

La ansiedad postpandemia en estudiantes del programa de psicología de la Universidad Simón Bolívar en la ciudad de Barranquilla

Michell Morales Thomas

Código estudiantil: 20201923686

Nathaly Arroyave Martínez

Código estudiantil: 20181994748

Jatín José Orozco Cepeda

Código estudiantil: 20201925528

Sandra Zambrano Figueroa

Código estudiantil: 20202928632

Trabajo de Investigación del Programa de Psicología

Tutora:

Patricia Ruiz Tafur

Resumen

Partiendo con el cierre de las instituciones educativas por el aislamiento social en tiempos de pandemia, se simboliza un gran estancamiento y un aplazamiento en el desarrollo de las habilidades sociales en los jóvenes, evidenciándose en el contexto actual dificultades después de la pandemia de COVID-19, lo cual se refleja en una variación de las dinámicas en las áreas de formación, que conlleva a cambiar todo el entramado de las relaciones postpandemia de jóvenes estudiantes.

En el desarrollo del ser humano, la vida universitaria viene a ser un factor considerado primordial, que ejerce influencia en el estilo de vida, el cual si no es adecuado puede afectar la salud y un buen rendimiento académico (Jiménez y Ojeda, 2017). De cara a la pandemia se generaron nuevos métodos educativos en todos los niveles, ante esto, las redes sociales jugaron un papel primordial, incidiendo con un cambio de esquema de aprendizaje que puede generar estrés y/o ansiedad.

Siguiendo un paradigma empírico analítico, el objetivo principal de la investigación fue conocer de manera descriptiva las manifestaciones relacionadas con la ansiedad postpandemia en estudiantes del programa de Psicología de la Universidad Simón Bolívar de la ciudad de Barranquilla, en donde se evaluaron criterios específicos través de una prueba (T.A.E.S) que permite medir ansiedad por medio de dos variables expectativa y sensibilidad , el cual se aplicó a una población de 43 estudiantes del programa de psicología de séptimo semestre de la Universidad Simón Bolívar de la Ciudad de Barranquilla.

Teniendo en cuenta los resultado de la aplicación de la prueba se pudo establecer que el sexo femenino tuvo una participación mayor a la media (86,8%) en comparación con

el que el sexo masculino que fue inferior a la medida (13,2%) , con respecto a las variables que miden la ansiedad en expectativas se pudo identificar que entre el 22 y el 28,8% existe preocupaciones futuras, autoexigencia, auto expectativas, en cuanto a la variable que mide sensibilidad existe la presencia de etiquetado global en un 21,2%, lo cual indica que las variables son el punto de partida crítico de un origen multifactorial que genera ansiedad.

Lo anterior está relacionado con los estudios realizados por autores como Reiss (2002) y otros expertos, que destacan la amplitud de los efectos psicológicos asociados con la pandemia de COVID-19 en los estudiantes universitarios. La investigación de Reiss (2002) sugiere que la sensibilidad es un componente crítico para comprender la ansiedad y otros trastornos emocionales en los individuos. Contrastando esta noción con los hallazgos de la revisión bibliográfica, en los cuales existen una relación entre la sensibilidad y las respuestas emocionales producto de la pandemia, resaltando la importancia de considerarla como uno de los múltiples factores que generan ansiedad, sin embargo es importante tener claro que entre los trastornos emocionales en los individuos, estos pueden estar relacionados con los pensamientos automático o ideas irracionales que pueden surgir de las creencias, pautas educativas, esta última puede estar muy estrechamente relacionada con el condicionamiento clásico/operante.

De acuerdo con los resultados es relevante la búsqueda del perfeccionismo en los estudiantes, evidenciando preocupación por su futuro; sin embargo, no tienden a buscar la aprobación de sus trabajos frente la opinión de las demás personas y no se sienten inquietos al trabajar con personas destacadas. Mientras que en el manejo emocional en menor medida

suelen irritarse con facilidad, y no pretenden agradar o estar atados a las demandas de aprobación que desde la familia o las evaluaciones académicas pueden enfrentar.

