapa de vida. Los adolescentes suelen ser persuadidos con facilidad y actúan usualmente de forma impulsiva ya que no tienden a analizar las posibles consecuencias de sus acciones. Por lo tanto, la adolescencia se convierte en un proceso crucial en la transición hacia la adultez, en el cual se debe prestar mucha atención a las necesidades del adolescente y brindarle un acompañamiento especial (Papalia y Martorell, 2017).

El psicoanalista estadounidense Eric Erikson, desarrolló una de las teorías más influyentes sobre el desarrollo psicosocial de las personas. Según este teórico, la tarea principal de la adolescencia es confrontar la crisis de identidad ante la confusión de identidad o roles. Es decir que el adolescente se enfrentará, durante la etapa de la adolescencia, al reto de encontrar su propia identidad (Bordignon, 2006). Este proceso puede ser retador para los adolescentes, ya que suelen desligarse del sistema de valores inculcados por sus padres. Los adolescentes están en busca de la independencia de sus padres, entonces pueden rechazar la mayoría de los valores, pensamientos o reglas que han sido impuestos dentro de sus familias. Se percatan que los padres no son seres perfectos e identifican sus errores. Esto se debe a que desarrollan un pensamiento cada vez más crítico. Cuando el adolescente siente que ya no comparte cosas en común con su familia, puede sentir la motivación de buscar un nuevo grupo de apoyo donde se sienta seguro, cómodo, y donde encuentre aspectos en común. Por lo tanto, acudirá a sus pares o a grupos sociales donde sienta que logra encajar (American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, 2017).

Según Erikson, la identidad se construye a medida que los jóvenes resuelven tres problemas cruciales: la elección de ocupación, la adopción de nuevos valores (separados de los de sus padres o familia), y el desarrollo de una identidad sexual satisfactoria. De acuerdo con Erickson, los adolescentes que logran resolver exitosamente la crisis de identidad pueden desarrollar la virtud de la fidelidad. Es decir, un sentimiento sostenido de lealtad, fe o pertenencia a un ser querido. La fidelidad puede considerarse como parte de un conjunto de valores, ideología o religión. Se piensa que las personas que no desarrollan un sólido sentido de su propia identidad ni fidelidad podrían desarrollar patrones psicológicos de inestabilidad, inseguridad y con dificultad para realizar planes por sí mismos y para su futuro (Papalia y Martorell, 2017).

Uno de los principales peligros de la etapa de adolescencia es la confusión de identidad o rol. Todo adolescente necesita saber quién es, de esa forma se sentirá respetado y amado al sentir que forma parte de algo en este mundo. Los niños antes de la pubertad se identifican con sus padres o los adultos en su entorno, mientras que los adolescentes deben de desarrollar su propia identidad basada en lo que ya conocen y lo que están por descubrir (Ives, 204). Si no se forma un sentido coherente de identidad se puede demorar en gran medida la obtención de la adultez psicológica. Tener cierto grado de confusión de identidad se considera normal en esta etapa, puesto que es inevitable que exista un desbalance en la vida de los adolescentes como resultado de tantos cambios en las diferentes áreas de su vida. De acuerdo con Erikson, esta confusión explica los comportamientos “caóticos” en algunas conductas del adolescente. De hecho, se considera la formación de grupos sociales cerrados o exclusivos, parte de la escena social del adolescente, puesto que estos comportamientos son defensas contra esta confusión de identidad (Bordignon, 2006).

Como se ha revisado anteriormente, la adolescencia es un período importante que implica cambios biológicos, cognitivos y sociales. El contexto en el que ocurre esta etapa es importante porque los factores externos repercutirán directa o indirectamente en el desarrollo del adolescente. Es decir, los cambios asociados a la situación actual por pandemia podrían tener un impacto importante, pues representan retos a nivel psicosocial.

G. Medidas de bioseguridad por pandemia por COVID-19

Debido a la pandemia por COVID-19 que se desató globalmente a finales del 2019, y que ha afectado a nuestro país desde el mes de marzo del 2020, se tomaron medidas de bioseguridad para proteger a la población del virus y para evitar la propagación del mismo. Una de las medidas que se dispuso en varios países, incluyendo Guatemala, fue el confinamiento. Según la Organización Mundial de la Salud, el confinamiento consiste en un

conjunto de medidas de distanciamiento físico y restricción de desplazamiento aplicadas en gran escala (OMS, 2020). Se combinan estrategias para reducir la interacción social física, el uso obligatorio de mascarillas, restricción de horarios de circulación, suspensión del transporte público, cierre de fronteras, entre otros (Sánchez y La Fuente, 2020).

Como se ha comentado anteriormente, las nuevas disposiciones que se adoptaron alrededor del mundo durante los primeros meses de la pandemia modificaron significativamente las labores profesionales, la educación, la convivencia social y las rutinas diarias de todas las personas del mundo (Marilia et al., 2021). En epidemias pasadas se han observado efectos negativos a nivel psicológico, como un aumento en la tasa de suicidios, ansiedad y deterioro en el bienestar general (Jeong et al., 2016), por lo que muchos especialistas están al pendiente de los efectos a largo plazo que podrían traer estos confinamientos.

H. Pandemia por COVID-19 en Guatemala

En Guatemala, conforme pasaban los meses desde el inicio de la pandemia, las disposiciones de bioseguridad se volvieron menos estrictas, aceptando el hecho de que el virus no estaba cerca de llegar a su fin, y que la población guatemalteca se encontraba en la necesidad de salir a trabajar. Según el Análisis de los efectos e impactos socioeconómicos Covid-19 en Guatemala por parte de las Naciones Unidas, la pandemia por COVID-19 incrementó los niveles de pobreza y desigualdad en el país (ONU Guatemala, 2020). Por estas razones, las autoridades gubernamentales se vieron obligadas a autorizar el Decreto No. 21-2020, que determina «la incorporación de acciones sanitarias que deben tomarse para la desescalada de las medidas de confinamiento y aislamiento obligatorio e indicadores para regresar a ellas, con el objetivo de retornar a la vida productiva y reactivación de la economía nacional».

A pesar de que varias empresas retornaron a sus funciones de forma presencial, los centros educativos como preescolares, colegios/escuelas y universidades permanecieron en modalidad en línea. La reincorporación de centros educativos surgió nuevamente hasta el 28

de diciembre del 2020. Día en el cual el Ministerio de Educación estableció de forma oficial el Acuerdo Ministerial No. 3663-2020, el cual autorizaba el inicio del ciclo escolar 2021 en el sector público y privado de forma híbrida. Es decir, presencial y en línea/desde casa, cumpliendo y siguiendo el Sistema de Alerta Sanitaria (MINEDUC, 2020).

I. La enseñanza en línea a partir de la pandemia por COVID-19

El cambio de la educación tradicional a la modalidad en línea trajo consigo retos para los docentes puesto que esta transición requirió de la modificación y adaptación de los procesos de aprendizajes a este nuevo estilo de educación, con el cual había poca preparación puesto que fue un cambio inesperado. La enseñanza en línea representó, para muchas personas, una ventaja por la comodidad. Sin embargo, se han registrado significativamente una mayor cantidad de retos que conlleva esta modalidad. A continuación, se listan algunas ventajas y desventajas de la enseñanza en línea.

Según información del Instituto Superior de Estudios Psicológicos (ISEP, 2020) entre algunas de las ventajas de la enseñanza en línea se pueden indicar las siguientes:

- Aumenta la responsabilidad del alumno puesto que este debe de estar pendiente a la hora ya que no depende del timbre del receso o de algún maestro indicando los tiempos de la jornada de estudios.
- Mayor espacio para trabajar, pueden usar toda una mesa para ellos o incluso trabajar en el piso.
- Disminuye la presión por compartir con el resto de los compañeros, aumentando el avance de objetivos individuales.
- Reducción de alianzas o grupos que excluyen a otros.
- Apoyo de hermanos mayores hacia los más pequeños.
- Puede existir mayor participación de padres en actividades escolares y les posibilita estar más pendientes de las necesidades de sus hijos.

A continuación, se listan algunas desventajas de la educación en línea según ISEP (2020):

- El ausentismo escolar es mayor debido a que en varias ocasiones no hay algún adulto en casa que supervise al estudiante.
- El espacio donde los estudiantes reciben clases puede no ser apropiado, como la habitación o desde sus camas.
- Distracción del adulto como resultado de situaciones en casa o ruido externo.
- Limitación de actividades lúdicas u otros métodos de aprendizaje que pueden ser útiles para algunos estudiantes.
- Limitación a una actividad física.
- Aislamiento social.
- Falta de asesoramiento por parte de maestros o dificultad para darle seguimiento a algunos estudiantes y poder brindarles las herramientas adecuadas.

La pirámide de Maslow de las necesidades, la cual se puede apreciar en el Cuadro 2, muestra un orden de las necesidades básicas hasta las más complejas de las personas. En la base de la pirámide se encuentran las necesidades orientadas a la supervivencia como lo son las necesidades fisiológicas, seguido por el sentido de protección y seguridad, luego le sigue la necesidad de amor y pertenencia, y la penúltima sería la necesidad de valoración. Las necesidades mencionadas previamente son motivadas por la carencia de las mismas, es decir que cuando una de ellas no es satisfecha, la persona se sentirá motivada a buscar satisfacerla. Conforme la primera necesidad es saciada, se pasa a la siguiente etapa, y así sucesivamente.

En la punta de la pirámide se encuentra la necesidad de autorrealización, la cual es una necesidad que se cumple a partir de la motivación de crecimiento, esto significa que la autorrealización surge del querer crecer como individuo. De acuerdo con el diccionario de la Real Academia Española (2021), la autorrealización es la consecución satisfactoria de las

aspiraciones personales por medios propios. Dentro de la autorrealización cabe el deseo de estudiar, entonces tomando la pirámide de Maslow como referencia, para que una persona sienta el deseo de estudiar e invertir tiempo en metas personales, las cuatro necesidades anteriores a la de autorrealización deben ser satisfechas primero. Esto se debe tomar en cuenta en el contexto guatemalteco y la enseñanza durante la pandemia por COVID-19.

Gráfica 2. Pirámide de necesidades de Maslow.



Extraído de fuente: McGraw Hill, 2019.

En Guatemala, el 31 de marzo de 2020 en Guatemala, se anunció por parte del Ministerio de Educación el inicio de un programa televisivo por el Ministerio de Educación, para que los guatemaltecos pudieran darles continuidad a sus clases de preprimaria, primaria y secundaria. Sin embargo, uno de los mayores retos encontrados en Guatemala, es que no todos

los estudiantes tienen acceso a tecnología. Según el censo de 2018, 6 de cada 10 personas tienen acceso a un teléfono, pero solamente el 30% de la población guatemalteca tiene acceso a internet. Spross (2020) comenta que es un gran desafío poder llevar la conectividad y los dispositivos tecnológicos a la mayoría de los hogares del país. El acceso a tecnología en áreas rurales no se encuentra entre las prioridades del gobierno guatemalteco.

Un año nueve meses después, se retorna oficialmente a clases en modalidad presencial. En el sector privado, el 14 de enero de 2022, y en el sector público el 15 de enero del mismo año (Román y Montenegro, 2022). Sin embargo, a pesar de que se les permitió a los centros educativos regresar a sus clases de forma presencial, no se obligó a los estudiantes a que asistieran, por lo que los estudiantes pudieron optar por quedarse en línea, en el caso de centros educativos privados que contaron con esa modalidad, mientras que en centros públicos se observó mayor índice de deserción debido a la necesidad de trabajar para sostener a las familias (Mineduc, 2020) y a la falta de respuesta adecuada para enfrentar la crisis educativa que la pandemia supuso.

Esta investigación se enfoca en la etapa de la adolescencia, por lo que se quieren explorar factores psicosociales que estuvieron/están presentes durante los años de confinamiento por pandemia por COVID-19.

J. El adolescente en tiempos de COVID: Aspectos psicosociales

El brote de coronavirus (COVID-19) causó una serie de cambios abruptos en la vida cotidiana de las personas por motivos de bioseguridad. La Organización Mundial de la Salud declaró el 11 de marzo de 2020 que el brote de la enfermedad se clasificaba como una pandemia global. En el caso de Guatemala, el viernes 13 de marzo de 2020 se anunció el primer caso de COVID-19 en el país (Organización Panamericana de la Salud, 2020). Esto generó en la población reacciones de preocupación y miedo ante la incertidumbre, puesto que en las noticias se reportaban que, en China e Italia, la tasa de muertes por COVID-19 aumentaba sin cesar. La

pandemia por COVID-19, no fue solamente una crisis de salud a nivel global, sino se trata de una enfermedad que creó una crisis social, política y económica (ONU, 2021).

Ciertamente, no ha sido la única vez en la historia de la humanidad que una enfermedad haya dejado poco esperanzados a la población mundial. Según un artículo de National Geographic, “desde que el ser humano empezó a organizarse en sociedad y a crear núcleos de personas que conviven en un mismo espacio territorial, las enfermedades contagiosas tomaron un especial protagonismo” (National Geographic, 2021). Conforme las poblaciones crecían, al aparecer una enfermedad se extendía, afectando de esa forma varias regiones. Claro que la enfermedad se convertía en una amenaza para la población y de esa forma se inició la documentación de las primeras pandemias. Algunas de las pandemias más conocidas históricamente son las siguientes: la peste de Justiniano (desde año 541 a 543), la peste negra (siglo XIV, entre 1346 y 1353), viruela (conocida de hace 10,000 años), la gripe española (1918), la gripe asiática (1957), la gripe de Hong Kong (1968) y el Virus de Inmunodeficiencia Adquirida (VIH) de los años ochenta (Huguet, 2020).

