

## Salud mental en estudiantes chilenos durante confinamiento por Covid-19: revisión bibliográfica

### Mental Health in Chilean Students during Confinement by Covid-19: literature review

Martínez Líbano, Jonathan



 Jonathan Martínez Líbano  
ps.jmartinez@gmail.com  
Universidad Internacional Iberoamericana, México

**Revista Educación las Américas**  
Universidad de Las Américas, Chile  
ISSN-e: 0719-7128  
Periodicidad: Semestral  
vol. 10, núm. 2, 2020  
ccalisto@udla.cl

Recepción: 26 Noviembre 2020  
Aprobación: 24 Diciembre 2020

URL: <http://portal.america.org/ameli/jatsRepo/248/2481629004/index.html>

DOI: <https://doi.org/10.35811/rea.v10i2.126>

Cada autor garantiza que su trabajo enviado es original y que tiene todo el poder para celebrar este acuerdo. Ni este trabajo ni otro similar se han publicado en otro lugar en ningún idioma ni se enviarán para su publicación en otro lugar mientras REA los esté evaluando. El autor conserva sus derechos de autor y garantiza a la revista el derecho de la primera publicación de su obra.



Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial 4.0 Internacional.

**Resumen:** A raíz de la pandemia, los estudiantes chilenos tuvieron que cambiar de la instrucción presencial a la instrucción en línea para disminuir la propagación del Covid-19. Ante este escenario, es esperado algún grado de afección emocional en ellos. El objetivo de esta investigación fue identificar y analizar publicaciones cuya temática abordase la salud mental en confinamiento de estudiantes chilenos durante el año 2020. El análisis fue documental mixto, con un diseño descriptivo por medio de búsqueda de palabras clave que permitieron identificar temáticas de análisis. El procedimiento para realizar la revisión tuvo tres etapas: (i) identificación de las publicaciones, (ii) selección y (iii) elegibilidad. Debido a que se trata de una temática joven y específica, se realizó la búsqueda vía motor Scholar Google para ampliar los resultados. Se encontró un registro de 16 artículos bajo las temáticas salud mental y estudiantes chilenos en el motor de búsqueda. A través de la matriz de análisis usando los criterios de inclusión, se descartaron 12 artículos, quedando cuatro estudios para la revisión. Al analizar los textos seleccionados de manera íntegra, se mantuvo el mismo número de artículos. Se concluye que faltan investigaciones a nivel nacional de los efectos a la salud mental en los estudiantes en general. Si bien los artículos revisados representan un aporte dado que problematizan y ponen énfasis en las problemáticas vividas por estudiantes, se requiere de estudios descriptivos. Se espera que pasado un año de confinamiento por pandemia se pueda encontrar mayores estudios que permitan conocer el fenómeno en detalle.

**Palabras clave:** Estudiantes, salud mental, confinamiento, educación, consecuencias psicológicas.

**Abstract:** In the wake of the pandemic, Chilean students had to switch from classroom instruction to online instruction to decrease the spread of Covid-19. Given this scenario, some degree of emotional distress is expected in them. The objective of this research was to identify and analyze publications that address mental health in the confinement of Chilean students during the year 2020. The analysis was a mixed documentary, with a descriptive design employing a keyword search that allowed identifying analysis topics. The procedure to carry out the review had three stages: (i) identification of publications, (ii) selection, and (iii) eligibility. Since this is a young and specific topic, the search was done via Google Scholar engine

to expand the results. A record of 16 articles was found under mental health and Chilean students' themes in the search engine. Using the inclusion criteria, 12 articles were discarded through the analysis matrix, leaving four studies for review. By analyzing the selected texts in their entirety, the same number of articles was maintained. It is concluded that there is a lack of national research on the effects on mental health in students in general. Although the reviewed articles contribute since they problematize and emphasize the problems experienced by students, descriptive studies are required. It is hoped that after a year of pandemic confinement, more studies can be found to understand the phenomenon in detail.

**Keywords:** Students, mental health, confinement, education, psychological consequences.

## 1. INTRODUCCIÓN

El COVID-19 es una enfermedad que ha generado estragos en todos los ámbitos de la vida, no solo por su alta mortalidad sino por las consecuencias políticas, sociales, educacionales y económicas que trae consigo. Con una de las tasas de pruebas de COVID-19 más altas en América Latina, Chile continúa registrando bajas tasas de mortalidad por la enfermedad (Caqueo-Urizar et al., 2020). Durante la emergencia sanitaria se han implementado una serie de medidas para controlar este virus, como son los toques de queda, cuarentenas, fronteras sanitarias, cancelación de eventos masivos, entre otros (Díaz Cassou et al., 2020), los cuales han generado una profunda desadaptación en diversas áreas (Linhares & Enumo, 2020). Este encierro significó, para muchas personas, un cambio de vida total y radical; evitar contactos con amigos y familiares y, además, detener actividades no relacionadas con el trabajo, entre otras acciones (Corvo & De Caro, 2020). A esto debe sumarse el incremento de actividades educativas en el hogar; aunque los impactos médicos del COVID-19 son notables, es probable que las consecuencias interpersonales, financieras y sociales de la pandemia tengan el efecto más grande y sostenido en la salud psicológica (Madigan et al., 2020).

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (2001),

en las distintas culturas, los estudiosos han definido de formas diversas la salud mental, concepto que abarca, entre otros aspectos, el bienestar subjetivo, la percepción de la propia eficacia, la autonomía, la competencia, la dependencia intergeneracional y la autorrealización de las capacidades intelectuales y emocionales (p.5).

La buena salud mental se puede definir como un estado de bienestar que permite a las personas afrontar las tensiones normales de la vida y funcionar de manera productiva (Fusar-Poli et al., 2020). Los hallazgos han demostrado consistentemente la importancia de los factores psicosociales y la salud mental en el éxito académico de los estudiantes universitarios (Kivlighan et al., 2020), no así los problemas psicológicos. Lamentablemente, la depresión y la ansiedad son comunes entre los estudiantes (Kim et al., 2015) e, incluso, existe una larga data afecciones sobre la salud mental y riesgo de suicidio de los estudiantes universitarios (McLaughlin & Gunnell, 2020).

