



Universidad de la República

Facultad de Psicología

Trabajo final de grado

Proyecto de investigación

Adolescencia en época de pandemia

Los efectos que tuvo la pandemia por COVID-19 en adolescentes de un liceo en Montevideo, Uruguay.

Estudiante: Valeria Cadur Morales

CI.5.077.830-8

Tutora: Graciela Loarche

Revisora: Alejandra Arias

Julio 2023

Índice

Resumen	2
Fundamentación y antecedentes	3
Marco Conceptual	10
Desastres	10
Pandemia	11
Salud mental y problemas de salud mental	12
Adolescencia	13
Capacidad de afrontamiento	14
Problema y preguntas de investigación	15
Objetivos	17
Metodología	17
Participantes	19
Análisis de datos	20
Limitaciones	20
Aspectos éticos	20
Cronograma	21
Resultados y plan de difusión	22
Referencias	23

RESUMEN

El presente proyecto de investigación tiene el objetivo de indagar cómo la pandemia por COVID-19 afectó a la salud mental de los adolescentes de un liceo en la ciudad de Montevideo. Se hará énfasis en los aspectos emocionales, como se vieron afectados y de qué manera afrontaron la situación. Los instrumentos a utilizar serán: el cuestionario adaptado de estrés, emociones y afrontamiento (CEEA) del modelo de Lazarus y Folkman, el cual indaga qué emociones se presentan ante un evento adverso y los estilos de afrontamiento. Como segundo instrumento se implementará la entrevista semidirigida. Se partirá de conceptos claves como: desastres; pandemia; salud mental; adolescencia y capacidad de afrontamiento.

Dicho proyecto se enmarca dentro del trabajo final de grado de la Licenciatura en Psicología de la Universidad de la República.

Palabras Clave:

Adolescencia. Desastres. COVID-19. Afrontamiento. Emociones

FUNDAMENTACIÓN Y ANTECEDENTES

El trabajo pretende conocer los efectos psíquicos de la pandemia del coronavirus de 2019 (en adelante será referido como COVID-19 por su sigla en inglés) en adolescentes uruguayos entre 16 y 18 años. Atender esta problemática resulta de importancia para lograr comprender y elaborar abordajes clínicos pertinentes. Para ello se hace necesario presentar el contexto del COVID-19 y sus antecedentes.

El 31 de diciembre del 2019 las autoridades sanitarias de China elevaron un informe a la OMS notificando de una serie de casos de neumonía atípica en la ciudad de Wuhan, China. Días después, se anuncia el primer caso fuera de China, el 13 de enero se presenta el primer caso en Tailandia, lo cual pone en alerta a las autoridades de la OMS debido a su alto índice de contagio (Mojica y Morales 2020). A un mes del comienzo del primer brote, se lo comienza a conocer como COVID-19.

Según la OMS (2020) se trata de una enfermedad infecciosa causada por el virus SARS-CoV-2, perteneciente a la familia de los coronavirus. La mayoría de las personas que contraen la enfermedad cursan una infección respiratoria leve a moderada, sin embargo un porcentaje de los pacientes requieren ingreso a un centro de atención médica ya que tienen mayor riesgo de presentar complicaciones.

El 11 de marzo la OMS declara el brote como pandemia. En el momento que se declara pandemia, el COVID-19 se encuentra en su pico máximo de contagios en Europa y Estados Unidos. El 13 de marzo se comunica a la población Uruguaya el primer caso de COVID-19 dentro del país, declarando este mismo día el estado de emergencia sanitaria. Consecuentemente se imponen medidas restrictivas para contener la ola de contagios y evitar la saturación de los centros de salud; ya que esto implica déficit en los recursos materiales y humanos para brindar una asistencia de calidad a la población.

Como primera medida se cierran las fronteras para contener la circulación comunitaria del virus. En segundo lugar se crea el Grupo Asesor Científico Honorario (GACH), el mismo se conforma con científicos experimentados en el área para asesorar al gobierno en relación al control de la enfermedad en el país.