Las pandemias en la mayoría de las ocasiones transforman las sociedades en las que surgieron y, probablemente han influido decisivamente en el curso de la historia. Ahora, nuevamente ha surgido otra pandemia, esta vez debido al COVID-19, la cual, seguramente, generará variaciones en la sociedad actual y en las futuras generaciones.

Si hablamos sobre transformaciones sociales, se puede hacer referencia a los cambios en el estilo de vida de las diferentes poblaciones a nivel mundial. Muchas poblaciones que han atravesado transformaciones en su sociedad evidencian cambios en las dimensiones básicas de sus vidas y como tal, su desarrollo. Si se hace énfasis en las dimensiones básicas para que un ser humano tenga un desarrollo integral, destacan las siguientes áreas o dimensiones: el

desarrollo neurofisiológico, el desarrollo cognitivo, el desarrollo psicológico, afectivo, social, el desarrollo ético moral y de valores (Arias y Casas, 2019).

Hasta la fecha se han publicado varios estudios que se han dedicado a evaluar justamente los efectos o cambios que ha generado en el ser humano la pandemia por COVID-19. Por ejemplo, existe un estudio desarrollado en Estados Unidos, cuyo interés principal fue conocer cómo los adolescentes estadounidenses habían percibido que el COVID-19 impactó sus estados socioemocionales y la implicación que tuvo el mismo en la salud mental (Richards et al., 2020). En este estudio, se utilizaron métodos mixtos para lograr alcanzar el objetivo de la investigación. En primera instancia, se evaluó cómo los adolescentes percibieron que la pandemia afectó la vida social y la emocionalidad, y como segundo punto, se evaluó la asociación entre los cambios percibidos y los índices de su salud mental. Según los resultados del estudio, los adolescentes sí experimentaron dificultades a nivel social y emocional como resultado directo de la pandemia. Tanto en los datos cuantitativos como cualitativos se encontró que, los adolescentes experimentaron un cambio notorio en la dinámica con amigos y con sus familiares debido al COVID-19. Los participantes reportaron que pasaban mucho menos tiempo en contacto con sus amistades y que a pesar de tener una interacción electrónica, existía una deficiencia en la conexión emocional y se percibió una disminución en el apoyo de parte de amistades. En cuanto a la dinámica familiar, se reportó mayor tiempo con sus familiares, lo cual en la mayoría de los casos representó un aumento en el apoyo familiar. Sin embargo, algunos de los participantes refirieron que el pasar más tiempo con familiares representó un aumento en el conflicto familiar. El declive percibido del apoyo de amigos durante el COVID-19 se relaciona con síntomas depresivos y con problemas con amigos debido al sentimiento de soledad durante la pandemia. Es posible que los cambios en las dinámicas con amigos y familiares durante el COVID-19 pudieron haber generado tensión en el sentido de pertenencia de los adolescentes, aumentando así el decaimiento en la salud mental. Las relaciones con sus

pares se vuelven especialmente importantes porque generan un medio de apego, intimidad y apoyo social durante la adolescencia. El sentimiento de alejamiento de las amistades podría afectar en gran medida dichas necesidades. (Richards et al., 2020).

Otro resultado relevante del estudio hace referencia a la autonomía del adolescente, debido al cambio en las dinámicas familiares, la poca privacidad y el reducido espacio personal en casa puede llevar a altos índices de estrés (Richards et al., 2020). A pesar de que los resultados apuntan a que existen más retos que aspectos positivos como consecuencia del COVID-19, existe un porcentaje de personas que sí consideran que la pandemia les ha beneficiado en algún sentido. En el estudio en cuestión, algunos adolescentes mencionan que ahora logran tener mayor tiempo de calidad y comunicación con sus padres, y han mejorado la relación con sus hermanos a partir del confinamiento. También, reportan que sienten mayor seguridad al no ir a clases por el acoso escolar que sufrían, menos problemas relacionados con amistades y que este tiempo les ha ayudado a reflexionar sobre sus vidas y apreciar más a las personas que les apoyan.

Otro estudio que indaga en la relación que tuvo la pandemia por COVID-19 en la interacción social de los jóvenes fue desarrollado en el contexto guatemalteco (González y Sánchez, 2021). El objetivo de dicha investigación fue el de comprender los efectos de la pandemia por COVID-19 en la salud mental en función de: el desarrollo de la crisis, la complejidad de los factores que intervienen en el impacto, la alteración de las relaciones interpersonales en personas jóvenes y adultas, y finalmente, su efecto en la socialización de los niños. Para los resultados relacionados a jóvenes y adultos, se tomaron en cuenta los diálogos de supervisión psicológica dirigidos por uno de los autores, y para los datos de niños se recabó información de las experiencias de trabajo de la otra autora a lo largo del periodo de la pandemia

Algunos de los hallazgos del estudio de González y Sánchez (2021), en relación con los efectos de la pandemia por COVID-19 son los siguientes: a) Las alteraciones de las condiciones de vida y de las relaciones sociales de personas y grupos originan diversas reacciones que pueden ir desde muy leves a muy graves. b) Las condiciones de contagio y prevención de la pandemia alteran directamente las relaciones interpersonales. c) Las condiciones o medidas de contagio y prevención de la pandemia alteran directamente las relaciones interpersonales. d) El uso de la virtualidad en actividades tiende a modificar y restringir las interacciones formales e informales, reduciendo un espacio de socialización en jóvenes y niños. e) El uso extenso y prolongado de comunicación virtual puede afectar a mediano y largo plazo modificaciones en las relaciones interpersonales. f) Los estudiantes encuentran menor cantidad de interacción entre pares y menores oportunidades de comunicación y convivencia, dificultando el establecimiento de vínculos cercanos y de confianza. Todos los niños del estudio se vieron afectados por la pandemia, principalmente debido al cierre de escuelas, donde convivían en gran parte de su día con sus pares y adultos. Al trasladar la enseñanza presencial a modalidad en línea, se interrumpe la socialización. A pesar de que varios niños tienen la posibilidad de conectarse con sus amigos por medio de videollamadas, las habilidades sociales implicadas no son las mismas. De igual manera, esto crea cambios en las conductas, pensamientos y emociones de los niños. Se recalca que dichos efectos están íntimamente relacionados con factores sociodemográficos y al bienestar y malestar de los padres (González y Sánchez, 2021).

Una investigación que aporta información valiosa sobre la emocionalidad de los adolescentes es un estudio realizado por Valero-Moreno y colegas (2022), trabajado en colaboración por la Universidad de Valencia, España y la Universidad del Azuay, Cuenca, Ecuador. El estudio se titula *Impacto emocional y resiliencia en adolescentes de España y Ecuador durante la COVID-19: estudio transcultural*. Su objetivo fue estudiar la asociación

entre la sintomatología ansioso-depresiva y la resiliencia en adolescentes de España y Ecuador, y comparar las posibles diferencias entre ambas muestras. Hubo una participación de 476 adolescentes, en el cual el 70,10% eran mujeres entre 9 y 18 años, distribuidos de forma equitativa entre ambos países. Los participantes se evaluaron por medio de la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés y la Escala de Resiliencia. Se realizaron análisis descriptivos y pruebas T para muestras independientes. Se calculó el tamaño del efecto y correlaciones de Pearson. Según los resultados, un perfil de ajuste adaptativo ante la pandemia contiene las siguientes características: ser chico, no haber presentado un evento vital estresante, no tener problemas de salud física y psicológica previos y residir en España. Mientras que un perfil de riesgo ante la pandemia contiene las siguientes características: ser chica, presentar un evento vital estresante, tener algún tipo de problema de salud física y psicológica previo y residir en Ecuador. Los datos que se generaron a partir de esta investigación señalan la importancia de detectar las necesidades específicas de los adolescentes en relación con su contexto socioeconómico y cultural, y así poner en marcha intervenciones destinadas a proteger la salud mental durante la pandemia (Valero et al., 2022).

Otro estudio (Tamarit et al., 2020) enfocado en adolescentes españoles se centró en medir el impacto psicológico del COVID-19, así como sus riesgos y factores protectores de síntomas emocionales. En dicha investigación se menciona que una de las preocupaciones más prevalentes del momento a nivel mundial, es el impacto del COVID-19 a nivel psicológico, tanto en niños como adolescentes, además del aumento en el riesgo de presentar problemas en la salud mental debido a la pandemia. El objetivo de la investigación fue examinar la influencia de las variables sociodemográficas y las relacionadas con COVID-19 en los síntomas de depresión, ansiedad y estrés en la población adolescentes durante el confinamiento. Los participantes fueron 523 adolescentes españoles, con edades comprendidas entre los 13 y 17 años (Tamarit et al., 2020).

Entre los resultados más relevantes podemos recalcar que las variables sociodemográficas y las relacionadas con el COVID-19 desempeñan un papel muy importante en el desarrollo de sintomatología emocional en adolescentes durante la pandemia. Los adolescentes que hicieron trabajo voluntario y los adolescentes que permanecieron en casa con más frecuencia tuvieron mayor probabilidad de experimentar síntomas relacionados con la depresión, ansiedad o estrés. Como recomendaciones, los investigadores comentan la necesidad de seguir desarrollando investigaciones para detectar las variables de riesgo y protección que afectan la salud mental de los adolescentes en estos tiempos de pandemia por COVID-19 (Tamarit et al., 2020).

De igual manera, existe un artículo de revisión desarrollado por Diaz Leyva (2021) en Ecuador, que midió los efectos psicosociales de la pandemia por COVID-19 en las familias. Esto llega a ser de importancia puesto que el ambiente familiar y la respuesta de los padres de familia ante la pandemia influye directamente en el bienestar de los niños y adolescentes al ser una figura cercana. En este estudio se describe a la familia como la entidad más importante dentro de una comunidad, la cual está compuesta por un número variable de personas, unidad por diversos lazos, las cuales pueden vivir juntas o no. La familia es la fuente principal de socialización y al existir cambios internos o externos a la misma, se pueden producir cambios en la dinámica familiar. El objetivo del estudio fue conocer los efectos psicosociales de la pandemia COVID-19 en la familia. Para esto se revisó la base de datos SCOPUS y EBSCO utilizando palabras clave “*family*” y “COVID-19”, encontrando de esa manera cuarenta artículos científicos. Algunos de los aspectos más relevantes del análisis de resultados son que la pandemia por COVID-19 provocó fuertes repercusiones psicosociales en la familia como: el incremento en niveles de estrés, miedo al contagio del virus, un aumento en la violencia doméstica, niveles elevados de ansiedad, un contagio en las emociones digitales, labilidad emocional, irritabilidad, síntomas depresivos, insomnio, angustia económica, aburrimiento y

sintomatología psicosomática. Incluso, en algunos casos graves, los efectos secundarios de la pandemia por COVID-19 comprometieron la vida de sus integrantes y su proceso de luto. Los cuarenta estudios revisados coinciden en que el COVID-19 ha afectado notablemente el aspecto psicosocial de las familias.

Por último, una investigación desarrollada en una universidad guatemalteca (Sánchez Ramos, 2021)., señala que factores de protección como lo son las condiciones del estado biológico, familiar, comunitario o cultural, disminuye la probabilidad de desarrollar un trastorno de ansiedad generalizada (TAG) y burnout académico (BA) en el contexto de la pandemia por COVID-19. Contar con una red de apoyo sólida y un bienestar material y económico también representan una variable importante disminuye la posibilidad de que estudiantes universitarios padezcan de TAG y BA. Entre los resultados del estudio, se encontró que los estudiantes entre los primeros años de universidad se sentían menos autosuficientes académicamente mientras que los estudiantes de último año presentan un mayor sentimiento de autosuficiencia académica, lo cual disminuye la posibilidad de desarrollo de BA Otro resultado muestra que existe un mayor nivel de probabilidad de TAG en mujeres que en hombres. Se considera de mucha importancia que durante la etapa universitaria se mantenga un bienestar físico, interpersonal y material para contar con factores protectores.

Según los resultados de las investigaciones mencionadas anteriormente, se puede concluir que la pandemia por COVID-19 afectó significativamente la salud mental de los adolescentes y en su socialización, encontrándose mayor vulnerabilidad en las mujeres. Tomando estos hallazgos en distintos países del mundo, se consideró necesario realizar el presente estudio en el contexto guatemalteco, de tal forma que se obtenga información que permita conocer el impacto que la pandemia por COVID-19 ha generado en los adolescentes en nuestro contexto social.

III. MARCO METODOLÓGICO

A. Justificación

En la investigación se dieron a conocer los cambios psicosociales de los adolescentes, especialmente por la transformación del estilo de vida de todas las personas, generada por la pandemia del COVID-19. La transición de un estilo de vida activo a uno menos dinámico y con una menor interacción social fue un factor que afectó el desarrollo de los adolescentes en nuestra sociedad.