En Chile, a mediados de marzo de 2020, el Ministerio de Educación suspendió todas las actividades presenciales para todos los establecimientos educativos del país (Ministerio de Educación de Chile, 2020). A raíz de la pandemia, maestros y estudiantes tuvieron que cambiar a la instrucción en línea para disminuir su propagación (Garris & Fleck, 2020). Muchos estudiantes que normalmente participaban en formatos de aprendizaje cara a cara han tenido que hacer una transición repentina al aprendizaje en línea (Besser et al., 2020). Esta transición hacia la enseñanza remota no solo ha supuesto un trabajo significativo para los

profesores, sino que para muchos estudiantes que esperaban una experiencia tradicional cara a cara; el cambio al aprendizaje en línea parece haber tenido importantes consecuencias negativas (Gurung & Stone, 2020).

Ante este escenario, se espera que los estudiantes presenten algún grado de incapacidad para concentrarse y disminución del desempeño durante la pandemia. Esto no es un signo de debilidad o incompetencia, es simplemente una parte de la condición humana (Boals & Banks, 2020). Los estudiantes enfrentan desafíos importantes debido al acceso a Internet, el estrés y la ansiedad debido al contexto actual, las condiciones de vida inestables y los problemas de salud mental y física existentes (Gurung & Stone, 2020); otros factores relevantes se asocian a la incertidumbre sobre el futuro y la pérdida de autonomía (Gruber et al., 2020). Las condiciones actuales de clases en línea por pandemia evocan estados de ánimo negativos más fuertes (ansiedad, frustración, aburrimiento, entre otros) y promueve la disminución de estados de ánimo positivos (Besser et al., 2020). Frente a este escenario, para poder apoyar de mejor manera a los estudiantes chilenos en su salud mental, es esencial identificar y analizar publicaciones cuya temática abordase la salud mental en confinamiento de estudiantes chilenos.

## 2. METODOLOGÍA

En el presente artículo se recogen los resultados de una revisión bibliográfica desde las publicaciones localizadas en el motor de búsqueda Scholar Google durante enero y noviembre de 2020. El objetivo principal fue identificar y analizar publicaciones cuya temática abordase la salud mental en confinamiento de estudiantes chilenos en 2020. El análisis es documental, con enfoque cualitativo; el diseño es descriptivo, con análisis de contenido (Sayago, 2014; Tinto Arandes, 2013). El enfoque cualitativo se llevó a cabo con diseño emergente, por medio de la búsqueda de palabras clave que permitieron identificar temáticas de análisis.

Como criterio de inclusión, se incorporaron todos los artículos publicado en 2020 en inglés y español, en el ámbito de ciencias sociales, que abordaran salud mental de estudiantes chilenos durante confinamiento por Covid-19.

La muestra es de 16 artículos localizados en el motor de búsqueda Scholar Google durante el año 2020.

El procedimiento para realizar la revisión tuvo tres etapas: (i) identificación de las publicaciones, (ii) selección y (iii) elegibilidad. Debido a que se trata de una temática joven y específica, se realizó la búsqueda vía motor Scholar Google para ampliar los resultados. En la etapa de selección, se revisó los registros a través de una matriz, filtrando por medio de los criterios de inclusión en un proceso de análisis de títulos y resúmenes. En la tercera etapa se dio lectura a los textos íntegros seleccionados para definir su aporte a las áreas de interés (salud mental y estudiantes chilenos).

## 3. RESULTADOS

Se encontró un registro de 16 artículos bajo las temáticas salud mental y estudiantes chilenos en el motor de búsqueda. De estos 16 artículos, a través de la matriz de análisis usando los criterios de inclusión, se descartaron 12 artículos, por lo cual quedaron cuatro estudios para la revisión. Al analizar los textos seleccionados de manera íntegra, se mantuvo el mismo número de artículos. Los textos usados para la revisión bibliográfica se presentan en la Tabla 1 en el orden de relevancia otorgado por el motor de búsqueda.

**TABLA 1**  
Publicaciones académicas sobre salud mental y estudiantes  
chilenos publicados entre enero y noviembre 2020