En Uruguay se toman una serie de medidas las cuales implican entre varias cosas el fortalecimiento del sistema de salud, sistema de vigilancia epidemiológica y capacidad de mayor pruebas diagnósticas, estas medidas son de responsabilidad exclusiva del gobierno, sin embargo hay medidas que incluye a la población como principal ejecutante. Con el objetivo de controlar la circulación sin imponer un confinamiento obligatorio, se aplicó la siguiente medida: confinamiento voluntario en base a la responsabilidad ciudadana .

El eslogan, quédate en casa, es una forma de controlar el movimiento poblacional sin imponer una medida obligatoria, se incluye al ciudadano en estas medidas otorgándole cierta responsabilidad ante la posibilidad de mayor contagios en caso de no cumplir con el confinamiento.

Se puede pensar en base a los datos obtenidos en cuanto a la curva de contagios en Uruguay esta medida funciona de alguna manera controlando progresivamente el contagio. Al tomar esta medida se ven afectadas otras cuestiones del orden de lo económico, de lo social y de lo psíquico.

En los primeros meses gran parte de la población realiza el confinamiento voluntario, en consecuencia a que gran parte de las actividades se realizan de forma virtual. El ámbito académico recurre a la virtualidad al igual que algunas empresas hacen uso del teletrabajo, mientras que otras actividades no se pueden llevar a cabo de forma virtual, cerrando sus puertas y enviando a sus trabajadores al seguro de desempleo.

El periodo de confinamiento voluntario supone, romper con rutinas, distanciamiento físico de amigos y familiares, la convivencia a toda hora con pareja/hijos/con quien se comparte hogar y en algunos casos reducción o pérdida de ingresos mensuales. Estos aspectos provocan miedo, angustia, irritación, tristeza. El hecho de que este confinamiento es de duración incierta incrementa los niveles de estrés debido a que el sujeto carece de información clara sobre la duración de la reclusión, esto hace que los niveles de estrés y ansiedad se vean incrementados (Cabrera 2020). Según el autor se ha comprobado que el tiempo prolongado de reclusión produce daños psicológicos temporales y en algunos casos permanentes. Estrés, confusión, irritabilidad y tristeza son efectos que pueden aparecer en situaciones de soledad, incertidumbre, desinformación o exceso de información. Otro factor que aparece como causante de daño mental según Cabrera (2020) es la comunicación e interacción interpersonal, el ser humano es un ser social y necesita del contacto con los otros, no obstante la convivencia en exceso y falta de espacio vital puede llegar a causar consecuencias psíquicas.

La época en la cual cada pandemia surge condiciona las características de la misma, para el COVID-19 no es la excepción. Se presenta y desarrolla en una sociedad hiperconectada, esto significa, en palabras de Vargas (2022) que la sociedad se encuentra “unida por la red”, es decir, que hay una gran cantidad de personas conectadas a internet de forma voluntaria o involuntaria que hace que se tenga acceso a información al instante y casi ilimitadamente (p.43). Estas y otras características hacen de dicha pandemia un caso particular, sin precedentes.

Dada su reciente aparición deja un sinfín de interrogantes en cuanto al efecto que puede presentar en el adolescente a nivel físico, psicológico y emocional así como en la forma de relacionarse y ver el mundo. Los estudios científicos sobre la misma son escasos y muy recientes por lo cual es de gran importancia contribuir a las líneas de investigación.

El proyecto se centra en el grupo etario de 16 a 18 años, en el cual la transición de la niñez a la adultez le imprime una profunda reestructuración de su identidad, dado que implica cambios a nivel corporal, sexual, psíquicos y en la forma de vincularse tanto con sus pares, sus mayores y su entorno (Banchemo, 2014, p. 6). Según Capozzi y Suarez (2021) ante un evento como la pandemia surgen interrogantes acerca de cómo se da el proceso por el cual transitan los adolescentes en este contexto. ¿De qué forma afecta el aislamiento y la lejanía con sus pares? ¿La tecnología puede suplantar y servir como herramienta que colabore con estos vínculos? ¿La convivencia diaria con los cuidadores dificulta la reelaboración del vínculo? (p.145) Estas interrogantes planteadas por los autores mencionados ayudan a pensar esta etapa vital en un determinado contexto.

Desde el año 2020 en adelante supone enfrentar modificaciones en su vida cotidiana, consecuencia de las restricciones impuestas. En este contexto los adolescentes deben plantearse diferentes formas de afrontamiento para sobrellevar la situación, esto involucra respuestas cognitivas, emocionales y conductuales (Harvey et al., 2021).