De acuerdo con Cazali (2017), los cambios en las estructuras familiares, el estrés por demandas poco claras, la pobreza y las migraciones, son factores que afectan de forma profunda el desarrollo de la población infantil. Se tomaron en cuenta los factores externos mencionados anteriormente y se consideró que la pandemia por COVID-19 vino acompañada de una serie de cambios en el desarrollo de esta población. Considerando estos desafíos sociales, los adultos responsables de la educación de los niños deberían cerciorarse de que la educación responda a sus necesidades y no a una demanda social, como se da en la mayoría de casos (Cazali, 2017), específicamente en relación con sucesos externos que demandan habilidades emocionales y sociales que no han desarrollado aún los niños y adolescentes. Se analizó el impacto en el desarrollo psicosocial de adolescentes guatemaltecos durante y después del confinamiento a través de las entrevistas realizadas. De esta forma se alcanzó el objetivo, identificar las experiencias positivas y negativas de los adolescentes durante y después del confinamiento. Analizar los retos académicos, familiares, sociales e interpersonales enfrentados por los adolescentes de tercero básico durante y después del confinamiento.

B. Preguntas de investigación

1. ¿Qué experiencias y retos psicosociales experimentaron los adolescentes durante el confinamiento?
 - a. ¿Cuáles fueron las experiencias positivas y negativas de los adolescentes durante el

confinamiento?

- b. ¿Qué retos académicos, sociales y familiares enfrentaron los adolescentes, a partir del confinamiento durante la pandemia por COVID-19 en la ciudad de Guatemala?

C. Objetivos de investigación

Los objetivos planteados para este estudio fueron:

1. Objetivo general:

Discutir las experiencias y los retos psicosociales experimentados los adolescentes de tercero básico (retos académicos, sociales y familiares durante el confinamiento por COVID-19, en la ciudad de Guatemala).

2. Objetivo específico:

Identificar las experiencias positivas y negativas de los adolescentes durante y después del confinamiento. Analizar los retos académicos, familiares, sociales e interpersonales enfrentados por los adolescentes de tercero básico durante y después del confinamiento.

D. Diseño del estudio

Este estudio fue de tipo cualitativo descriptivo, con enfoque fenomenológico, ya que se enfocó en la experiencia de una población específica ante un suceso concreto. Los estudios fenomenológicos, según Creswell (1998), describen las experiencias vividas por una persona o un grupo en relación con un fenómeno o concepto. Una de las características de la fenomenología, es que esta no se interesa en encontrar una explicación, más bien se preocupa por los aspectos individuales y subjetivos de la experiencia. También, muestra mayor interés en los aspectos esenciales de la experiencia o fenómeno.

Con este trabajo se conocieron los retos psicosociales en adolescentes debido al confinamiento de la pandemia por COVID-19 a través de las experiencias y significados vividos por las y los jóvenes del estudio. El método de recolección de datos utilizado fue la entrevista semiestructurada. Las entrevistas semiestructuradas parten de preguntas previamente

planificadas por el entrevistador, pero pueden ajustarse a las personas entrevistadas. Esto es una de las ventajas de utilizar este tipo de entrevistas, pues existe una gran posibilidad de ajustarse a los sujetos de estudio y le provee al entrevistador la oportunidad de aclarar términos, clarificar ambigüedades y reducir formalismos, creando así, un ambiente más relajado para los entrevistados (Díaz, 2013). La entrevista semiestructurada permite adaptar las preguntas a las características de la persona a entrevistar.

E. Variables de investigación

Tabla 3. Variables de investigación

Variable	Definición conceptual	Indicador	Preguntas en entrevista
Experiencia	El término <i>experiencia</i> es descrita como una vivencia, una situación que vive un individuo que es externa a sí mismo, y por la cual el individuo reconstruye su significado a partir de dicha situación. La descripción anterior del término <i>experiencia</i> proviene del abordaje de las corrientes constructivistas, interpretativas y de estudios socioculturales. (Guzmán y Saucedo, 2015)	<ul style="list-style-type: none"> ● Experiencias durante el confinamiento ● Experiencias después del confinamiento 	¿Cómo fue estar en confinamiento para ti? Cuéntame tu experiencia. ¿Cómo ha cambiado tu vida después del confinamiento?

F. Participantes

En la investigación, se entrevistaron a adolescentes pertenecientes al grupo de tercero básico de un colegio privado en el municipio aledaño a la ciudad. El hecho que los participantes pertenezcan a un colegio privado es de relevancia ya que nos indica que ellos y sus familias pertenecen a un nivel socio económico medio alto. De acuerdo con Ventura (2017), en los estudios cualitativos se debe valorar el número de participantes en función del contexto y del objetivo de la investigación, tomando en cuenta las características del estudio para que tener un número adecuado de participantes.

El grupo de estudiantes contaba con 83 jóvenes divididos en cuatro secciones, con un número de 20 a 21 estudiantes por sección. El contacto con los estudiantes participantes se realizó a través de la dirección de secundaria del colegio, quien fue el intermediario para comunicarse con los padres de los estudiantes para invitarles al estudio y compartirles el consentimiento informado. Se envió la invitación a participar en la presente investigación a todos los padres de los 83 estudiantes de tercero básico. Únicamente se obtuvo respuesta afirmativa de 24 padres de familia. Se solicitó el asentimiento de cada participante, resultando en un total de 15 participantes finales.

De acuerdo con los datos demográficos recolectados previo a la entrevista, ocho de los participantes se identifican con el sexo femenino y siete con el sexo masculino. La edad de la mayoría de los estudiantes entrevistados fue 15 años (n=12), mientras que tres de los entrevistados tienen 16 años.

G. Criterios de inclusión y exclusión

A continuación, se enlistan los criterios tomados en consideración para la selección de los participantes entrevistados.

1. Los criterios de inclusión propuestos en este estudio fueron:
 - Ser estudiante de tercero básico la institución identificada.
 - Cualquier identificación de sexo/género.
 - Cualquier edad mientras fuera estudiante de tercero básico.
 - Haber experimentado personalmente el confinamiento debido a la pandemia por COVID-19 en Guatemala.
2. Criterios de exclusión:
 - No se tomaron en cuenta a estudiantes que no cumplieran con los criterios antes descritos.

H. Procedimiento

Los consentimientos informados de los padres de familia o tutores se enviaron por medio de *Google Forms* desde el correo del departamento de la dirección de secundaria de la institución educativa. Todos los estudiantes cuyos padres o tutores autorizaron su participación en el estudio fueron organizados de acuerdo con un horario específico por la investigadora y directora del establecimiento. Las entrevistas se realizaron en una de las oficinas privadas del departamento de Consejería del colegio. Se contactó a los estudiantes una semana antes de la entrevista, por medio de un correo electrónico con instrucciones específicas sobre el lugar, día y hora de la entrevista.

Al llegar a la oficina, la investigadora se presentaba y, luego de preguntarles si sabían en qué consistía la entrevista, procedió a explicarlo ya que solamente una persona sabía sobre el tema de la investigación. La investigadora explicó a cada participante la información básica del estudio y su participación. Se obtuvieron los datos personales de los participantes antes de la entrevista por medio de un *Google Forms* y dieron su asentimiento a participar en la entrevista y a que ésta fuera grabada.

Como se mencionó previamente, 24 estudiantes fueron autorizados por sus padres a participar en las entrevistas. Sin embargo, solamente 15 fueron entrevistados, ya que nueve no mostraron interés en asistir a la entrevista o se excusaron por razones de enfermedad, retrasos del autobús escolar, por una suspensión u ocupaciones.

I. Plan de análisis

A cada participante se le asignó un número de entrevista para mantener la confidencialidad. Las entrevistas fueron grabadas y transcritas. Las grabaciones se destruyeron luego de ser transcritas como protocolo de seguridad para los participantes. Luego, se inició el análisis correspondiente. Se utilizó la técnica de análisis cualitativo narrativo propuesta por Creswell (1998). Se consideró que la técnica de análisis cualitativo narrativo era apropiada para esta investigación por los objetivos propuestos. El análisis cualitativo narrativo permitió hacer una reformulación de las historias presentadas, tomando en consideración el contexto de cada caso, así como las experiencias de los participantes. Esto permitió comprender mejor lo que los sujetos querían transmitir en su narración. Generalmente, en las investigaciones de análisis cualitativo narrativo, se recogen grandes cantidades de texto de los participantes ya que son ricas en contexto. A partir de esta información, los investigadores encuentran significados ocultos, por lo que se necesita un análisis profundo (Creswell, 2018).

De manera más específica, en esta investigación se aplicó un Análisis temático (AT), la cual es una técnica de investigación para identificar, analizar e informar patrones dentro de los datos recopilados empíricamente. El análisis temático organiza y describe el conjunto de datos a detalle e interpreta aspectos relacionados al tema (Escudero, 2020).

J. Consideraciones e implicaciones éticas

En este estudio se compartió un consentimiento informado para todos los padres de familia y/o encargados de los estudiantes. De igual forma se entregó a los estudiantes un

asentimiento informado en el cual ellos aceptaban participar en las entrevistas y también aceptaban tener conocimiento de que serían grabados.

Se preservó la confidencialidad en todas las fases del estudio. Se retiró la información personal de los participantes y se anonimizaron, asignando un número a cada entrevista. También, se borraron las grabaciones después de ser transcritas.

Las entrevistas se llevaron a cabo en una oficina privada en el departamento de consejería. La investigadora, a pesar de trabajar en la misma institución educativa, no conocía ni había interactuado con los participantes previo a la entrevista, ni tampoco interactúa con los adolescentes, después de ella.

IV. RESULTADOS

El confinamiento por la pandemia de COVID-19 llevó a un aislamiento físico entre personas, modificando la interacción social, actividades diarias, convivencia familiar, y el estado emocional de las personas. A continuación, se presentan los principales hallazgos divididos en dos temas generales, las experiencias positivas y negativas, y los retos. Dentro de cada uno de estos temas, se identifican los subtemas o aspectos derivados

A. Experiencias positivas y negativas

1. Experiencias positivas durante el confinamiento de la pandemia por COVID-19

a. Dinámica familiar

Algunos de los entrevistados mencionan que el tiempo de calidad con sus familiares aumentó durante el confinamiento. Refieren que ese tiempo juntos contribuyó a generar una mejor dinámica familiar. Esto se expresó en elementos como la comunicación, la unión, compartir en actividades recreativas y cotidianas como lo es comer juntos, compartir o jugar con hermanos.

“Mis familiares, estaban ahí en la casa. Entonces podía convivir más con ellos.” (E5; línea 26)

“Antes no teníamos buena relación, yo me llevo 6 años con mi hermano, entonces es como un poquito distante, porque él le gusta jugar y yo como, Ay, no quiero, porque yo estoy haciendo trabajos. Pero durante la pandemia tenía más tiempo libre ya que completaba mis tareas durante clase entonces tenía tiempo para convivir con él y como unirnos, entonces fue bonito.” (E11; línea 77)

La mayoría de entrevistados reportaron haber contado con el apoyo de sus papás durante el confinamiento. La investigadora les preguntó a los participantes si contaron con el apoyo de

alguna persona durante el confinamiento, a lo cual se obtuvieron respuestas relacionadas con el apoyo familiar, ya sea de padres de familia, hermanos o abuelos.

“Mi hermana grande, porque ella estudia medicina entonces ella le sabe a todo a la ciencia, la mate. Y todo, entonces me explicaba entonces. Ella siempre llegaba a explicarnos.” (E 7; línea 94)

“Sí y ella (mamá) siempre está ahí para mí y me dice que cualquier cosa que sienta o que tenga complicaciones en el colegio le hable.” (E13; línea 134)

b. Patrones de rutinas y comunicación

Interesantemente, la mayoría de los participantes reportaron que sus familias contaban con una buena comunicación y rutinas previo al confinamiento, y que mantuvieron la misma dinámica durante ese periodo. Este es un aspecto importante, pues la convivencia dio paso a consolidar rutinas ya existentes en la familia y a mantener una buena comunicación. No necesariamente la buena comunicación y rutinas surgieron como consecuencia del confinamiento; al contrario, facilitaron el afrontamiento del mismo.

“Fue buena (la relación familiar), porque como ya digamos, teníamos una rutina establecida, digamos, ya sabíamos cómo que iba a ser cada, pero fue fácil. O sea, no... ni fácil ni difícil porque digamos, Eh, ya estábamos como acostumbrados porque no salíamos mucho antes (E3; línea 40)

c. Mejora en la organización y desempeño académico

Para algunos de los participantes la modalidad virtual permitió que mejoraran la organización en las tareas académicas y el manejo del tiempo. Comentaron que les gustaba ese sentido de independencia y libertad. La modalidad de estudio en línea permitió enriquecimiento de vocabulario, aumento en el tiempo de lectura, perfeccionamiento de la redacción y desarrollar el interés por la investigación

“Que finalmente haber estado en confinamiento, me ayudó a estar más tranquilo, no forzaba. Que, por ejemplo, aquí (en el colegio) tengo que entregar las cosas justas, justas al mismo momento minuto y todo eso. Pero en cambio en confinamiento tenía un poco más de libertad de trabajar a la hora que quería, por ejemplo, establecer mi horario y hacer mis cosas. Y entonces, con ese horario, yo podía trabajar tranquilo, con libertad. Y sin ningún tipo de problema.” (E2; línea 42)

Además, reportaron que las clases se percibían más cómodas y disfrutaban el trabajo individual:

“Eh... Yo soy más del trabajo individual, Eh ... Entonces, me gusta aprender por videos en vez de enseñanzas, no como antes. Entonces para mí fue mucho más fácil poder seguir como independientemente mis clases, me fue muy bien, sin ninguna molestia y preocupación.” (E11; línea 15)

Ciertos participantes comunicaron que, durante el confinamiento, las clases en línea les permitieron mejorar su desempeño académico. Hacen referencia a el incremento en el tiempo de lectura, a que pulieron su ortografía y redacción, y mejora en calificaciones en materias generales o específicas como en matemáticas.