Título	Autor	Resumen
Percepción docente respecto al trabajo pedagógico durante la COVID-19	Ramos, V. et al.	<b>INTRODUCCIÓN.</b> Los profesores chilenos a partir de la suspensión de clases presenciales durante la pandemia COVID-19, han tenido que mantener la continuidad del trabajo pedagógico. <b>OBJETIVO.</b> Conocer las percepciones de los profesores respecto de su rol, el proceso de enseñanza-aprendizaje, el apoyo de instituciones y su salud mental ante la actual situación emergente producto de la pandemia por Coronavirus. <b>MÉTODO.</b> Este estudio utilizó un enfoque cualitativo, el cual se realizó mediante entrevistas semiestructuradas. Los participantes fueron 10 profesores de Educación Secundaria. <b>RESULTADOS.</b> Los profesores declaran que: su rol se centra en las necesidades emocionales de la comunidad escolar; requieren adquisición de competencias tecnológicas; la Priorización Curricular no tiene lineamiento para ningún tipo de establecimiento, todos actúan de acuerdo a las necesidades del contexto; su retroalimentación llega sólo a estudiantes con acceso a internet; sus emociones son principalmente pena, angustia y estrés; las demandas y/o exigencias laborales son altas; el apoyo percibido es variado; finalmente, hasta la fecha, las condiciones del contrato laboral no se ha modificado. <b>DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.</b> Se requiere mayor atención a los desafíos que enfrentan los profesores ante la pandemia y es imprescindible apoyarlos en el ajuste de su quehacer profesional.
Implicancias pedagógicas y psicosociales de la cuarentena de Covid-19 en los estudiantes chilenos	Yeomans, M. & Silva, A.	La presente nota académica presenta el escenario al que se enfrentan los estudiantes chilenos en su proceso de aprendizaje debido a la cuarentena de Covid-19. El cierre de las escuelas podría tener algunas implicancias en la vida de los estudiantes que podrían afectar el aprendizaje. Tanto el área pedagógica como la psicosocial son importantes de analizar para tener una perspectiva más cercana de lo que los estudiantes están viviendo. Aunque se han tomado medidas para no interrumpir el proceso de aprendizaje, hay diferentes factores que pueden afectar el aprendizaje del estudiante desde una perspectiva pedagógica y psicosocial. Para tomar mejores decisiones pedagógicas en el futuro, es muy pertinente tener una visión general de los procesos de enseñanza y aprendizaje en el contexto de una pandemia. La necesidad de que las autoridades educativas reelaboren y mejoren este plan de emergencia para satisfacer las necesidades educativas actuales se hace urgente. Es necesario superar no sólo las cuestiones académicas, sino también las necesidades psicológicas y sociales, para la mejora de las experiencias de aprendizaje y que consideren aquellos factores de estrés que repercuten negativamente en su proceso educativo y que también proporcionan interacciones significativas para socializar y seguir fortaleciendo y construyendo relaciones dentro de la comunidad educativa.
COVID-19: impacto psicosocial en la escuela en Chile. Desigualdades y desafíos para Latinoamérica	Salas, G. et al.	La pandemia de Coronavirus-19 (COVID-19) ha superado los cinco millones de casos en todo el mundo y sus consecuencias han sido devastadoras para la salud y la sociedad en general. Como parte de los protocolos sanitarios que buscan mitigar los efectos de la pandemia, se implementó el cierre de escuelas en la mayoría de los países; Chile no fue la excepción. En el marco de este artículo, se busca dar cuenta del impacto psicosocial de esta medida en las escuelas chilenas y ampliar la reflexión a Latinoamérica. En este sentido, se analizan fundamentalmente las decisiones gubernamentales a partir de la creación del programa Aprendo en Línea y se propone una contextualización y un contraste con las iniciativas adoptadas en otros países, para luego explorar las condiciones del ejercicio de la actividad docente y sus consecuencias en el contexto familiar, para terminar con el impacto en la relación entre las familias y las escuelas. Esto permite visualizar, una vez más, no solo la desigualdad estructural del sistema educativo chileno, sino también su mantenimiento y eventual profundización. Las discusiones y medidas por implementar a partir de la coyuntura actual plantean retos que, más allá del contexto particular de Chile, pueden hacerse extensivos a otros países de Latinoamérica.
Educación en tiempos de pandemia: acentuación de las desigualdades en el sistema educativo chileno	Garrido, M.	El propósito de este artículo es caracterizar las desigualdades en el sistema educativo chileno considerando el contexto previo a la pandemia y la situación que emerge en los primeros meses de su desarrollo. Como hipótesis de trabajo, se considera que la situación derivada del COVID-19 tensiona aún más el modelo de desarrollo económico, visibilizando la exclusión de grupos que han sido históricamente marginados. Para la investigación se seleccionó un corpus documental que incluye prensa del periodo, sitios oficiales del gobierno, propuestas de comunidades educativas y artículos de investigación. Los resultados apuntan al aumento de la brecha digital en el acceso y uso de plataformas, reproduciendo las diferencias en torno al aprendizaje según grupo socioeconómico y capital cultural. Por último, se plantean reflexiones con respecto al ideario transformador que cumple la educación en este escenario de crisis social.

Elaboración propia

Los estudios seleccionados fueron analizados en cinco puntos: (i) descripción de la publicación, (ii) puntos principales abordados, (iii) evaluación de la contribución en relación al tópico (salud mental y estudiantes chilenos), (iv) debilidades o desacuerdos y (v) dirección potencial de estudios futuros.

El primer estudio, "Percepción docente respecto al trabajo pedagógico durante la covid-19" (Ramos et al., 2020). Tuvo como objetivo central dar a conocer las percepciones de los profesores respecto de su rol,

el proceso de enseñanza-aprendizaje, el apoyo de instituciones y su salud mental ante la actual situación emergente producto de la pandemia por Coronavirus. Es un estudio con una muestra acotada de 10 docentes el cual se centra principalmente en el aspecto pedagógico de lo que ha sido la enseñanza en tiempos de COVID. Desde la salud mental, se refiere que los docentes declaran que su privacidad ha disminuido y se encuentran en una situación emocional compleja e incertidumbre laboral. Con respecto a las debilidades, si bien este es un interesante acercamiento a la realidad de la educación en tiempos de COVID, se requiere seguir avanzando en estudios posteriores para poder concluir que los docentes están abocados más a los problemas emocionales de la comunidad que de los académicos. Las futuras investigaciones pueden ir en esta misma línea de conocimiento de la realidad de los profesores en tiempo de pandemia, con mayores alcances y muestras, desde el ámbito académico como desde el psicológico.

El segundo estudio, “Implicancias pedagógicas y psicosociales de la cuarentena de Covid-19 en los estudiantes chilenos” (Yeomans & Silva, 2020), es una nota académica que se centra en las consecuencias pedagógicas de la adaptación del proceso de enseñanza-aprendizaje de presencial a no presencial, en época de pandemia. Los puntos principales abordados fueron la enseñanza en confinamiento, el aprendizaje en confinamiento y la socialización en confinamiento. Desde el ámbito de la salud mental, refiere que las principales consecuencias del confinamiento en el hogar pueden ser la ansiedad, estrés, depresión y frustración. Es relevante poder seguir ahondando de qué forma el estrés podría llegar afectar a los diversos actores del proceso de enseñanza aprendizaje de los estudiantes y docentes chilenos. Una debilidad de esta nota académica es la temporalidad de ese estudio (mayo 2020) a sólo dos meses de iniciada la modalidad no presencial en educación en Chile. Dentro de las futuras líneas de investigación debiese también incorporarse el cansancio emocional tanto de académicos como estudiantes.