A partir de fines del 2019 y principios del 2020 se comienzan a realizar investigaciones en relación a la pandemia por COVID-19, las mismas se ven limitadas debido a la reciente aparición del virus, su gran capacidad de propagación y su mantenimiento en el tiempo. A continuación se presenta una síntesis.

En esta etapa vital los sujetos se encuentran habitualmente al cuidado de un tercero dado que se encuentran desarrollando su autonomía. Esto lleva a que cuando sus referentes se ven afectados en diversos ámbitos repercute en el adolescente. A consecuencia de la pandemia se dan situaciones tales como pérdida de empleo, falta de recursos económicos, cansancio, estrés, ansiedad y depresión, que afectaron la vida de los adultos e hicieron que los adolescentes quedarán expuestos y vulnerables (Martínez y Olea 2021). En ocasiones se presenta la idea que ante eventos extremos los adolescentes no sufren las

consecuencias psicológicas de la misma forma que los adultos, sin embargo se ha comprobado que ante eventos de tal magnitud se ven afectados de igual forma o peor, actualmente son considerados grupo de alto riesgo en caso de desastres/catástrofes (Castaño 2013, p. 8).

Por lo anterior mencionado es que se deben realizar planificaciones e intervenciones donde tomen en cuenta este aspecto de los adolescentes; Para un abordaje efectivo se debe dar importancia a la palabra de los protagonistas, según Martínez y Olea (2021) la participación de los adolescentes en diversos ámbitos pueden enriquecer a desarrollar su capacidad de reflexión, diálogo, manejo de emociones y sentimientos, sacándolos del lugar de pasividad en el que son ubicados habitualmente.

En el 2021 se realiza una investigación situada en México. El objetivo es analizar experiencias de adolescentes latinoamericanos en relación a la pandemia por COVID-19. Se utiliza un método cualitativo trabajando desde grupos focales en intervenciones mediante la plataforma ZOOM®. Como punto de partida se realizan preguntas sobre su experiencia en pandemia, qué aprendizajes les dejó la crisis y qué aportes realizarían a los adultos para regresar a la nueva normalidad. Se obtuvo evidencia del impacto que genera la pandemia sobre esta población, como principal resultado se destaca la preocupación por la ausencia de estrategias para atender sectores vulnerables de la sociedad. Esto demuestra un interés ante las problemáticas actuales de posicionarse en un rol activo dentro de la sociedad.

Un equipo de profesionales colombiano lleva a cabo una investigación publicada en el 2021, focalizada en las estrategias de afrontamiento y resiliencia en adolescentes en contexto de pandemia. Se incluyen 145 participantes de entre 11 y 19 años, se les aplican una serie de cuestionarios con los cuales se busca identificar la correlación entre las variables eventos vitales estresantes, estrategias de afrontamiento y resiliencia.

La exposición de los adolescentes a estresores en contexto de pandemia, conjuntamente con un afrontamiento poco efectivo de los mismos puede desencadenar consecuencias tales como trastornos de conducta, agresividad, mala comunicación, bajo rendimiento académico, expresiones de ira y hostilidad (Harvey et al.,2021).

Según los autores hay tres posibles estrategias de afrontamiento: A) Estilo productivo, estrategias de búsqueda de apoyo, resolver problemas. B) Estilo no productivo, estrategias de evitación, autoinculparse, no poder hacer frente a los problemas. C) Estilo de afrontación en referencia a otros, búsqueda de apoyo social, espiritual, profesional. (Harvey et al., 2021, p. 3)

La investigación comprueba que a mayor capacidad de resiliencia se favorece la capacidad de adaptación positiva ante la adversidad, beneficiando la estabilidad y el bienestar psicológico de los adolescentes. (Harvey et al. 2021, p. 11)

Por otro lado, una investigación situada en Ecuador en 2022, la cual tiene como objetivo principal, conocer los niveles de afectividad, dificultades de regulación emocional y salud mental en una muestra de 1154 adolescentes de entre 14 a 19 años, de los cuales 67,7% eran mujeres y 32,3% eran hombres. (Zumba y Moreta 2022)

Para lograr los objetivos se realizan cuatro cuestionarios: Escala de afectos positivos y negativos; Escala de dificultades en la regulación emocional; Cuestionario de salud de Goldberg en la versión de 28 ítems; Escala de estrés percibido.