Sin embargo, los datos obtenidos muestran una preocupación generalizada entre los estudiantes por mantener altos estándares académicos y tener miedo de fracasar. Esta presión puede ser indicativa de una cultura académica competitiva y perfeccionista dentro de la facultad. El miedo al fracaso y la necesidad de la perfección pueden tener efectos negativos en la salud mental de los estudiantes, recalcando la importancia de abordar no sólo el rendimiento académico, sino también los comportamientos y creencias que contribuyen a estas preocupaciones. Sin embargo, según los datos obtenidos es posible que estas sean el origen a un bajo rendimiento académico en los estudiantes, ya que las fechas de parciales son sinónimo de malos hábitos alimenticios, disminución en las horas de descanso, lo que conlleva a la elevación de los niveles de ansiedad en algunos estudiantes, despertando las expectativas y sensibilidad que conlleva a alterar la evaluación de los conocimientos adquiridos, como se pretende.

Dada la prevalencia de la ansiedad y las preocupaciones sobre el rendimiento académico han generado la necesidad de adoptar un enfoque holístico de la atención sobre la salud mental que aborde tanto los factores individuales como los ambientales. La aplicación de programas integrados de bienestar que promuevan el bienestar emocional, físico y social se ha convertido en una prioridad crítica para las instituciones educativas incluyendo la promoción y prevención de los entornos de aprendizaje y la resiliencia.

En consonancia con los resultados, ha quedado cada vez más clara la necesidad de desestimar las conversaciones sobre salud mental y fomentar una cultura de apertura y

comprensión, normalizando las conversaciones sobre la salud mental y alentar a los estudiantes a buscar ayuda sin temor a ser juzgados, las instituciones educativas pueden fomentar un entorno en el que los estudiantes se sientan seguros y apoyados en su búsqueda del bienestar personal y el crecimiento.

Palabras clave: estrés, ansiedad, expectativas , sensibilidad, juventud, pandemia.

Abstract

Starting with the closure of educational institutions due to social isolation in times of pandemic, a great stagnation and postponement in the development of social skills in young people is symbolized, evidencing in the current context difficulties after the COVID-19 pandemic, which is reflected in a variation of the dynamics in the areas of training, which leads to changing the entire fabric of young students' post-pandemic relationships.

In the development of human beings, university life is considered a factor considered essential, which influences lifestyle, which, if not adequate, can affect health and good academic performance (Jiménez & Ojeda, 2017). In the face of the pandemic, new educational methods were generated at all levels, in view of this, social networks played a fundamental role, influencing a change in the learning scheme that can generate stress and/or anxiety.

Following an analytical empirical paradigm, the main objective of the research was to know in a descriptive way the manifestations related to post-pandemic anxiety in students of the Psychology program of the Simón Bolívar University in the city of Barranquilla, where specific criteria were evaluated through a test (T.A.E.S) that allows measuring anxiety through two variables: expectation and sensitivity, which was applied to a population of 43 students of the seventh-semester psychology program of the Simón Bolívar University in the City of Barranquilla.

Taking into account the results of the application of the test, it was possible to establish that the female sex had a higher participation than the average (86.8%) compared to the male sex, which was lower than the measure (13.2%), with respect to the variables that measure anxiety in expectations it was possible to identify that between 22 and 28.8% there are future worries, Self-demanding, self-expectations, Regarding the variable that measures sensitivity, there is the presence of global labeling in 21.2%, which indicates that variables are the critical starting point of a multifactorial origin that generates anxiety.

This is related to studies conducted by authors such as Reiss (2002) and other experts, which highlight the breadth of psychological effects associated with the COVID-19 pandemic on university students. Research by Reiss (2002) suggests that sensitivity is a critical component of understanding anxiety and other emotional disorders in individuals. Contrasting this notion with the findings of the literature review, in which there is a relationship between sensitivity and emotional responses as a result of the pandemic, highlighting the importance of considering it as one of the multiple factors that generate anxiety, however, it is important to be clear that among the emotional disorders in

individuals, these may be related to automatic thoughts or irrational ideas that can arise from beliefs, educational guidelines, the latter may be very closely related to classical/operant conditioning.

According to the results, the search for perfectionism in students is relevant, evidencing concern for their future; However, they don't tend to seek approval of their work over other people's opinions, and they don't feel uneasy when working with prominent people. While in emotional management to a lesser extent they tend to be easily irritated, and do not intend to please or be tied to the demands for approval that they may face from the family or academic evaluations.

However, the data obtained shows a widespread concern among students about maintaining high academic standards and being afraid of failing. This pressure may be indicative of a competitive and perfectionist academic culture within the faculty. Fear of failure and the need for perfection can have negative effects on students' mental health, underscoring the importance of addressing not only academic performance, but also the behaviors and beliefs that contribute to these concerns. However, according to the data obtained, it is possible that these are the origin of a low academic performance in students, since the dates of midterms are synonymous with bad eating habits, a decrease in the hours of rest, which leads to the elevation of anxiety levels in some students, awakening expectations and sensitivity that leads to altering the evaluation of the knowledge acquired as intended.