El tercer artículo, “COVID-19: impacto psicosocial en la escuela en Chile. Desigualdades y desafíos para Latinoamérica” (Salas et al., 2020), analiza fundamentalmente las decisiones gubernamentales a partir de la creación del programa Aprendo en Línea. Dentro de los puntos principales abordados por este estudio se analizan las decisiones gubernamentales a partir de la creación del programa aprendo en línea y se contrasta con otras experiencias de otros países. Desde el ámbito de la salud mental se refiere a las condiciones de hacinamiento que estarían viviendo estudiantes y docentes en esta pandemia, así como el temor ante la decisión del retorno a las clases presenciales. Dentro de las debilidades de esta publicación están el hecho de representar la realidad educativa chilena de bajo nivel y comparar sistemas educativos en Latinoamérica con desarrollos disímiles, además de la falta de propuestas concretas para el momento actual. Sería relevante poder continuar desarrollando la temática desde los aportes de la psicología ambiental para analizar cómo el hacinamiento afecta a la salud mental de las personas de acuerdo con el número de personas que viven y se desarrollan en el mismo ambiente. Además, estudios futuros podrían estar ligados a un análisis profundo de las consecuencias, tanto positivas como negativas de clases sincrónicas y asincrónicas tanto en estudiantes como docentes.

Finalmente, el cuarto estudio, “Educar en tiempos de pandemia: acentuación de las desigualdades en el sistema educativo chileno” (Garrido, 2020), tuvo como objetivo caracterizar las desigualdades en el sistema educativo chileno considerando el contexto previo a la pandemia y la situación que emerge en los primeros meses de su desarrollo. Dentro de los puntos principales abordados en este artículo se encuentra la tensión que ha tenido el modelo de desarrollo económico, así como la visualización de los grupos marginados en Chile en tiempos de COVID. Una de las debilidades que presenta esta publicación se relaciona con que todas las acciones realizadas por el gobierno son insuficientes, indicando que el modelo imperante en la sociedad actual no permite el desarrollo estructural de la igualdad. Dentro de los estudios futuros podría desarrollarse el impacto en los procesos de deserción académica en tiempos de pandemia y sobre la salud mental de los estudiantes chilenos.

### 3.1 Consecuencias en la salud mental

Las consecuencias en la salud mental presentadas en los artículos revisados se clasifican en tres eventos traumáticos de la pandemia por COVID-19: temores, impacto económico e interrupción de la rutina (Kira et al., 2020).

Respecto al Covid-19 como evento traumático asociado al temor en estudiantes chilenos, de las cuatro publicaciones, solo Salas et al. (2020) hacen referencia explícita del temor y, en el mismo artículo, se comenta sobre la posibilidad de que la hostilidad haya aumentado en aquellos hogares donde los padres sufren estrés; también refieren que los estudiantes son apoyados por sus docentes en el manejo de emociones y acciones. Garrido (2020), por su parte, también refiere que el docente es un actor clave en el apoyo emocional de los estudiantes, aun cuando requieren formación o capacitación en apoyo emocional sin mencionar el temor. En la misma línea, Yeomans & Silva (2020) presentan la depresión como un trastorno presente y que se podría acentuar en condiciones de confinamiento; la depresión puede asociarse a distintas emociones desagradables, entre ellas el temor, como causante o consecuencia (Fredrickson, 2000). Finalmente, Ramos et al. (2020) no se refieren directamente al temor o emociones desagradables, pero sí mencionan que existen necesidades emocionales de afecto y contención, desequilibrio académico emocional (siendo el apoyo emocional más relevante que el académico) y el rol del docente como apoyo psicológico permanente.

Con relación al trauma por impacto económico, por su parte, Yeomans & Silva (2020) se refieren a la ansiedad a causa de la falta de recursos para completar algunas tareas. En contraste, Ramos et al. (2020) y Salas et al. (2020) no conectan factores económicos a la salud mental de los estudiantes en sus artículos. Finalmente, si bien la desigualdad y vulnerabilidad es una de las temáticas fundamentales presentadas por Garrido (2020), en el estudio no se asocia estos factores a la salud mental de los estudiantes chilenos.

Respecto al trauma por interrupción de la rutina, Garrido (2020) refiere que los docentes son un apoyo fundamental en el acompañamiento de los procesos de enseñanza-aprendizaje, no obstante, no se explicita implicancias a la salud mental de los estudiantes bajo ésta área. Por su parte, Yeomans & Silva (2020) presentan la disminución de la motivación, estrés y frustración como consecuencia de los cambios de rutina, como son la disminución o ausencia de espacios personales a causa del confinamiento familiar, las dificultades en el uso de plataformas online, el aislamiento social y la ausencia de la interacción social en persona; todas ellas son parte de la rutina anterior de los estudiantes. Por otra parte, Salas et al. (2020) afirman que el escenario de cierre con mantención forzosa de los procesos de enseñanza conlleva estrés para los estudiantes chilenos. Finalmente, Ramos et al. (2020) no explicitan implicancias a la salud mental desde la interrupción de la rutina.

Las consecuencias de salud mental propuestas por cada publicación se presentan en la Tabla 2.