“Primero que nada puede mejorar mi ortografía. Ortografía... mi manera de redactar mejoró bastante, ya que tenemos que leer bastante, pero en documentos en línea y esos documentos como que el vocabulario de ellos se me como que me lo guardé, me lo guardé aquí en mi mente.” (E6; línea 116)

“Emm si mejoré mucho en matemáticas, pero siento que es porque tal vez eh sí ponía un más de atención en clases, a comparación de estar acá en como presencial.” (E4; línea 114)

d. Salud física

El estar en confinamiento contribuyó a mejorar la salud física de algunos entrevistados, se reporta que lograron implementar una alimentación saludable y una rutina de ejercicio. Se

menciona que probablemente la disminución en la actividad física ocasionada por el confinamiento fue un factor motivador a adherirse a una rutina y a contar con más disciplina.

“Desde que empezó el COVID, yo era una persona como gordita y eso me ayudó, pues a mantenerme dentro de mi casa y proponerme a mí mismo como bajar de peso y ser más... como tener más disciplina en mis alimentos y lo demás sí.” (E9; línea 17)

Algunos participantes comentaron que antes del confinamiento practicaban algún deporte. Muchos de ellos continuaron con la actividad física durante el confinamiento, se conectaban a sesiones virtuales con sus entrenadores mientras que otros estudiantes solo realizaban las actividades de la clase de educación física impartida por el colegio.

“Para mientras pues en el gimnasio como que hicieron unas reuniones por Zoom solo como para hacer condición física y así no perder la fuerza y alguna otra cosa, entonces sí, ahí hice algo en pandemia pues entonces logré hacer ejercicio y todo.” (E 7; línea 40)

e. Comunicación con amistades

La mayoría de los entrevistados compartieron que durante el confinamiento lograron mantener comunicación con sus amistades. Los participantes compartieron que el uso de redes sociales, videollamadas o los juegos en línea fueron las principales vías de comunicación. Se logró identificar que las plataformas digitales fueron herramientas que permitieron y facilitaron el que los adolescentes conservaran sus amistades.

“Fue muy bonito porque aprendí quiénes eran mis amigos y quiénes eran mis compañeros, y con mis amigos y todos averiguamos la forma para poder juntarnos o hacer algo para seguir esa amistad. Entonces jugábamos en línea o planeábamos alguna salida, Durante tal vez donde no había como una alerta roja en el lugar y salíamos.” (E11; línea 55)

“Siempre hubo comunicación con ellos, hacíamos llamadas o algún jueguito que estuviera, así como como de moda, lo jugábamos.” (E7; línea 134)

Algo relevante, de la interacción con pares durante el confinamiento, es que algunos entrevistados mencionan que se sentían apoyados y comprendidos por sus amistades. Esto debido a que al hablar con sus amigos pudieron darse cuenta de que estaban atravesando situaciones muy similares.

“Digamos estábamos pasando, tal vez por situaciones similares con mis amigos. Entonces nos entendíamos y si no, pues también mis papás estaban ahí, entonces sí me sentía, así como apoyar.” (E3; línea 75)

Adicionalmente, algunos participantes refirieron haber tenido la oportunidad de crear nuevas amistades mientras estaban en confinamiento.

“Hice nuevos amigos, ya que en el colegio ponían nuevos a estudiantes en esos años de confinamiento, entonces hice amigos. No perdí, sino que hasta gané mejores amigos, o sea, que fue hasta un como aumento.” (E3; línea13)

f. Desarrollo personal

Un aspecto interesante fue que estar en confinamiento permitió a los adolescentes alejarse de la presión social que existía entre los compañeros del colegio. Lo anterior permitió que se conocieran mejor a sí mismos. Los participantes hicieron referencia a que el estar lejos de la presión social los llevó a experimentar una sensación de tranquilidad y libertad.

“Durante la pandemia me sentí más, Eh ... muchos eh ... se sentían presionados que como, como en una cárcel, muchos decían así, pero a mí me gustó mucho la experiencia porque me sentí más relajada y menos presión social. Además de tener la libertad de moverme en un lugar seguro que es mi casa entonces se sintió cool.” (E11; línea 4)

g. Tiempo de ocio

Varios participantes comentaron que al estar en confinamiento contaban con mayor tiempo de ocio o tiempo libre para realizar actividades recreativas para las cuales no solían tener mucho tiempo para disfrutar antes del confinamiento. Los participantes mencionaron que en confinamiento tenían tiempo para jugar videojuegos con sus amigos o de ver series/películas en plataformas de entretenimiento. Curiosamente, los participantes de género masculino fueron quienes primordialmente mencionaron haber contado con tiempo de ocio o recreativo. Incluso un participante mencionó que no le gusta hacer tareas del hogar como ayudar a limpiar o lavar, por lo que mejor se decidía por jugar con sus amigos gran parte del día.

“Siempre he sido de los que nunca me gusta hacer oficio entonces, jugaba con mis amigos, nos las pasábamos ahí. Tal vez eran las... empezábamos desde las 8 y terminamos hasta las 8 de la noche” (E5; línea 45)

“Nos poníamos de acuerdo para jugar algún videojuego o algo y la pasamos bien, era como que si ellos estuvieran conmigo.” (E9; línea 13)

2. Experiencias positivas después del confinamiento

a. Regreso a actividades presenciales

Los participantes reportaron que después del confinamiento, al momento de retornar a las actividades presenciales, aumentó el interés de ellos por socializar con sus compañeros y participar en actividades grupales. Muchos lograron incrementar su círculo de amistades y mencionaron haber extrañado convivir con otras personas fuera de casa.

Empecé a salir más con mis amigos desde que pasó la pandemia, empecé a salir mucho más con mis amigos, más que todo, también porque ahorita es tiempo de 15 años, entonces salimos así y organizamos nuestros juntas. Entonces íbamos a Cayalá y cosas así, pero sí me ayudó un montón porque antes no salía para nada, mi... mi vida era literalmente estar en la

casa y no, yo no era de un círculo de amigos muy grande, o sea, yo tenía 3, 4 amigos, 5 sin mucho. Y ese era mi grupo, ahorita tengo un montón de amigos.” (E5; línea 94)

“Sí, sí, como no perdí ninguna amistad y, y conocí a montón de amigos nuevos y me, sí me sentí bien al regresar y es lo que me hacía falta, porque me costó mucho estar sola en clases o tener solo a mi hermana, que también le costaba un montón.” (E7; línea 154)

“Quería ir a ver a mis cuates que no los había visto en un buen rato.” (E14; línea 61)

3. Experiencias negativas durante el confinamiento

a. Fatiga y soledad

Entre las experiencias negativas durante el confinamiento, algunos entrevistados reportaron frecuentemente el sentimiento de soledad y aislamiento.

“Me sentía mal y nunca, o sea, no hablaba ni con mis papás ni con nadie. Me sentí muy aislada.” (E1: línea 23)

“Pues estaba, así como bajoneada todo el tiempo en las clases. Porque no tenía mis amigos.” (E7: línea 83)

b. Problemas psicológicos

Ciertos participantes compartieron haber recibido atención psicológica durante el confinamiento. Entre los motivos por los cuales los entrevistados y sus familiares buscaron el apoyo de profesionales de la salud mental están desórdenes alimenticios, manifestaciones de ansiedad que afectaron el funcionamiento diario de los adolescentes, tristeza y comparación con pares. Un factor interesante de estas declaraciones es que las personas que refirieron haber necesitado apoyo psicológico son de género femenino.

“Yo tenía mala alimentación y casi no comía... y también porque tenía mucha ansiedad que llevó a que me hicieran como un test escrito de los que son antes de hacer los tests con las

máquinas y todo, que esos hasta los 18 de OCD. Entonces eso y también porque mi relación con mis papás no era tan buena y me sentía como muy sola.” (E1; línea 191)

Una de las personas entrevistadas indica que desarrolló un nivel de ansiedad bastante alto como resultado de la preocupación por el bienestar de sus padres, quienes, al ser médicos, debieron atender pacientes en el pico de la crisis de la pandemia por COVID-19. Durante la entrevista hace referencia a que, debido a la severidad de la ansiedad, experimentó manifestaciones físicas, y como consecuencia fue hospitalizada.

“Es que siento que sí fue estresante, me daba mucha ansiedad. Este...siempre estaba, así como preocupada, que mi familia estuviera bien y que también que mis papás son doctores, entonces estaban muy dispuestos a... Todo eso, ¿verdad? Entonces sí me daba mucha ansiedad y un tiempo como en el 2020 que tuve, tuvieron que llevarme al hospital porque me estaba dando mucho así, mucha ansiedad y me estaban dando como ataques de como movimiento, movimientos involuntarios como TIC. Entonces todo mi estrés y nos mostraba, así como con movimientos así, y que también entonces me llevaron con psicóloga y me ayudó como a cómo controlar, no controlar, sino que como...bueno manejar emociones y como saber identificar cada cosa.” (E 4; línea 25)

Una de las entrevistadas relató lo mucho que le afectó su autoestima el sentirse triste, pues ella consideraba que era la única persona de su edad que se sentía de esa manera, lo cual la llevaba a compararse constantemente con los demás.

“La primera sesión me acuerdo que yo, o sea, yo iba como que destrozada, básicamente. Me sentía mal, o sea, triste, decepcionada y así, ¿verdad? Porque pues no era, no es algo como que diga normal de los niños que están en mi edad, básicamente, pues porque ay, mis compañeros yo los miro todos felices. No sé si tienen problemas, pero no es algo así como que yo, que siempre estuve triste todos los días, triste en la nota triste, almorzaba triste, todo

triste. Ya entonces, a cierto punto, ella me ayudó en eso también (la psicóloga).” (E 12; línea 116)

c. Preocupación y miedo por COVID-19

Algunos de los entrevistados compartieron haber sentido preocupación y miedo al estar en confinamiento por la pandemia por COVID-19. Se hace mención que les preocupaban sus familiares y la incertidumbre de la situación les generaba malestar.

“Conforme pasaba el tiempo y lo iban alargando, me empezó a dar miedo porque vi que más personas estaban muriendo por esas razones entonces, si me preocupé por más que todos mis familiares porque sabía que, o sea, que más de alguno le iba a dar en algún momento y no quería que algo malo les pasara.” (E5, línea 10)

“Creo que fue como a la mitad de la pandemia donde avisaron como en las noticias pasaban que había un montón de casos, creo que fue la primera vez que pasaron que hubieron cien casos en un día, no me sentí bien, porque sentí que nunca íbamos a salir de esto y me puse a llorar mucho.” (E14, línea 80)

4. Experiencias negativas después del confinamiento

a. Preocupación y ansiedad académica

Algunos de los participantes expresaron sentir preocupación y ansiedad en cuanto a la carga académica. También comparten que es bueno preocuparse por los estudios, pero que el nivel de preocupación que manejaban en esos momentos era más elevado de lo normal. Ciertos entrevistados comentan que les generaba mucha ansiedad pensar en su futuro académico, esto les ocasiona un bloqueo al momento de prestar atención en clases.

“Es como eh, es un poco grande (la preocupación académica), o sea, si lo veo como algo positivo, pero hay veces que no porque sí es como estresante.” (E 4; línea 54)

“Es que me da ansiedad porque pienso... lo que a mí me pasa es que me da mucha ansiedad por cosas que aún no han pasado y entonces me pongo a pensar que con esa nota nunca voy a poder entrar a la Universidad. Entonces, me pongo estresada y después digo que voy a mejorar y después cuando intento entender en la clase, no entiendo y me estreso más.” (E 1; línea 90)

b. Dificultad en organización de tareas

Los adolescentes entrevistados comentan que tienen muchas tareas que hacer al llegar a sus casas del colegio. Muchos de los entrevistados no cuentan con las estrategias adecuadas de organización para lograr un equilibrio entre las actividades académicas, deportivas y personales. Algunos sienten que, a falta de tiempo y organización, se atrasan en sus tareas.

“Quisiera estrategias de organización, porque es que cuando llego a mi casa siempre tengo muchas tareas acumuladas entonces eso me genera mucha ansiedad y siempre siento que voy muy atrasada.” (E 13; línea 178)

“Porque dejaban bueno, a veces sí dejaban un montón de tareas, y pues yo luego del colegio o clases virtuales, tengo clases extracurriculares, entonces hay veces que no puedo organizar bien mi tiempo y dejar muchas tareas. Entonces termino desvelándome. Sí, es cansado.” (E 15; línea 52)

c. Inseguridad y distanciamiento en relación con pares

Ciertos participantes reportaron haber experimentado sentimientos de inseguridad al momento de relacionarse con sus compañeros. Este sentimiento de inseguridad se reflejó en la dificultad para desenvolverse al retornar al colegio. De igual forma mencionan que amistades que tuvieron durante el confinamiento se perdieron al regresar a clases presenciales.