Given the prevalence of anxiety and concerns about academic performance, there has been a need for a holistic approach to mental health care that addresses both individual

and environmental factors. The implementation of integrated wellness programs that promote emotional, physical, and social well-being has become a critical priority for educational institutions, including the promotion and prevention of learning environments and resilience.

In line with the results, the need to dismiss conversations about mental health and foster a culture of openness and understanding has become increasingly clear, normalizing conversations about mental health and encouraging students to seek help without fear of judgment, educational institutions can foster an environment where students feel safe and supported in their pursuit of personal well-being and growth.

Keywords: stress, anxiety, expectations, sensitivity, youth, pandemic.

Referencias

1. Alarcón García, S. (2020). A propósito del COVID-19: ¿sería recomendable para Chile la mediación familiar en línea? *Revista Chilena de Derecho y Tecnología*, 9(1), 93. <https://doi.org/10.5354/0719-2584.2020.57339>,
<https://doi.org/10.5354/0719-2584.2020.57339>
2. Álvarez Marinelli, H. y otros (2020), “La educación en tiempos del coronavirus: los sistemas educativos de América Latina y el Caribe ante COVID-19”, Documento para Discusión, N° IDB-DP-00768. Banco Interamericano de Desarrollo (BID).

<https://publications.iadb.org/publications/spanish/document/La-educacion-entiempos-del-coronavirus-Los-sistemas-educativos-de-America-Latinay-el-Caribe-anteCOVID-19.pdf>

3. Arrivillaga Q., M., Cortés G., C., Goicochea J., V.L. y Lozano O., T.M. (2004). Caracterización de la Depresión en jóvenes universitarios. *Universitas Psychologica*, 3(1), 17-26. <https://doi.org/10.25009/pys.v32i3.2793>
4. Antúnez, Z., Vinet, E.V. (2012). Escalas de depresión, ansiedad y estrés (DASS-21): validación de la versión abreviada en estudiantes universitarios chilenos. *Terapia Psicológica*, 30, 49-55.
<https://www.redalyc.org/journal/290/29069612008/html/>
5. Apaza, P., Cynthia, M., Seminario, R.S., y Santa-Cruz, J.E. (2020). Factores psicosociales durante el confinamiento por el Covid-19 – Perú. *Revista Venezolana de Gerencia*, 25(90), 10. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29063559022>.
6. Bedoya-Lau, F.N., Matos, L. J., y Zelaya, E.C. (2014). Niveles de estrés académico, manifestaciones psicosomáticas y estrategias de afrontamiento en alumnos de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima en el año 2012. *Rev Neuropsiquiatr*, 77(4), 262-270.
<https://www.redalyc.org/journal/290/29069612008/html/>

7. Cabezas-Heredia, E., Herrera-Chávez, R., Ricaurte-Ortiz, P., Novillo Yahuar shungo, C. (2021). Depresión, Ansiedad, estrés en estudiantes y docentes: Análisis a partir del COVID 19. Depresión, Ansiedad, estrés en estudiantes y docentes: Análisis a partir del Covid 19. *Revista Venezolana de Gerencia*, 26, (94), 603-622.
<https://www.redalyc.org/journal/290/29069612008/html/>
8. Campoverde, W. S., & Vilchez, J. L. (2021). Aumento de los niveles de ansiedad en estudiantes universitarios durante la época de pandemia de la COVID-19. *Revista Cubana de Medicina Militar*, 50(1), e0210931.
<https://revmedmilitar.sld.cu/index.php/mil/article/view/931/730>
9. Chávez Márquez, I. L. (2021). Ansiedad en universitarios durante la pandemia de COVID-19: un estudio cuantitativo. *Psicumex*, 11(1), 1-26, e420. <https://doi.org/10.36793/psicumex.v11i1.420>
10. CienciAmérica (2020). Desafíos Humanos ante el COVID-19, *Revista de divulgación científica de la Universidad Tecnológica Indoamérica*, 9(2), 251-255.
11. Cortina, G. (2022). Ansiedad y Covid-19 en estudiantes universitarios: una revisión sistemática.