TABLA 2  
Temáticas en relación a salud mental de los estudiantes por artículo

Autores	Temáticas
Ramos, V. et al.	Necesidades emocionales (afecto y contención) Desequilibrio emocional-académico Docentes como apoyo psicológico
Yeomans, M. & Silva, A.	Falta de espacios personales a causa del confinamiento familiar Motivación disminuida Ansiedad por falta de recursos para completar tareas Estrés Depresión Frustración por problemas en el uso de plataformas online, aislamiento social y ausencia de interacción en persona
Salas, G. et al.	Probabilidad de aumento de ambientes hostiles por malas prácticas parentales provocados por el estrés Permanente estado de alerta en ambientes hostiles Angustia Temor Estrés Dificultades en el manejo de emociones y acciones
Garrido, M.	El mediador del aprendizaje es un actor clave en el acompañamiento de procesos de enseñanza, aprendizaje y apoyo emocional de los y las estudiantes

Elaboración propia

#### 4. DISCUSIÓN

A nivel mundial, respecto a los temores, la pérdida de vidas humanas podría implicar crisis de salud mental más graves en los pacientes, sus familias, comunidades y trabajadores de la salud. En la actualidad es considerable la evidencia empírica de los efectos psicológicos en la población en general que van desde un mayor estrés familiar y ocupacional, hasta una mayor ansiedad por la salud debido al miedo a la enfermedad o al contagio (Asmundson et al., 2020) así como a la pérdida del empleo, a la inseguridad financiera, a la falta de suministros esenciales, a la infección, a la pérdida de recursos, y a la posible separación y / o muerte de seres queridos (Gruber et al., 2020). La incertidumbre y los posibles sentimientos de incontabilidad están relacionados con una mayor ansiedad (Estes & Thompson, 2020), por lo tanto, se puede predecir un importante aumento de los trastornos relacionados con el trauma y los factores de estrés, como el trastorno de estrés postraumático y otros trastornos de salud mental como la depresión, los trastornos de ansiedad, la disfunción psicosocial, los trastornos de disociación, el abuso de sustancias y los déficits en la calidad de vida (Ainamani et al., 2020). Muchos estudiantes de educación superior deben trabajar para poder costear sus estudios, por lo que aquellos que trabajen en áreas que se relacionan con el combate directo del COVID 19 pueden sufrir un problema de salud mental doble (temores e impacto económico), que ocurre cuando se agrega también el estigma (Zolnikov & Furio, 2020). Además, el estrés y la ansiedad pueden hacer que la mente divague, lo que a su vez compite por recursos cognitivos limitados (Boals & Banks, 2020). Los participantes en cuarentena tienen más probabilidades que otros de percibir discriminación y exhibir angustia mental (Xin et al., 2020). Las preocupaciones por la seguridad prevalecen debido al riesgo potencial para la salud y el bienestar de los estudiantes individuales, pero también de sus familiares, amigos y colegas (Besser et al., 2020). Muchos estudiantes también han tenido que lidiar con la sensación de aislamiento y soledad que acompaña a la adherencia a las pautas para participar en el aislamiento físico o el distanciamiento social (Besser et al., 2020).

A nivel mundial, respecto al impacto económico, existen estudiantes que no pueden dejar de trabajar, razón por la que se encuentran más expuestos al virus (Zolnikov & Furio, 2020). En esta situación podemos hablar de un evento traumático que se asocia tanto al temor como al impacto económico (Kira et al. 2020).

Respecto a la interrupción de la rutina, la pandemia de COVID-19 tiene muchos elementos que la hacen excepcionalmente estresante para los estudiantes alrededor del mundo (Besser et al., 2020). Al ingresar a la educación superior, los estudiantes enfrentan el desafío de autorregular su aprendizaje (Biwer et al.,

2020). Numerosos factores pueden explicar el mayor riesgo para los estudiantes de educación superior, los problemas de salud mental que pueden traer la pandemia, la pérdida de importantes ritos de inicialización y finalización, como son el recibimiento de los estudiantes de primer año, así como los procesos de titulación o la presentación y defensa de título de sus respectivos trabajos finales de sus estudios de pre y post grado (Gruber et al., 2020). Las comparaciones de reacciones a la condición de aprendizaje en línea con las condiciones de aprendizaje presencial más típicas confirmaron que los estudiantes tuvieron reacciones negativas generalizadas a la condición en línea que se hicieron necesarias debido a la pandemia; el estrés y la ansiedad también son provocados por circunstancias que han resultado en interrupciones completas de las rutinas diarias (Besser et al., 2020). El patrón general de hallazgos sugiere que los estudiantes que han experimentado un cambio abrupto a un formato en línea sincrónico informaron experiencias negativas, comparado con el formato cara a cara, que se tradujo en menos aprendizaje y mayores dificultades de atención con el cambio al formato en línea (Besser et al., 2020). Los estudiantes con preferencias desalineadas con la clase mostraron actitudes significativamente menos positivas y menos conductas de aprendizaje; los estudiantes que creían que no se desempeñaban bien en las clases en línea obtuvieron calificaciones más bajas en los exámenes finales, en todas las medidas de aprendizaje y también informaron los mayores cambios en sus conductas de aprendizaje durante la pandemia (Gurung & Stone, 2020). Finalmente, los estudiantes de secciones más grandes obtuvieron calificaciones más bajas que los estudiantes de las secciones más pequeñas (Fox et al., 2020).

Estudios específicamente realizados en estudiantes universitarios en China, revelan la alta posibilidad de experimentar, presenciar o enfrentar diversos eventos de estrés relacionados con la ocurrencia del COVID-19 que resulten en síntomas psicológicos negativos, como sensación de tensión, miedo a la infección, insomnio y bajo estado de ánimo (Yang et al., 2020). Además se observan una reducción del bienestar y un aumento de la angustia psicológica (Hamza et al., 2020). Los estudiantes que experimentan un creciente aislamiento social como resultado de COVID-19 pueden tener un mayor riesgo de aumentar la angustia psicológica (Hamza et al., 2020), alteración psicosocial que implica un mayor riesgo de sufrir adversidades y vulnerabilidades (Chukwuorji & Iorfa, 2020). Los hallazgos apoyan la hipótesis principal de que la prevalencia de probable depresión moderada a grave, autolesiones e ideación suicida y angustia emocional debido a COVID-19 fue significativamente mayor entre los participantes en cuarentena que entre los participantes que no lo hicieron (Xin et al., 2020). Además, los cambios rápidos, como la privación de la libertad de moverse o de encontrarse con otras personas, a menudo son difíciles de interpretar (Corvo & De Caro, 2020). Los resultados sugieren que incluso las prácticas de distanciamiento social a corto plazo están asociadas con un aumento de la angustia psicológica, incluidos niveles elevados de angustia general, como pánico, trastornos emocionales y depresión (Best et al., 2020). Se ha visto un aumento significativo del miedo y la dificultad de adaptarse al cambio, así como la sensación de incertidumbre sobre el futuro (Corvo & De Caro, 2020).