“Pues cuando regresé presencial fue, por así decirlo, algo difícil, porque esos años de confinamiento y no pueden desenvolver al cien por cien, entonces me volví un poco más reservado con los demás, hasta con mis amigos.” (E 6; línea 132)

“Como que con las personas que sí hablé en ese tiempo (del confinamiento). Eh...ya no les hablaba igual en persona, porque tal vez no, no o era como lo mismo.” (E 8; línea 153)

B. Retos

1. Retos durante el confinamiento

a. Falta de concentración

La mayoría de los participantes compartieron que la falta de concentración en las clases virtuales representó un reto mayor durante el confinamiento. Los adolescentes hacen referencia a que, al tomar clases desde casa, existían muchas distracciones.

“Tomar como poner atención en las clases porque era muy difícil, con todas las distracciones que hay en la casa.” (E14; línea 20)

“Pues me costó mucho poner atención, ya que pues las distracciones estaban cerca de donde pues, yo tenía mis clases, por ejemplo yo, tuve clases en la sala y en la sala tenía mi PlayStation y todo, entonces era muy difícil que pusiera atención y no jugar.” (E9; línea 45)

b. Distanciamiento físico

El distanciamiento físico representó un reto para los adolescentes durante el confinamiento. Según reportaron, sentían que comunicarse con sus pares de forma virtual, no era lo mismo que conversar en persona.

“Sí era consciente de que tenía mis padres, a mi hermana y hermano y hasta que podía comunicarme con mis amigos, por mensajes por llamada así, pero no era lo mismo, o sea, no... no era, no es lo mismo hablarle a ellos por texto que hablar en persona.” (E 6; línea 92)

“Mmmm... osea teníamos las clases y todo el zoom, pero que ya no hablaba con nadie por qué...no sé, no me gusta hablar por chat.” (E 8; línea 62)

c. Comunicación con maestros

Los entrevistados reportan que mientras se encontraban en confinamiento, existieron retos en relación con la comunicación con maestros, y como consiguiente, en el desempeño

académico. Los estudiantes mencionaron que sentían que los maestros estuvieron bajo estrés por el cambio a clases virtuales, llevándolos a ser menos pacientes y que no explicaran de la mejor manera el contenido de las clases. También comentaron que preferían acudir a otro tipo de recursos para comprender las clases, como explicaciones en vídeos de Youtube o esperaban a que el maestro les respondiera a otros compañeros sus preguntas para lograr entender.

“Muchas veces tuve la dificultad de poder decirles al profesor o profesora que necesitaba ayuda y era como que, ya lo expliqué ya no lo puedo explicar (decía el maestro) y así, o todos no entendíamos alguna parte, entonces, todos esperábamos a que el profesor nos respondiera, era un problema porque entonces uno no resolvía su duda.” (E 11; línea 88)

“Creo que también es porque como no habían estado dando clases en presencial es que les dio tal vez más estrés. Y hay algunos maestros a los que no les entiendo las clases digamos entendí más de un video de YouTube que en la clase. Entonces siento que eso es como. ¿Algo raro? No sé.” (E 1; línea 115)

1. Reto después del confinamiento

Un hallazgo interesante fue el reto de la socialización después del confinamiento, ya que este reto predominaba de forma más marcada en participantes de género femenino, así como el malestar psicológico.

a. Socialización

Algunos de los adolescentes compartieron que uno de los retos que presentaron después del confinamiento fue la dificultad para desenvolverse socialmente con sus pares. Los entrevistados comentaron que al regresar de forma presencial al colegio notaron que sus pares no los tomaban en cuenta o no tenían con quien conversar porque en confinamiento no habían mantenido comunicación con ellos. De igual forma, los participantes expresaron con claridad el sentir que “ya no sabían socializar”.

“Yo tampoco cuando regresé al colegio, eh y ya todos habían cambiado físicamente y todo entonces era como que. ¿Ah, bueno, yo? Me sentía normal la primera semana, pero después fue como que raro, porque miraba que nadie como que nadie quería estar tipo súper cerca conmigo como antes.” (E 12; línea 197)

“Sí, pero. Ahora que regresé como medio raro porque ya no sé mucho cómo socializar con la gente, me cuesta.” (E 13; línea 33)

“Al principio feo, porque como no había hablado con nadie dos años de colegio, no había hablado con nadie.” (E 1; línea 44)

V. DISCUSIÓN

Experiencias positivas durante y después del confinamiento

Los participantes compartieron experiencias y retos que experimentaron durante y después del confinamiento. Dichos relatos hacen referencia a lo vivido tanto de forma externa como psicológica, los cuales los llevaron a convivir en un estilo de vida diferente. Los cambios se manifestaron en distintos ámbitos, como en las relaciones sociales, la dinámica familiar, el rendimiento académico y en la emocionalidad de los adolescentes.

El estar en confinamiento produjo conductas diferentes, temor, ansiedad, estrés y preocupación por el futuro. Aunque estas fueron repercusiones negativas, también contribuyeron a que surgiera una mejora en la calidad de la dinámica familiar, puesto que se desarrolló una mejor comunicación y relación entre los adolescentes y sus familiares. Lo anterior coincide con los hallazgos del instituto de la familia de la universidad de La Sabana (2020), donde se hace referencia a que el encierro por la pandemia trajo consigo tensiones relacionadas con la incertidumbre y el miedo, pero de igual forma ha permitido a muchas familias reencontrarse y volver la mirada a los afectos y la unión familiar, al estar juntos y compartir. Como se indica anteriormente, la mayoría de los adolescentes entrevistados refirieron que la relación familiar mejoró durante el confinamiento debido al tiempo de calidad que lograron disfrutar. Por lo anterior, se puede inferir que a pesar de que durante la pandemia los adolescentes experimentaron sentimientos de temor e incertidumbre, también resaltan que los lazos de afecto y el vínculo afectivo entre los miembros de la familia se vieron fortalecidos.

Los participantes mencionaron que durante el confinamiento los miembros de la familia se volvieron más unidos y empezaron a realizar actividades juntos. Algunos comentaron

que por el trabajo de sus padres y las distintas actividades de cada integrante de la familia antes de la pandemia, no lograban compartir tiempo juntos y enfatizaron que a partir del confinamiento se dieron oportunidades para interactuar, tuvieron más tiempo para comunicarse y comer juntos, lo cual contribuyó a sentirse más cercanos entre sí.

Los resultados de este estudio, en relación con la dinámica familiar durante el confinamiento, difieren con algunos de los resultados de un estudio realizado en Ecuador por Días Leyva (2021), en el cual se revisaron alrededor de 40 artículos científicos que evaluaban el efecto psicosocial del COVID-19 en la familia. El análisis concluyó que la pandemia por COVID-19 provocó fuertes repercusiones psicosociales en la familia, como angustia económica y violencia doméstica. En la presente investigación, los participantes entrevistados no reportaron haber sufrido de violencia doméstica ni que hubiesen experimentado dificultades económicas. Tampoco se indagó o preguntó a los participantes específicamente sobre la existencia de violencia doméstica ni de la situación económica. A pesar de que sí coinciden los resultados con un aumento de estrés, miedo al contagio, ansiedad, irritabilidad, insomnio y síntomas depresivos, en los resultados de este estudio la mayoría de los participantes catalogaron el cambio en la dinámica familiar como algo positivo.

Se observó que las familias que contaban previamente con una rutina y buena comunicación, las mantuvieron durante el confinamiento. Los participantes relatan que no tuvieron una convivencia complicada y que les gustaba estar en casa con la familia. Lo anterior es un punto importante ya que confirma que el hecho que los adolescentes gocen de una relación familiar cercana les provee mayor seguridad y mejores herramientas para afrontar adversidades. Una buena relación familiar, especialmente durante la etapa de la adolescencia, es de suma importancia y mucho más en un estado de aislamiento físico en

el cual, la interacción familiar predomina sobre cualquier otro tipo de convivencia social. Lo anterior concuerda con la idea de que una red social de apoyo es un componente fundamental para el desarrollo individual, ya que responde a las necesidades y momentos de transición de cada persona (Orcasita y Pineda, 2010). En los relatos de los participantes se logra apreciar cómo los adolescentes, al sentirse limitados con la interacción social con sus pares, inmediatamente buscan refugio y acompañamiento en el grupo social más cercano, sus familias.

Tomando en cuenta lo anterior, se podría decir que los adolescentes que contaban con una red de apoyo sólida lograron manejar de mejor manera los factores externos que pudieran generarles sentimientos negativos o retos durante el confinamiento. El apoyo social tiene un peso significativo en todas las personas, puesto que esto posibilita el bienestar psicosocial. De hecho, en algunos casos, la red de apoyo se observó no sólo en la dinámica familiar, sino también en la relación con las amistades. Algunos adolescentes mencionaron que estaban experimentando situaciones similares con sus amigos, lo cual les hacía sentir acompañados y apoyados. De nuevo, se evidencia la importancia de la interacción con pares y la necesidad de los adolescentes de sentirse identificados con los demás.

En cuanto a la enseñanza en línea, algunos adolescentes comentaron que tuvieron una mejora significativa en sus calificaciones durante el confinamiento. Esta mejora se atribuyó al hecho de que los participantes contaban con más tiempo para poder realizar sus tareas o estudiar. Al estar en casa no contaban con actividades extra curriculares ni pasaban tiempo en tráfico para movilizarse del colegio a sus casas y vice versa, lo cual les daba mayor oportunidad para dedicarle tiempo a sus responsabilidades académicas.

Algunos de los participantes consideran que la modalidad virtual desde casa permitió que mejoraran la independencia y responsabilidad. Los adolescentes que mencionaron preferir la enseñanza en línea, lograron fortalecer ciertas habilidades, tales como la lectura, vocabulario, redacción, investigación y trabajo individual. La enseñanza en línea permitió que ciertos adolescentes descubrieran que se les facilitaba el trabajo autónomo. Según la teoría del desarrollo psicosocial de Eric Erikson, los adolescentes están en busca de la independencia de sus padres, lo cual los lleva a querer explorar sus gustos, ideas, valores y creencias. El auto descubrimiento y exploración juegan un papel importante en el desarrollo del adolescente que se convertirá pronto en un joven adulto. De esta forma se consolidarán rasgos de personalidad y se fortalecerán habilidades necesarias para la etapa de la adultez (Bordignon, 2006).

Como se mencionó anteriormente, el hecho de estar en confinamiento motivó al autodescubrimiento de los adolescentes. Esto debido a que el mismo aislamiento limitó a los adolescentes de poder gozar de varias experiencias que forman parte de su etapa de desarrollo. Algunos ejemplos de dichas experiencias pueden ser la convivencia con pares dentro y fuera del colegio, como actividades recreativas que les llevan a convivir, explorar y aprender. Los desafíos entre el individuo y su entorno representan una lucha interna del adolescente en la búsqueda de su identidad o guion personal (Paladines, 2010).

De igual manera, se mencionó que durante el confinamiento existió mayor libertad en el proceso de autodescubrimiento, ya que no se cuenta con la presión social que se sentía al estar de forma presencial en el colegio. Según Papalia y Martorell (2017), los adolescentes suelen ser persuadidos con facilidad, influyendo en sus emociones y conducta. A partir de esto, se podría decir que el distanciamiento físico permitió que

algunos adolescentes lograran experimentar e indagar sobre sí mismos en un ambiente más seguro, donde no pudiesen ser juzgados o presionados por el resto de los compañeros.

De los participantes, hubo quienes reportaron facilidad para mantener la comunicación con sus amigos. Ellos mencionaron haber utilizado las redes sociales para mantener interacción, realizaban videollamadas y se conectaban a jugar en línea. Reportaron recordar esos momentos del confinamiento con cariño, puesto que también lograron crear nuevas amistades. De acuerdo con el desarrollo cognoscitivo de Piaget, para que los adolescentes continúen desarrollando la etapa de razonamiento formal, se necesita no solo la maduración cerebral sino también la estimulación ambiental (Londoño, 2019). Parte de dicha estimulación ambiental corresponde a la interacción con pares. Como se mencionó anteriormente, en la teoría del desarrollo psicosocial de Erikson, los adolescentes buscan conocer nuevas ideas y convivir con un grupo con el cual se identifiquen en esta nueva etapa. La socialización virtual logró fomentar algunas habilidades del desarrollo social del grupo entrevistado. Al regresar de forma presencial a sus actividades diarias, los participantes buscaron obtener la interacción social que no habían experimentado en varios meses de forma virtual. Se podría suponer que, a pesar de que la socialización de forma virtual fue un factor positivo en el desarrollo social durante el confinamiento, la misma no equivale a una interacción física.