12. *Connecting Research and Researchers*, 6(11),_8. <https://orcid.org/0000-0003-3442-6774><https://doi.org/10.29076/issn.2602-8379vol6iss11.2022pp156-165p>
13. Gutiérrez Llanos, A., Gutiérrez Pacheco, A., Martínez Romero, S., Ojeda Bermúdez, M., Rodríguez López, O., & Suarez Navarro, K. (2021). Salud mental en jóvenes entre 18 y 25 años durante la pandemia por Sars-Cov2 en una universidad privada de la ciudad de Barranquilla-Colombia. 12. <https://hdl.handle.net/20.500.12442/8040>
14. Guevara Alban, G; Metodologías de investigación educativa (descriptivas, experimentales, participativas, y de investigación acción). (S. f.). *Recimundo*, 4(3), 163-173. <https://www.recimundo.com/index.php/es/article/download/860/1560?inline=1>
15. Norton, G.R. (1993). Sensibilidad a la ansiedad y su relación con lo espontáneo. *Investigación y terapia del comportamiento*, 31, 199-201. <https://core.ac.uk/download/pdf/78532198.pdf>
16. Márquez-Álvarez, L. J., & Jiménez Arberas, E. (2023). Influencias del confinamiento por COVID-19 sobre la salud mental en estudiantes de grado de terapia, 15. <https://doi.org/10.1590/2526-8910.ctoAO257333633>

17. Mejía-R.C., Ccasa-Valero L., Quispe-Sancho A., Charri JC., Benites-Ibarra CA., Flores-Lovon K. y Vásquez-Ascate J. (2021). Prevalencia y asociaciones de ansiedad, depresión y estrés en estudiantes universitarios peruanos durante la pandemia de covid-19. *Revista Ciencias De La Salud*, 20(3).
<https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/revsalud/a.10717>

18. Consecuencias psicológicas de la cuarentena y el aislamiento social durante la pandemia de covid-19. *Rev Cuba Salud Publ*, 20(3), 121.
<https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/revsalud/a.10717>

19. Mendoza León L., Del Río González M. y Mera Valderrama M. (2022), Niveles de ansiedad durante el confinamiento obligatorio por covid-19, en estudiantes de una universidad estatal del caribe Colombiano, 25 (47), 20.
<https://doi.org/10.17081/psico.25.47.4421>

20. Molano Tobar, N. J., Vélez Tobar, R. A., & Rojas Galvis, E. A. (2023). Estrés percibido durante la pandemia del COVID-19 en estudiantes universitarios de Popayán (Colombia). *Psicología y Salud*, 32 (3), 82–90.
<https://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/2793>

21. Quintero López, C., & Gil Vera, V. D. (2021). Depresión en estudiantes universitarios derivada del Covid-19: un modelo de clasificación. *Cuadernos*

hispanoamericanos de psicología, 21(1), 1–15.

<https://doi.org/10.18270/chps.v21i1.3712>

22. Roman, J., M., Roman (2020). Educación superior en tiempos de pandemia, Covid

19. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*, 50, 13-40.

<https://www.redalyc.org/jatsRepo/270/27063237017/html/index.html>

23. Rodríguez Jiménez, A., & Pérez Jacinto, A. O. (2017). Métodos científicos de

indagación y de construcción del conocimiento. *Revista Escuela de Administración de Negocios*, 82, 175–195. <https://doi.org/10.21158/01208160.n82.2017.1647>

24. Dagnino, P., Gómez-Barris, E., Gallardo, A. M., Valdes, C., De La Parra, G., Elyna

Gómez-Barris, A., María Gallardo, C., De, G., & Parra, L. (n.d.). (2017)

Dimensiones de la experiencia depresiva y funcionamiento estructural: ¿Qué hay en la base de la heterogeneidad de la depresión? *Revista argentina de clínica*

psicológica, 26(1), 83-94. [http://midap.org/wp-content/uploads/2015/04/Dagnino-et-](http://midap.org/wp-content/uploads/2015/04/Dagnino-et-al-2017-Dimensiones-de-la-experiencia-depresiva-yRACP_VOL26_NUM1_PAG83.pdf)

[al-2017-Dimensiones-de-la-experiencia-depresiva-](http://midap.org/wp-content/uploads/2015/04/Dagnino-et-al-2017-Dimensiones-de-la-experiencia-depresiva-yRACP_VOL26_NUM1_PAG83.pdf)

[yRACP_VOL26_NUM1_PAG83.pdf](http://midap.org/wp-content/uploads/2015/04/Dagnino-et-al-2017-Dimensiones-de-la-experiencia-depresiva-yRACP_VOL26_NUM1_PAG83.pdf)