A raíz de lo anterior, cada vez es más evidente que la pandemia confiere consecuencias graves y potencialmente a largo plazo para la salud mental (Gruber et al., 2020). Es bien sabido que los factores estresantes psicosociales tóxicos que ha creado la pandemia (riesgos físicos, trastornos diarios, incertidumbre, aislamiento social, pérdidas económicas, entre otros) afectan la salud mental y, por lo tanto, también la salud física (Gruber et al., 2020). El impacto en la salud mental del COVID-19 en la población en general, especialmente en aquellos con trastornos mentales preexistentes, ha sido significativo (Banerjee, 2020). Los eventos traumáticos son inevitables para numerosos jóvenes, no obstante, estos eventos también pueden permitir que las personas aprendan a afrontar futuros eventos estresantes de la vida (Yang et al., 2020).

Los hallazgos sugieren que la consejería puede ser efectiva para mejorar el éxito académico de los estudiantes frente a cambios en su angustia psicológica para aquellos que están clínicamente angustiados al inicio de la asesoría (Kivlighan et al., 2020). Bajo ningún motivo las instituciones de educación superior deben renunciar a la prevención e intervención temprana de sus estudiantes, sobre todo para quienes están comenzando a mostrar un deterioro de la salud mental en respuesta al creciente aislamiento social (Hamza et al., 2020).

Por ello, se debe medir y determinar planes de acciones para resguardar la retención y progresión académica, además de realizar una preparación temprana para hacer frente a este evento negativo (Yang et al., 2020). Es importante referir que el bajo número de estudiantes que revelan dificultades de salud mental al ingresar a la universidad representa un área de acción más prioritaria, ya que la mejora de las tasas de revelación en el registro podría facilitar el apoyo específico a los estudiantes vulnerables (McLaughlin & Gunnell, 2020). Se vuelve imperativo identificar los subgrupos de adultos jóvenes que tienen un mayor riesgo de tener dificultades de salud mental para desarrollar intervenciones dirigidas a mitigar la angustia emocional (Alonzi et al., 2020). A partir de lo anterior, parece ser mucho más eficiente la terapia en línea individual y en grupos pequeños a través de plataformas virtuales, que grandes conferencias en donde la interacción no es posible y por ende el que recibe la conferencia es un ente pasivo y no activo de lo que esta experimentando de manera interna, por lo tanto, mejorar el pensamiento positivo y la resiliencia puede ser un medio para proteger la salud psicológica de los estudiantes universitarios (Yang et al., 2020), por lo que se debe fomentar el asesoramiento psicológico online para la prevención del fenómeno (Aquila et al., 2020). Los administradores de universidades y colegios deben continuar abordando el funcionamiento psicológico de los estudiantes como un esfuerzo para mejorar su éxito y retención académica postsecundaria (Kivlighan et al., 2020).

No todo puede ser negativo en este escenario. La pandemia mundial COVID-19 nos dejará de seguro muchas lecciones importantes y nos ayudó a darnos cuenta de las formas en que la tecnología puede fomentar el aprendizaje (Gurung & Stone, 2020). También nos obligará a considerar lo que hemos perdido de la enseñanza presencial y que no pudimos compensar, durante el proceso de transición y mantención de las clases en línea. Así mismo permitió evidenciar la necesidad de atención psicológica relacionada con el estrés postraumático para las poblaciones vulnerables, así como la necesidad de que los proveedores de estos servicios estén preparados para comenzar a trabajar a través de métodos tradicionales y virtuales (Kanzler, 2020). Finalmente, es importante que las autoridades, académicos, docentes y estudiantes sean comprensivos y pacientes con respecto al impacto cognitivo inevitable de la pandemia y la consiguiente reducción de los niveles de productividad de nuestros estudiantes, colegas y nosotros mismos (Boals & Banks, 2020).

## 5. CONCLUSIONES

Podemos concluir que existen pocas investigaciones a nivel nacional de los efectos de la salud mental en los estudiantes en general y más aún en tiempo de pandemia. Si bien los artículos revisados son aporte dado que problematizan y colocan un énfasis en las problemáticas de salud vividas por docentes y estudiantes, como estrés, angustia, temor, desequilibrio emocional, motivación disminuida, frustración y depresión, se requiere de un mayor estudio con muestras más representativas tanto a nivel primario, secundario y terciario escolar como en educación superior, que describan el fenómeno en detalle.

Dado lo anterior, es importante determinar los factores psicosociales que afectan al proceso de enseñanza y aprendizaje de los estudiantes. La desigualdad en educación es real, por lo que debemos identificar los factores protectores y de resiliencia que fomente el quiebre de esta homeostasis patológica social.

El estudio representa un avance en el campo, dado que permite evidenciar que en estos momentos no existen estudios concluyentes que detallen lo que ocurre por nivel educacional (primaria, secundaria y educación superior), producto de la pandemia. Tampoco encontramos investigaciones que aborden, en educación superior chilena, las consecuencias de la pandemia, restricción y estrés de las clases de tipo sincrónico y asincrónico y evaluaciones en línea, las cuales podrían generar sintomatología psicopatológica grave como el agotamiento emocional, crisis de ansiedad y depresión. Para el próximo periodo académico queda el desafío de contar con un paquete de medidas que ayuden al estudiante a mitigar los efectos de la pandemia en su salud mental.

Se requiere, además, investigar en los porcentajes de retención y progresión académica de estudiantes con el fin de determinar si la variable ambiental de pandemia, encierro, clases en línea y capacidades de organización

han incidido, sin dejar de lado las condiciones mínimas como un lugar de estudio, conectividad y equipos tecnológicos que permitan participar de clase en línea, así como la posibilidad de complementar vida de hogar, estudio e incluso trabajo en un mismo ambiente y analizar si son efectivas y si es posible compatibilizarlas.