Los entrevistados reportaron haberse sentido nerviosos y emotivos por volver a ver a sus compañeros después del confinamiento. Ellos mencionaron que lo que más les emocionaba de regresar al colegio era el poder estar con sus amigos de forma física, extrañaban a sus amigos y querían convivir de forma distinta a la comunicación virtual que habían llevado ya por varios meses. Algunos entrevistados comentan que después del confinamiento aumentó su interés por salir con amigos e involucrarse en actividades

grupales. En la etapa de adolescencia el grupo de pares se conforma principalmente a través de la sociabilidad, en torno a amigos de la escuela, del vecindario o procedentes de actividades extracurriculares o de ocio (Navarro *et al.*, 2015), como lo expresaron los adolescentes en este estudio.

Experiencias negativas durante y después del confinamiento

Los participantes reportaron haber experimentado sentimientos de tristeza y soledad durante el confinamiento. Durante la pandemia del COVID-19, tanto los adolescentes como la población en general, presentan problemas de estrés, ansiedad, miedo, tristeza y soledad. Es posible que, a causa de esto, empeoren los trastornos de salud mental, incluyendo la ansiedad (Mayo Clinic, 2020). De hecho, todos los participantes reportaron un aumento en el nivel de estrés, ansiedad, miedo y sentimiento de soledad durante el confinamiento. Sin embargo, algo que llamó la atención fue que, en algunos participantes de género femenino, se logró identificar un aumento mayor en los síntomas mencionados previamente en comparación con el resto del grupo entrevistado. Este declive en el bienestar emocional generó que el área social y académica se vieran perjudicados, con mayor frecuencia en las mujeres que en los hombres.

Los adolescentes se encuentran en una etapa de búsqueda, misma que les produce ansiedad, inseguridad, soledad e inestabilidad. A ello se le suma el no poder tener algunos factores de protección y apoyo para esta etapa al encontrarse en confinamiento (Catagua y Escobar, 2021). De acuerdo con los comentarios de algunas participantes de género femenino, durante el confinamiento no sólo habían perdido comunicación con sus amistades, sino que tampoco contaban con el apoyo familiar que necesitaban en ese momento.

Si los adolescentes no cuentan con una red de apoyo en casa ni socialmente, esto lleva a un aumento de ansiedad, inseguridad, soledad e inestabilidad, tal y como establecen Catagua y Escobar (2021) en su investigación. A partir de los relatos de algunas participantes y las observaciones de la investigadora, se podría concluir que el estado emocional y físico de las participantes representó un mayor riesgo para su bienestar por el confinamiento. Esto se evidencia en la narración de las participantes, donde comparte una de ellas que fue ingresada a urgencias por episodios de ansiedad que llegaron a manifestarse de forma física las TIC. De igual forma, una de las participantes mencionó que inició su proceso de tratamiento psicológico durante el confinamiento debido a problemas alimenticios, mientras que otra adolescente compartió haber experimentado un nivel de ansiedad y estrés demasiado alto por la exigencia de sus padres. Entre los datos recopilados, se evidenció que había problemas previos al confinamiento, pero que los mismos se desencadenaron con mayor intensidad durante ese periodo. El nivel de malestar de estas adolescentes se puede catalogar como severo, ya que las participantes reportaron haber tenido la necesidad de buscar ayuda psicológica y mencionaron haberse sentido muy mal emocionalmente por mucho tiempo.

A partir de los resultados, se logró observar un aspecto importante a tomar en cuenta en el análisis de los mismos, la diferencia de género. Se cree que existe una diferencia en el nivel de dificultad de los retos y las experiencias de los adolescentes que se relaciona con el género. Esta suposición proviene del tradicional estilo de crianza de la sociedad guatemalteca, ya que Guatemala es un país en el cual destaca la cultura patriarcal y el machismo.

De acuerdo con Gamba (2007), el patriarcado es un sistema de dominio institucionalizado que mantiene la subordinación e invisibilización de las mujeres y todo

aquello considerado como ‘femenino’, con respecto a los varones y lo ‘masculino’, creando así una situación de desigualdad. Por otro lado, el machismo internalizado son las actitudes y pensamientos machistas que las mujeres ejercen de forma involuntaria (Polo, 2017). En las respuestas de algunos participantes de género masculino se evidencia cierta despreocupación por tareas académicas y del hogar, mientras que las participantes de género femenino comentan con mayor frecuencia un sentimiento de estrés y ansiedad por cumplir con sus responsabilidades de casa y académicas. Se cree que esta diferencia en cuanto a exigencias o expectativas por parte de los padres de familia y sociedad proviene del machismo internalizado. Algunas participantes reportaron que era frecuente que se compararan con otras compañeras. También se mencionó una constante comparación y descalificación por parte de la madre y que preferían dejar a un lado a sus pares, familiares y su bienestar para enfocarse en cumplir con sus responsabilidades, conductas que en ningún momento comentó algún participante de género masculino. En los relatos de los participantes de género masculino, se observó que preferían no atender responsabilidades relacionadas al hogar. Esta despreocupación y actitud relajada de parte de los participantes masculinos a comparación de los femeninos nos sugiere que sí existe una mayor expectativa y exigencia tanto social como individual a personas de género femenino.

Algunos adolescentes reportaron haber experimentado estrés y ansiedad en relación con la carga académica. Esto se pudo haber generado porque el cambio a la virtualidad fue nuevo para todos... nadie estaba preparado para esa transición. De parte de la institución educativa se les estaba solicitando a los estudiantes que cumplieran con sus responsabilidades académicas, sin tomar en consideración la etapa del desarrollo que actualmente estaban cursando los adolescentes, ni como el confinamiento y pandemia por COVID-19 repercutió en el bienestar psicoemocional de los mismos.

De acuerdo con Navarro *et al* (2015), los entornos educativos contaminados generan en el adolescente angustia, frustración, dificultan el aprendizaje y su socialización. Lo anterior se ve reflejado en los relatos de los participantes que indican que la presión social recibida de sus padres influyó en su desenvolvimiento tanto académico como social, y en su bienestar emocional. En ese sentido se podría decir que desde que el ambiente académico se trasladó a casa durante el confinamiento, el ambiente de aprendizaje y socialización fue contaminado, generando estrés, ansiedad, frustración y dificultad para comprender y cumplir con la carga académica.

Retos enfrentados durante y después del confinamiento

La mayoría de los participantes refieren que uno de los mayores retos durante el confinamiento fue la falta de concentración o distracciones al momento de recibir las clases en línea. Según una investigación de Kent State University (2022), se reveló que el comportamiento multitareas o ‘multitasking’ ha aumentado significativamente con los cursos en línea a comparación de las clases presenciales. Justamente los participantes mencionaban que se distraían con facilidad por tener el teléfono celular a la mano, la consola en la misma habitación, incluso conversaban con sus familiares o jugaban con sus mascotas. El comportamiento multitareas debido a la sobreexposición de aparatos electrónicos no sólo ha normalizado el comportamiento multitareas; también ha acostumbrado a los adolescentes a mantenerse en un ambiente sobre estimulado, donde no logran dirigir toda su atención a un solo estímulo, afectando de esa manera su proceso de aprendizaje tanto como el desarrollo de sus habilidades sociales. En general, se experimentó mayor dificultad en las clases virtuales en comparación con las presenciales, al mantener la atención.

Algunos participantes reportan que la comunicación social con sus pares representó un reto debido al distanciamiento físico. Igualmente, refirieron que la comunicación con sus maestros en las clases en línea fue limitada, siendo un reto para lograr salir de dudas en cuanto a sus trabajos o para comprender los temas estudiados. De acuerdo con la UNICEF, para los adolescentes, la pandemia impuso en sus vidas la privación de pasar tiempo con amigos, la ausencia del intercambio espontáneo entre pares y adultos no familiares en actividades educativas, culturales o deportivas. Todos estos factores pueden haber aumentado el riesgo de sufrir un mayor aislamiento, ansiedad y estrés, lo cual ciertamente repercute en la interacción social y comunicación.

Por último, algunos participantes reportaron haber experimentado dificultad al momento de regresar al colegio de forma presencial. El retornar al colegio representó un reto de socialización y comunicación. Los adolescentes mencionaron haber sentido ansiedad por regresar de forma presencial y desconocer cómo o de qué conversar con sus compañeros. Algunos de los participantes presenciaron este reto como resultado de no haber mantenido comunicación durante el confinamiento. Como ya se ha mencionado, de acuerdo con Eric Erikson la adolescencia es una etapa donde la tarea principal es confrontar la crisis de identidad versus la confusión de roles. Los adolescentes al desapegarse de sus familias en busca de su propia identidad buscan el sentido de pertenencia en la interacción con sus pares. Como se ha establecido anteriormente, las relaciones interpersonales son cruciales durante esta etapa. Se cree que las personas que no desarrollan un sentido sólido de la propia identidad podrían desarrollar patrones psicológicos de inestabilidad, inseguridad y con dificultad para realizar planes por sí mismos y para su futuro (Papalia y Martorell, 2017). De acuerdo con esta información, podría ser que, debido a la falta de interacción social durante el confinamiento, los adolescentes presentaron esa inestabilidad

e inseguridad en sí mismos al momento de retornar a estudiar presencialmente y tener que interactuar con otros jóvenes, de nuevo.

VI. CONCLUSIONES

A. Implicaciones de hallazgos

A partir de las entrevistas se logró determinar que el confinamiento por la pandemia de COVID-19 promovió una mejora en la comunicación entre los adolescentes y sus familias, así como un aumento en el tiempo de calidad familiar. Este acercamiento llevó a los adolescentes a percibir a la familia como la principal red de apoyo. Es importante mencionar que la mayoría de los adolescentes mantenían una buena relación con sus familiares previo al confinamiento, esto facilitó a que la convivencia fuera más sencilla y mejorara durante el confinamiento. En los adolescentes que reportaron no contar con una buena la relación con su familia previo al confinamiento, se observó una mayor dificultad durante el confinamiento resultando así como un aumento en el malestar emocional y psicológico.

La socialización de los adolescentes con sus pares se vio afectada por el distanciamiento físico, y tomando en cuenta que la etapa de la adolescencia se caracteriza principalmente por la búsqueda de la identidad y la socialización con amigos, la familia desempeñó ese papel en la vida del adolescente. La familia promovió un sentimiento de seguridad y pertenencia hacia los adolescentes. Es importante mencionar, que la mejoría en la relación familiar de la mayoría de los participantes, no sustituyó a la interacción con pares, más bien promovió un espacio seguro para la situación difícil que atravesaban los adolescentes.

Por otro lado, se notó una conexión entre la calidad de la relación familiar y el bienestar psicoemocional de los participantes. Los participantes que no mantenían una dinámica familiar positiva, como buena comunicación, comprensión y apertura, curiosamente manifestaban un mayor nivel de estrés, ansiedad, sentimiento de soledad y dificultades en sus relaciones sociales en comparación con sus pares que sí tenían una mejor dinámica familiar. Así mismo, se logró identificar que los participantes de género femenino reportaron haber sufrido de malestar

psicológico durante y después del confinamiento, incluso necesitaron asistencia por parte de médicos y psicólogos con más frecuencia que los participantes de género masculino.

De igual forma la mayoría de los participantes mencionaron extrañar la interacción presencial con sus pares o amistades. Según lo que reportaron los participantes, no todos ellos lograron acoplarse de la mejor forma al cambio de comunicación y formas de socializar virtuales durante el confinamiento, lo cual generó cierta dificultad para algunos adolescentes de mantener amistades o de crear nuevas. Dicha falta de socialización durante el confinamiento resultó en dos reacciones diferentes en los adolescentes al tener que retornar a las clases presenciales. La primera siendo emoción por volver a convivir con sus amigos, y la segunda reacción siendo una conducta ansiosa e inseguridad ante tener que socializar de nuevo.

Nuevamente, la ansiedad ansiosa e inseguridad ante tener que socializar de nuevo de forma presencial, se observó primordialmente en los participantes de género femenino. Incluso al momento de la entrevista, las participantes manifestaban ansiedad tanto en su forma de hablar como en sus reacciones corporales. Reacciones como verborrea, excesiva sudoración y movimientos frecuentes con las manos, apariencia facial de cansancio con ojeras, postura cerrada. Algunas de las participantes solicitaron que la entrevistadora les compartiera herramientas para hacer nuevas amistades, hablar en público e incluso buscaban la validación de la entrevistadora.

Es de importancia diferenciar el término de comunicación social y socialización, ya que la comunicación social hace referencia a un intercambio verbal, mientras que la socialización es cualquier otro tipo de forma de relacionarse con los demás de forma conductual.

En cuanto a la enseñanza en línea, se logró identificar una dificultad evidente para trabajar de forma virtual en los adolescentes. Las distracciones del hogar y el poco conocimiento o preparación de los maestros a la virtualidad fueron dos aspectos que entorpecieron el aprendizaje de los adolescentes. De igual forma, la poca disposición de los

participantes y sus pares para socializar por esta nueva vía contribuyó como barrera para lograr cumplir con las responsabilidades académicas. La falta de claridad en las explicaciones de los maestros junto con las distracciones en casa elevó los niveles de estrés y ansiedad de los adolescentes en cuanto a su desempeño académico.

B. Limitaciones

Durante la recolección de datos de la presente investigación se presentaron limitaciones que alargaron el proceso de esta. La primera limitante se presentó en la fase de la recolección de datos al momento de convocar para la participación, ya que solamente respondieron 29 de las 83 personas, y solamente se recibieron 24 respuestas favorables.