Se espera que pasado un año de confinamiento se pueda encontrar mayores estudios que permitan describir y conocer el fenómeno en detalle y otras temáticas emergentes develadas por la pandemia.

## REFERENCIAS

- Ainamani, H. E., Gumisiriza, N. & Rukundo, G. Z. (2020). Mental health problems related to COVID-19: A Call for psychosocial interventions in Uganda. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(7), 809–811. <https://doi.org/10.1037/tra0000670>
- Alonzi, S., Torre, A. La, & Silverstein, M. W. (2020). The Psychological Impact of Preexisting Mental and Physical Health Conditions During the COVID-19 Pandemic. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(S1), 236–238. <https://doi.org/10.1037/tra0000840>
- Aquila, I., Sacco, M. A., Ricci, C., Gratteri, S., Abenavoli, L. M. & Oliva, A. (2020). The Role of the COVID-19 Pandemic as a Risk Factor for Suicide#: What Is Its Impact on the Public Mental Health State Today#? *Psychol Trauma*, 12, 120–122. <https://search.bvsalud.org/global-literature-on-novel-coronavirus-2019-ncov/resource/en/covidwho-568744>
- Asmundson, G. J. G., Paluszek, M. M., Landry, C. A., Rachor, G. S., McKay, D. & Taylor, S. (2020). Do pre-existing anxiety-related and mood disorders differentially impact COVID-19 stress responses and coping? *Journal of Anxiety Disorders*, 74(July). <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102271>
- Banerjee, D. (2020). “ Pandemonium of the Pandemic ”: Impact of COVID-19 in India , Focus on Mental Health. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(6), 588–592. <https://psycnet.apa.org/fulltext/2020-57017-001.html>
- Besser, A., Flett, G. L. & Zeigler-Hill, V. (2020). Adaptability to a sudden transition to online learning during the COVID-19 pandemic: Understanding the challenges for students. *Scholarship of Teaching and Learning in Psychology*. Advance Online Publication. <https://doi.org/10.1037/stl0000198>
- Best, L. A., Law, M. A., Roach, S., Wilbiks, J. M. P., Best, L. A., Law, M. A., Roach, S. & Wilbiks, J. M. P. (2020). The Psychological Impact of COVID-19 in Canada: Effects of Social Isolation During the Initial Response. *Canadian Psychology Psychology/Psychologie canadienne*. Advance Online Publication. <http://dx.doi.org/10.1037/cap0000254>
- Boals, A. & Banks, J. B. (2020). Stress and Cognitive Functioning During a Pandemic: Thoughts From Stress Researchers. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(S1), 255–257. <https://doi.org/10.1037/tra0000716>
- Caqueo-Urizar, A., Urzúa, A., Aragón-Caqueo, D., Charles, C. H., El-Khatib, Z., Otu, A., & Yaya, S. (2020). Mental Health and the COVID-19 Pandemic in Chile. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(5), 521–523. <http://dx.doi.org/10.1037/tra0000753>
- Chukwuorji, J. C., & Iorfa, S. K. (2020). Commentary on the Coronavirus Pandemic#: Nigeria. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(S1), S188–S190. <http://dx.doi.org/10.1037/tra0000786>
- Corvo, E., & De Caro, W. (2020). COVID-19 and spontaneous singing to decrease loneliness, improve cohesion, and mental well-being: An Italian Experience. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(S1), S247–248. <http://dx.doi.org/10.1037/tra0000838>
- Díaz Cassou, J.; Beverinotti, J.; Andrian, L. G., Castellani, F.; Abuelafia, E.; Manzano, O. & Castillejas, L. (2020). *El Impacto del COVID-19 en las economías de la región*. Banco Interamericano de Desarrollo. <http://dx.doi.org/10.18235/0002281>
- Estes, K. D., & Thompson, R. R. (2020). Preparing for the aftermath of COVID-19: Shifting risk and downstream health consequences. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(S1), S31–S32. <http://dx.doi.org/10.1037/tra0000853>

- Fox, K., Bryant, G., Lin, N., & Srinivasan, N. (2020). *Time for Class 2020*. Boulder, CO: Tyton Partners y Every Learner Everywhere. Obtenido De. <https://www.everylearnereverywhere.org/resources/time-for-class-2020/>
- Fredrickson, B. L. (2000). Cultivating Positive Emotions to Optimize Health and Well-Being. *Prevention & Treatment*, 3, 1–25.
- Fusar-Poli, P., Salazar de Pablo, G., De Micheli, A., Nieman, D. H., Correll, C. U., Kessing, L. V., Pfennig, A., Bechdolf, A., Borgwardt, S., Arango, C., & van Amelsvoort, T. (2020). What is good mental health? A scoping review. *European Neuropsychopharmacology*, 31, 33–46. <https://doi.org/10.1016/j.euroneuro.2019.12.105>
- Garrido, M. (2020). Educar en tiempos de pandemia: acentuación de las desigualdades en el sistema educativo chileno. *Caminhos da Educação: diálogos, culturas e diversidades*, 2(2), 43-68. <https://revistas.ufpi.br/index.php/cedsd/article/view/11241>
- Garris, C. P. & Fleck, B. (2020). Student evaluations of transitioned-online courses during the COVID-19 pandemic. *Scholarship of Teaching and Learning in Psychology*. <https://doi.org/10.1037/stl0000229>
- Gruber, J., Prinstein, M. J., Clark, L. A., Rottenberg, J., Abramowitz, J. S., Albano, A. M., Aldao, A., Borelli, J. L., Chung, T., Davila, J., Forbes, E. E., Gee, D. G., Hall, G. C. N., Hallion, L. S., Hinshaw, S. P., Hofmann, S. G., Hollon, S. D., Joormann, J., Kazdin, A. E., ... Weinstock, L. M. (2020). Mental Health and Clinical Psychological Science in the Time of COVID-19: Challenges, Opportunities, and a Call to Action. *American Psychologist*. <https://doi.org/10.1037/amp0000707>
- Gurung, R. A. R., & Stone, A. M. (2020). You can't always get what you want and it hurts: Learning during the pandemic. *Scholarship of Teaching and Learning in Psychology*. Advance Online Publication. <https://doi.org/10.1037/stl0000236>
- Hamza, C. A., Ewing, L., Heath, N. L., & Goldstein, A. L. (2020). When Social Isolation Is Nothing New: A Longitudinal Study Psychological Distress During COVID-19 Among University Students With and Without Preexisting Mental Health Concerns. *Canadian Psychology/Psychologie canadienne*. <https://doi.org/10.1037/cap0000255>
- Kanzler, K. E. & Ogbeide, S. (2020). Addressing trauma and stress in the COVID-19 pandemic: Challenges and the promise of integrated primary care. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(S1), S177-S179. <http://dx.doi.org/10.1037/tra0000761>
- Kim, J. E., Saw, A., & Zane, N. (2015). The influence of psychological symptoms on mental health literacy of college students. *American Journal of Orthopsychiatry*, 85(6), 620–630. <https://doi.org/10.1037/ort0000074>
- Kira, I. A., Shuwiekh, H. A. M., Alhuwailah, A., Ashby, J. S., Sous, M., Sous, F., Ali, S. B., Azdaou, C., Oliemat, E. M., Jamil, H. J., Kira, I. A., Shuwiekh, H. A. M., Alhuwailah, A., Ashby, J. S., Sous, M., Sous, F., Bint, S., Baali, A., Azdaou, C., ... Jamil, H. J. (2020). Traumatology The Effects of COVID-19 and Collective Identity Trauma (Intersectional Discrimination) on Social Status and Well-Being. *Traumatology*. <http://dx.doi.org/10.1037/trm0000289>
- Kivlighan, D. M., Schreier, B. A., Gates, C., Hong, J. E., Corkery, J. M., Anderson, C. L., & Keeton, P. M. (2020). The role of mental health counseling in college students' academic success: An interrupted time series analysis. *Journal of Counseling Psychology*. <https://doi.org/10.1037/cou0000534>
- Linhares, M. B. M., & Enumo, S. R. F. (2020). Reflexões baseadas na Psicologia sobre efeitos da pandemia COVID-19 no desenvolvimento infantil. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 37. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200089>
- Madigan, S., Racine, N., Cooke, J. E. & Korczak, J. (2020). COVID-19 and telemental health: Benefits, challenges, and future directions. *Canadian Psychology/Psychologie canadienne*. Advance online publication. <http://dx.doi.org/10.1037/cap0000259>
- McLaughlin, J. C. & Gunnell, D. (2020). Suicide Deaths in University Students in a UK City between 2010 and 2018 - Case Series. *Crisis: The Journal of Crisis Intervention and Suicide Prevention*, 1–8. <https://doi.org/10.1027/0227-5910/a000704>

- Ministerio de Educación de Chile. (2020). Orientación al Sistema Escolar en Contexto de COVID-19. [https://bibliotecadigital.mineduc.cl/bitstream/handle/20.500.12365/14311/OrientContexCOVID19\\_2703.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://bibliotecadigital.mineduc.cl/bitstream/handle/20.500.12365/14311/OrientContexCOVID19_2703.pdf?sequence=1&isAllowed=y).
- Organización Mundial de la Salud (2001). La salud pública al servicio de la salud mental. En OMS (2001). *Informe sobre la salud en el mundo 2001 - Salud mental: nuevos conocimientos, nuevas esperanzas* (1-17). Recuperado de <https://www.who.int/whr/2001/es/>
- Ramos, V., García, H., Olea, C., Lobos, K., & Sáez, F (2020). Percepción docente al Trabajo Pedagógico durante la COVID-19. *CienciAmérica*, 9(2), 334–353. <http://dx.doi.org/10.33210/ca.v9i2.325>
- Salas, G., Santander, P., Precht, A., Scholten, H., Moretti, R., & López-López, W. (2020). COVID-19: impacto psicosocial en la escuela en Chile. Desigualdades y desafíos para Latinoamérica. *Avances En Psicología Latinoamericana*, 38(2), 1–17. <https://revistas.urosario.edu.co/index.php/apl/article/view/9404>
- Sayago, S. (2014). El análisis del discurso como técnica de investigación cualitativa y cuantitativa en las ciencias sociales. *Cinta de Moebio: Revista de Epistemología de Ciencias Sociales*, 49, 1–10. <https://doi.org/10.4067/s0717-554x2014000100001>
- Tinto Arandes, J. A. (2013). El análisis de contenido como herramienta de utilidad para la realización de una investigación descriptiva. Un ejemplo de aplicación práctica utilizado para conocer las investigaciones realizadas sobre la imagen de marca de España y el efecto país de origen. *Provincia*, 29, 135–173. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=55530465007>
- Xin, M., Luo, S., She, R., Yu, Y., Wang, S., Lin, D., Wang, H., Wang, Z. & Lau, J. T. (2020). Negative Cognitive and Psychological Correlates of Mandatory Quarantine During the Initial COVID-19 Outbreak in China. *American Psychologist*, 75(5), 607–617. <http://dx.doi.org/10.1037/amp0000692>
- Yang, D., Tu, C. & Dai, X. (2020). The Effect of the 2019 Novel Coronavirus Pandemic on College Students in Wuhan. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(S1), S6-S14. <http://dx.doi.org/10.1037/tra0000930>
- Yeomans, M. M. & Silva, A. (2020). Pedagogical and Psychosocial Implications of Quarantine by Covid-19 on Chilean Students. *Revista Educación las Américas*, 10(1). <https://doi.org/10.35811/rea.v10i0.78>
- Zolnikov, T. R. & Furio, F. (2020). Stigma on first responders during COVID-19. *Stigma and Health*, 5(4), 375–379. <https://doi.org/10.1037/sah0000270>