Otra de las limitaciones fue la organización del horario para las entrevistas, ya que las mismas debían coincidir con un horario autorizado por la directora de secundaria y un espacio en el que la investigadora también se encontrara disponible. Esto limitó los días y horarios en los que las entrevistas podían llevarse a cabo, por lo que el proceso de recolección de datos tuvo una duración de aproximadamente dos meses.

La prolongación de las entrevistas fue modificada conforme avanzaban las semanas debido a un tercer factor limitante, la comunicación con los entrevistados. A pesar de que la investigadora envió correos individuales con una semana de antelación, estableciendo un horario para la entrevista, varios participantes no se presentaban al momento de la entrevista, lo cual llevó a que se tuviera que agendar nuevos horarios. Luego de la entrevista, los participantes mencionaron que no revisaban su correo institucional y reflejaban desconocimiento de la investigación. Lo cual sugiere que los padres de familia o tutores firmaron el consentimiento sin comentarle a sus hijos y estos se enteraron del estudio cuando la investigadora los contactó y explicó en qué se basaba el estudio al momento de aceptar participar por medio del asentimiento informado.

C. Recomendaciones

A continuación, se mencionan algunas recomendaciones para futuros investigadores que se interesen por indagar acerca de conductas o aspectos emocionales que presenten adolescentes, relacionados al confinamiento por la pandemia de COVID-19 en Guatemala.

Se sugiere el cambio de título del trabajo de graduación a “Retos psicosociales y experiencias en una población adolescente durante el confinamiento de la pandemia por COVID-19 en Guatemala”.

Realizar estudios longitudinales, que permitan identificar el impacto que la pandemia por COVID-19 tuvo tanto a nivel emocional como social en la población guatemalteca.

Indagar más sobre las diferencias que presentaron mujeres y hombres adolescentes durante el confinamiento, ya que se observaron diferencias en este estudio dependiendo el género de los adolescentes.

Promover a centros educativos programas de acompañamiento emocional y enfocados al desarrollo de habilidades sociales para centros educativos. De igual forma sugerir el desarrollo de programas que permitan a maestros adquirir estrategias y herramientas con el objetivo de ayudar a los estudiantes en la gestión de emociones.

Es de importancia brindar un constante apoyo en casa por parte de los padres de los adolescentes que presentaron retos emocionales y conductuales durante el confinamiento. Adicionalmente el colegio deberá proveer un acompañamiento por parte del departamento de orientación para trabajar las áreas académicas, sociales, emocionales y conductuales de los alumnos. Crear actividades que tengan como objetivo la utilización de las habilidades, cualidades y estrategias que desarrollaron a partir del confinamiento, y cómo utilizarlas.

VII. Referencias

Aguilar, G., Peter, M., & Aragón, L.(2017). *Desarrollo de habilidades sociales en niños y adolescentes: Programas para padres, docentes y psicólogos*. Trillas.

American Academy of Child and Adolescent Psychiatry. (2017). *Teen Brain: Behavior, Problem Solving, and Decision Making*. Recuperado de:
https://www.aacap.org/AACAP/Families_and_Youth/Facts_for_Families/FFF-Guide/The-Teen-Brain-Behavior-Problem-Solving-and-Decision-Making-095.aspx

American Academy of Pediatrics. (2020). *Los adolescentes y el COVID-19: retos y oportunidades durante el brote*. Healthy Children. Recuperado de:
<https://www.healthychildren.org/Spanish/health-issues/conditions/COVID-19/Paginas/Teens-and-COVID-19.aspx>

Arias, J. y Casas, J. (2019). *Desarrollo social*. Universidad de la Costa. Barranquilla.

Branquinho, C., Caetano, A. y de Matos, M. (2020). *COVID-19 y la voz de los adolescentes y jóvenes en el confinamiento social*. Sociedad portuguesa de psicología de la salud. Recuperado de: http://www.scielo.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1645-00862020000300624&lang=es

Borrás, T. (2014). *Adolescencia: definición, vulnerabilidad y oportunidad*. Universidad de Ciencias Médicas de Holguín. Recuperado de:
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1560-

Cazali, L. (2017). *El desarrollo de las habilidades sociales: cómo construye el niño su persona y posición en el mundo*. En Bran, M., *Desarrollo de habilidades sociales en niños y adolescentes*. (pp.47-59). Trillas.

Centro de estudios superiores de Tapachula (CEST). (2021). *Psicología del desarrollo: ¿qué es y cuál es su importancia?* Recuperado de:

<https://www.soycest.mx/blog/index.php/psicologia-del-desarrollo>

Creswell, J.(1998).*Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing Among Five Traditions*. Sage Publications.

DACER. (2020). *Entendiendo el cerebro: ¿qué es la materia gris?* Fundación DACER.

Recuperado de: <https://www.dacer.org/entendiendo-el-cerebro-que-es-la-materia-gris/>

Díaz, L., Torruco, U., Martínez, M., Varela, M. (2013). *La entrevista: recurso flexible y dinámico*. Universidad Nacional Autónoma de México. Recuperado de:

<https://www.redalyc.org/pdf/3497/349733228009.pdf>

Díaz, D. (2021). *Efectos psicosociales de la pandemia COVID-19 en la familia*. Revista San Gregorio. Recuperado de:

http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2528-79072021000500149

Escudero, C. (2020). *El análisis temático como herramienta de investigación en el área de la Comunicación Social: Contribuciones y limitaciones*.

Feist, J y Feist, G. (2009). *Psychodynamic Theories, Theories of Personality*. (Vol. 7, pp 248-249). McGraw-Hill.

Feist, J y Feist, G. (2009). *Learning Theories, Theories of Personality*. (Vol. 7, pp 484.485). McGraw-Hill.

Fize, M. (2001). *¿Crisis en adolescencia?* Siglo veintiuno editores.

Gaete, V. (2015). *Desarrollo psicosocial del adolescente*. Revista chilena de pediatría. Santiago. Recuperado de: <http://dx.doi.org/10.1016/j.rchipe.2015.07.005>

Gamba, S. (2007). *Diccionario de estudios de Género y Feminismos*. Editorial Biblos, Buenos Aires.

Garrido, G y González, G. (2020). *¿La pandemia de COVID-19 y las medidas de confinamiento aumentan el riesgo de violencia hacia niños/as y adolescentes?*. Archivos de Pediatría del Uruguay. Montevideo. Recuperado de: http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?pid=S1688-12492020000400194&script=sci_arttext

González, M. y Sánchez, L. (2021). *Pandemia y salud mental: temporalidad, relaciones interpersonales y socialización*. *Análisis de la Realidad Nacional*, 37. (pp 101-112).

Gualtero, R. (2009). *De la adolescencia hacia la edad adulta en una sociedad de cambios acelerados*. Sociedad Española de Psiquiatría y Psicoterapia del Niño y Adolescente. Recuperado de: <https://www.sepypna.com/revista-sepypna/articulos/adolescencia-edad-adulta/>

Head Start: ECLKC. (2013). *El desarrollo del cerebro y su relación con la preparación para la escuela*. Recuperado de: <https://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/es>

Huguet, G. (2021). *Grandes pandemias de la historia*. *National Geographic*. Recuperado de: https://historia.nationalgeographic.com.es/a/grandes-pandemias-historia_15178/2

Instituto Nacional de Salud. (s.f). Sustancia Blanca del Cerebro. Biblioteca Nacional de Medicina de los E.E.U.U. Recuperado de: <https://www.google.com/url?q=https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/002344.htm&sa=D&source=docs&ust=1635727998775000&usg=AOvVaw2iIkLqpKbtKP5kQ7dq8kUo>

Instituto Superior de Estudios Psicológicos. (8 de mayo de 2020). *Educación desde casa, ventajas y desventajas*. Recuperado de: <https://www.isep.es/actualidad-educacion/educacion-desde-casa/>

Ives, E. (2004). *La identidad del adolescente: Cómo se construye*. *Adolescere*. Recuperado de: <https://cdn.adolescenciasema.org/usuario/documentos/02-01%20Mesa%20debate%20-%20Eddy.pdf>

Jeong, H., Yim, H. W., Song, Y. J., Ki, M., Min, J. A., Cho, J., y Chae, J. H. (2016). *Mental health status of people isolated due to Middle East respiratory syndrome*. *Epidemiology and Health*, 38, e2016048. <https://doi.org/10.4178/epih.e2016048>

Klein, A. (2021). *Vulnerabilidad adolescente: desafíos metapsicológicos y teóricos*. *Aperturas Psicoanalíticas* (67). Recuperado de: <http://aperturas.org/articulo.php?articulo=0001153v>

Lepp, A. (9 de diciembre de 2022). *Off Task During Online Learning: Kent State Study Finds Student Multitasking Increases in Online Courses Compared to Face-toFace Courses*. Kent State University. Recuperado de: <https://www.kent.edu/kent/news/kent-state-study-finds-student-multitasking-increases-online-courses>

Londoño, C. (9 de agosto, 2019). *Según Jean Piaget, estas son las cuatro etapas del desarrollo cognitivo*. Chile Elige educar. Recuperado de: <https://eligeeducar.cl/acerca-del-aprendizaje/segun-jean-piaget-estas-son-las-4-etapas-del-desarrollo-cognitivo/>

Mayo Clinic. (05 de abril de 2020). *COVID-19 y tu salud mental*. <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/coronavirus/in-depth/mental-health-covid-19/art-20482731>

McGraw Hill. (2019). *La pirámide de Maslow*. McGraw Hill Interamericana de España, S.L. Recuperado de: <https://www.mheducation.es/blog/la-piramide-de-maslow>

Martinez, M. (2009). *Dimensiones básicas de un desarrollo humano integral*. Polis: revista latinoamericana. Recuperado de: <https://journals.openedition.org/polis/1802?lang=en>

Martínez, L. (2007). *Mirando al Futuro: Desafíos y Oportunidades para el Desarrollo de los Adolescentes en Chile*. Pontificia Universidad Católica de Chile. Recuperado de: <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-22282007000100001>

Marilia Cantisano, L., Belando Pedreño, N., Ballester Sánchez, Ángel, Blanco Fernández, A., & González Soltero, R. (2021). *Cambios en el estilo de vida y en las emociones durante el confinamiento por covid-19*. Revista INFAD De Psicología. International Journal of

Developmental and Educational Psychology., 1(1), 415–426.

<https://doi.org/10.17060/ijodaep.2021.n1.v1.2078>

Mas, M. (2016, marzo). *La adolescencia del cerebro*. Neuronas en crecimiento: Comprender el desarrollo y los problemas neurológicos infantiles. Recuperado de:

<https://neuropediatra.org/2016/03/14/la-adolescencia-del-cerebro/>

Ministerio de Educación. (28 de diciembre de 2020). *Acuerdo Ministerial No. 3663-2020*.

Diario de Centro América.

Ministerio de Educación. (1 de junio de 2020). *Acuerdo Ministerial No. 247-2014. Plan integral para la prevención respuesta y recuperación ante el coronavirus (COVID-19)*.

Recuperado de: <https://www.mineduc.gob.gt/portal/documents/PLAN-DE-RESPUESTA-CORONAVIRUS-COVID-19-010620.pdf>

Medina, M., Layne, B., Galeano, M y Lozada, C. (octubre de2007). *Lo psicosocial desde una perspectiva holística*. *Revista Tendencia & Retos No. 12:177-189*.

Naciones Unidas Guatemala. (2020). *Análisis de los efectos e impactos socioeconómicos*

COVID-19 en Guatemala. Recuperado de: <https://guatemala.un.org/es/86303-analisis-de-los-efectos-e-impactos-socioeconomicos-covid-19-en-guatemala#:~:text=La%20pandemia%20derivada%20de%20la,niveles%20de%20pobreza%20y%20desigualdad>

guatemala#:~:text=La%20pandemia%20derivada%20de%20la,niveles%20de%20pobreza%20y%20desigualdad

National Institute of Mental Health. (2020). *El cerebro de los adolescentes: 7 cosas que usted debe saber*. Recuperado de: <https://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/el-cerebro-de-los-adolescentes-7-cosas>

National Institute of Health. (2021). *Pubertad*. Biblioteca Nacional de Medicina. Recuperado de: <https://medlineplus.gov/spanish/puberty.html>

Oviedo, G. (2004). *La definición del concepto de percepción en psicología con base en la Teoría de Gestalt*. Recuperado de: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-885X2004000200010

Navarro, J., Pérez, J. y Perpiñán, S. (2015). *El proceso de socialización de los adolescentes: entre la inclusión y el riesgo*. Sociedad Iberoamericana de Pedagogía Social. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/1350/135043709008.pdf>

Orcasita, L., y Uribe, A. (2010). *La importancia del apoyo social en el bienestar de los adolescentes*. Universidad Pontificia Bolivariana Bucaramanga-Colombia. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/2972/297224090010.pdf>

Organización mundial de la salud. (31 de diciembre de 2020). *Inmunidad colectiva, confinamiento y COVID-19*. Recuperado de: <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/herd-immunity-lockdowns-and-covid-19>

Organización mundial de la salud. (17 de noviembre de 2021). *Salud mental del adolescente*. Recuperado de: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>

Paladines, M. (2010). *Estructuración del guión personal en hijos de inmigrantes según el modelo integrativo*. Universidad del Azuay. Recuperado de:

<https://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/3051/1/08124.pdf>

Papalia, D. y Martorell, G. (2017). *Psicología del desarrollo: De la infancia a la adolescencia*. Undécima edición. McGraw Hill Interamericana. Ciudad de México.

Riani, L., Goncalves, M., Oliveira, F., Abadio, W., Carlos, D. (2021). *Adolescente en medio de la pandemia del Covid-19: Una mirada a la teoría de maduración de Winnicott*.

Recuperado de: <https://www.scielo.br/j/icse/a/Wc9nGvBDGcPyrRkpQgkJvKq/?lang=pt>

Richard, A., Ha, T., y Ockey, S. (2020). *Adolescents' Perceived Socio-Emotional Impact of COVID-19 and Implications for Mental Health: Results From a U.S.-Based Mixed-Methods Study*. US National Library of Medicine National Institute of Health. Recuperado de:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7605752/#bib21>

Polo, C. (20 de febrero de 2017). *Misoginia internalizado: cuando las mujeres somos cómplices de nuestra propia opresión*. Recuperado de:

<https://www.lavanguardia.com/muyfan/20170218/42129882487/misoginia-mujeres-machismo.html>

REAL ACADEMIA ESPAÑOLA: *Diccionario de la lengua española*, 23.^a ed., [versión 23.5 en línea]. <https://dle.rae.es/dificultad?m=form> [20 de abril del 2022].

REAL ACADEMIA ESPAÑOLA: *Diccionario de la lengua española*, 23.^a ed., [versión 23.5 en línea]. <https://dle.rae.es/confinamiento> [20 de abril del 2022].

REAL ACADEMIA ESPAÑOLA: *Diccionario de la lengua española*, 23.^a ed., [versión 23.5 en línea]. <https://dle.rae.es/autorrealizaci%C3%B3n> [17 de junio del 2022].

REAL ACADEMIA ESPAÑOLA: *Diccionario de la lengua española*, 23.^a ed., [versión 23.5 en línea]. <https://dle.rae.es/reto> [2 de noviembre del 2022].

Red de universidades Anáhuac. (2020). ¿Qué es la psicología social?. Recuperado de: <https://www.soycest.mx/blog/index.php/psicologia-del-desarrollo>

Rodríguez, M. (2007). El temperamento: Características y manejo. *Correo Científico Médico de Holguín*. Recuperado de: <http://www.cocmed.sld.cu/no112/n112rev9.htm>

Román, J. y Montenegro, H. (11 de enero de 2022). *El regreso a clases 2022 será el 14 de enero para el sector privado y en el público el 15 de enero, pero nadie puede obligar a los estudiantes a asistir presencialmente*. Recuperado de:

<https://www.prensalibre.com/guatemala/comunitario/el-regreso-a-clases-2022-en-el-sector-privado-sera-el-14-de-enero-y-en-el-publico-el-15-de-febrero-pero-nadie-puede-obligar-a-los-estudiantes-a-asistir-presencialmente-breaking/>

Rosselli, M. (2002). *Maduración Cerebral y Desarrollo Cognoscitivo*. Revista

Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud. Recuperado de:

http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1692-715X2003000100005

Sánchez, I. (2021). *Impacto psicológico de la COVID-19 en niños y adolescentes*. Policlínico El Cristo. Santiago de Cuba. Recuperado de:

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192021000100123

Sánchez, A. y La Fuente, V. (2020). *COVID-19: cuarentena, aislamiento, distanciamiento social y confinamiento, ¿son lo mismo? Anales de pediatría: Asociación Española de Pediatría*. Recuperado de: <https://www.analesdepediatria.org/es-covid-19-cuarentena-aislamiento-distanciamiento-social-articulo-S1695403320301776>

Sánchez, G. (2021). *Factores de riesgo y factores protectores para ansiedad y burnout académico en población universitaria guatemalteca en el contexto de la pandemia de COVID-19*. Universidad del Valle de Guatemala.

Sara B. Johnson et al. – *Adolescent Maturity and the Brain: The Promise and Pitfalls of Neuroscience Research in Adolescent Health Policy*. *J Adolesc Health*. 2009 Sep; 45(3): 216–221.

Shibley, J y DeLamater, J. (2006). *Sexualidad Humana*. McGraw Hill. Ciudad de México.

Spross, V. (2020). *Ecosistema digital 2020*. Guatemala: CIEN. Recuperado de: <https://cien.org.gt/index.php/ecosistema-digital-2020/#:~:text=Seg%C3%BAAn%20el%20censo%20de%202018,guatemaltecos%20tiene%20acceso%20a%20internet>

Stanford Children 's Health. (2021). *Understanding the Teen Brain*. Recuperado de: <https://www.stanfordchildrens.org/en/topic/default?id=understanding-the-teen-brain-1-3051>

Tamarit, A., Barrera, U., Mónaco, E., Schoeps, K., y Montoya, I. (2020). *Psychological impact of COVID-19 pandemic in Spanish adolescents: risk and protective factors of emotional symptoms*. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*. Vol. (7), 71-

78. Recuperado de:

http://www.aitanacongress.com/documentos/revista_RPCNA_sept2020_7-3.pdf

Thomas, K., Nilsson, E., Festin, K., Henriksson, P., Lowén, M., Lof, M., y Kristenson, M. (2020). *Associations of Psychosocial Factors with Multiple Health Behaviors: A population-Based Study of Middle-Aged Men and Women*. US National Library of Medicine National Institute of Health. Recuperado de:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7068361/#:~:text=Psychosocial%20factors%20are%20characteristics%20or,affect%20physical%20and%20mental%20health.>

UNICEF. (2021). *El impacto del COVID-19 en la salud mental de adolescentes y jóvenes*.

Recuperado de:

<https://www.unicef.org/lac/el-impacto-del-covid-19-en-la-salud-mental-de-adolescentes-y-j%C3%B3venes>

UNICEF. (2022). *Desnutrición en Guatemala*. UNICEF España. Recuperado de:

<https://www.unicef.es/noticia/desnutricion-en-guatemala>

UNICEF Paraguay. (2022). *Cinco formas en la que la pandemia impactó a los adolescentes*.

Recuperado de: <https://www.unicef.org/uruguay/cinco-formas-en-que-la-pandemia-impacto-los-adolescentes>

Valero, S., Lacomba, L., Coelli, M., Herrera, J., Chocho, A., Samper, P., Pérez, M., Montoya I. (2022). *Impacto emocional y resiliencia en adolescentes de España y Ecuador durante la COVID-19: estudio transcultural. Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes. Vol. (9), 29-36*. Recuperado de: <https://www.revistapcna.com/sites/default/files/2120.pdf>

Velasco, F. (2006). *Modelo lineal general jerárquico*. Revista de ciencias básicas UJAT, 4(2), 20-28. Recuperado de: <https://core.ac.uk/download/pdf/236400952.pdf>

Ventura, J. (2017). *El tamaño de la muestra: ¿Cuántos participantes son necesarios en un estudio cualitativo?*. Revista Cubana de Información en Ciencias de la Salud. Vol. (28).
Recuperado de: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2307-21132017000300009

VIII. ANEXOS

A. Carta de autorización de estudio para colegio

A quien corresponda:

Mi nombre es Antonella Comandari Norman, soy estudiante de la Licenciatura en Psicología en la Universidad del Valle de Guatemala. Actualmente, me encuentro realizando un proyecto de investigación como trabajo de graduación, por lo que me dirijo a usted para solicitar su autorización para pedirle a los estudiantes de tercero básico su participación en mi investigación. El tema del estudio es “Retos psicosociales y experiencias en una población adolescente durante el confinamiento de la pandemia por COVID-19 en Guatemala”.

A continuación, se describe brevemente en qué se basaría la participación de los estudiantes en el estudio:

Tomando en cuenta que los estudiantes de tercero básico son menores de edad, se enviaría a los padres de familia o tutores un consentimiento informado con los detalles del estudio y para que ellos autoricen la participación de sus hijos. La participación de los estudiantes se basa en tener una entrevista presencial con la entrevistadora, las preguntas de la entrevista tienen el objetivo de conocer las experiencias de los adolescentes y los retos psicosociales que tuvieron durante el confinamiento por la pandemia de COVID-19 en Guatemala.

Para el estudio se pretende enviar el consentimiento informado/invitación a participar al estudio a todos los padres/tutores de los alumnos de tercero básico. Luego, se hará un listado con todos los participantes cuyos padres/tutores hayan autorizado la participación en el estudio, y que también hayan enviado el asentimiento. De ese grupo, se realizará una selección aleatoria de al menos 20 estudiantes para las entrevistas. Al tener los nombres de los participantes finales, se les asignará un código para guardar confidencialidad.

Las entrevistas son individuales y, al ser presenciales, se realizarán en el espacio y horario que ustedes consideren mejor convenga ya que pueden durar alrededor de 20 minutos o media hora. Al momento de la entrevista se le recordará al estudiante el objetivo y procedimiento de la entrevista. También los participantes responderán a un cuestionario de Google Forms donde se harán preguntas de datos generales como lo son la edad y sexo. Las entrevistas serán grabadas para poder transcribirlas. Luego de la transcripción, las grabaciones serán destruidas. La participación de los estudiantes inicia en el momento de la entrevista y termina al finalizar la misma.

B. Consentimiento informado

Estimados padres de familia:

Mi nombre es Antonella Comandari Norman, soy estudiante de psicología en la Universidad Del Valle de Guatemala, y por este medio les pido su colaboración para culminar mis estudios con un proyecto de investigación titulado “Retos psicosociales y experiencias en una población adolescentes durante el confinamiento debido a la pandemia por COVID-19 en Guatemala”. Por lo tanto, solicito su autorización como padres de familia o tutores de los estudiantes de tercero básico (décimo grado) para que sus hijos/as participen en el estudio. A continuación, se describe brevemente en qué se basaría la participación de los estudiantes en el estudio:

Todos los estudiantes cuyos padres o tutores autoricen su participación en el estudio serán agregados a un listado del cual se seleccionarán de forma aleatoria a los participantes finales. Si su hijo/a fue seleccionado como participante final, se le asignará un código para no utilizar su nombre en el estudio para mantener la confidencialidad y el anonimato. La participación de los estudiantes se basa en tener una entrevista presencial con la investigadora, Antonella Comandari, dentro de las instalaciones y del horario del colegio (7 am – 3 pm). Las entrevistas serán coordinadas por la investigadora por medio del correo institucional en el horario autorizado por la dirección de High School.

Las entrevistas tendrán una duración de aproximadamente 20 minutos a 30 minutos en la que la entrevistadora le preguntará a los estudiantes sobre sus experiencias y retos psicosociales durante el confinamiento. Antes de iniciar la entrevista, se explicará la dinámica de la misma a los estudiantes y completarán un formulario de Google Forms con sus datos generales (nombre, edad y sexo). Las entrevistas serán grabadas y después transcritas. La grabación se eliminará

después de la transcripción. La participación de los estudiantes inicia al momento de la entrevista y termina al finalizar la misma.

Se les agradece que accedan contribuir con el estudio. En caso de dudas, contactar a XXXXX.

C. Asentimiento de estudiante

Estimado estudiante de tercero básico:

Mi nombre es Antonella Comandari Norman, soy estudiante de psicología en la Universidad del Valle de Guatemala. Actualmente busco culminar mis estudios, para lo cual debo realizar un proyecto de investigación. Me gustaría que participaras en mi investigación, el tema del estudio es “Retos psicosociales y experiencias en una población adolescente debido al confinamiento de la pandemia por COVID-19 en Guatemala.” Y a continuación se describe brevemente en qué consiste tu participación en el estudio:

El primer paso fue solicitar permiso a tus padres o encargados para que puedas participar en este estudio. Sin embargo, es importante para mí que tú también accedas a ser entrevistada(o). Es por eso por lo que es necesario que llenes una encuesta en Google forms para poder iniciar las preguntas de la entrevista.

Grabaré el audio solamente de esta entrevista para poder transcribirla, es decir escribir las respuestas literalmente, y después destruiré la grabación, de modo que nadie más podrá escucharla. Tu participación en el estudio es anónima e inicia al empezar la entrevista y termina al finalizar la entrevista.

Muchas gracias por tu colaboración, gracias por contribuir en mi proceso de graduación.

D. Preguntas de entrevista

1. ¿Cómo fue estar en confinamiento para ti? Cuéntame tu experiencia.
2. ¿Cómo ha cambiado tu vida después del confinamiento?
3. ¿Qué retos presentaste en el ambiente académico durante el confinamiento?
4. ¿Cuáles fueron estos retos?
5. ¿Tu rendimiento académico fue afectado durante el confinamiento?
6. ¿De qué forma?
7. ¿Has presentado retos en la relación con tus compañeros y maestros en el colegio?
8. ¿Has presentado retos en la relación con tus amigos?
9. ¿Has dejado de participar en algunas actividades que antes hacías en grupo?

10. ¿Cuáles actividades?

11. ¿Durante el confinamiento existieron retos para mantener tus amistades?