Los resultados revelaron que los síntomas que se manifiestan mayormente son somatización, ansiedad e insomnio, disfunción social y en menor medida depresión.

En el primer trabajo expuesto, realizado en México, se pone de manifiesto la conciencia de afectación en la población adolescente y que si se les brinda el lugar para que puedan expresarse y manifestar sus emociones probablemente hagan uso del mismo.

En España se lleva a cabo un estudio en el año 2020 que indaga el impacto psicológico durante el confinamiento en la adolescencia y la adultez emergente. La investigación tiene un total de 399 participantes residentes de España y de República Dominicana, de los cuales 38 son adolescentes de 12 a 17 años.

Se utilizan cuatro escalas: escala de miedo a COVID-19, escala del impacto de eventos estresantes revisada, inventario breve de afrontamiento, cuestionario de capacidades y dificultades. Las mismas son implementadas a través de cuestionarios online.

Como resultados se obtiene que los niveles de estrés y miedo al COVID-19 de los adolescentes son más bajos en comparación con los adultos emergentes en ambos países. Dentro del grupo adolescentes la preocupación más alta es en los adolescentes de República Dominicana, mientras que en España los resultados reflejaron una menor preocupación hacia el virus. Según los autores esta diferencia puede explicarse debido a la falta de percepción de peligros que se tiene en esta etapa y las diferencias en cuanto al lugar de residencia debido a los sistemas sanitarios de cada país (Gomez et al. 2020). Otro de los resultados arrojó una diferencia en cuanto al género, se ve un mayor porcentaje de estrés y problemas emocionales en las mujeres que en los hombres.

Se considera que el menor número de adolescentes en relación con adultos es una limitante para este estudio, no obstante las diferencias culturales enriquecen el mismo para lograr una visión de las diferentes regiones.

Los estudios demostraron la importancia de proveer espacios de atención a la población adolescente brindándoles apoyo, contención y herramientas en esta etapa vital. Un abordaje integral previene y prepara al mismo para un mejor abordaje de las adversidades que se presentan. En el estudio presentado por Loarche et al. (2022) se llega a conclusiones similares, la investigación presentada plantea la percepción social del riesgo y creencias básicas en estudiantes de secundaria que vivieron el tornado de Dolores. Allí se

expresa que mediante un trabajo preventivo se puede reducir factores que producen vulnerabilidades, para esto la participación adolescente es de suma importancia para lograr una planificación estratégica y así construir territorios resilientes. (Loarche et. al 2022)

MARCO CONCEPTUAL

Desastres

Cuando se habla de desastres se puede definir en palabras de Lavell (2001):

“Situación o proceso social que se desencadena como resultado de la manifestación de un fenómeno de origen natural, tecnológico o provocado por el hombre que, al encontrar condiciones propicias de vulnerabilidad en una población, causa alteraciones intensas, graves y extendidas en las condiciones normales de funcionamiento de la comunidad; representadas de forma diversa y diferenciada por, entre otras cosas, la pérdida de vida y salud de la población; la destrucción, pérdida o inutilización total o parcial de bienes de la colectividad y de los individuos así como daños severos en el ambiente, requiriendo de una respuesta inmediata de las autoridades y de la población para atender los afectados y restablecer umbrales aceptables de bienestar y oportunidades de vida.” (Lavell, 2001, pág.18)

Las consecuencias sobre la salud mental habitualmente son infravaloradas si se compara con consecuencias económicas (Castaño, 2013) no obstante la preocupación por la misma ha ido en ascenso gracias a la concientización de su importancia. Se entiende que varias de las reacciones ante los desastres son reacciones normales y esperables, en un determinado periodo de tiempo, mientras que otras pueden presentarse como patologías mentales más frecuentes a largo plazo (Castaño, 2013). El personal que interviene en estos casos debe estar preparado para poder evaluar cada situación y abordarla de la manera más eficiente.

Cada desastre es único, condicionado por el contexto tiene diferentes consecuencias en la población, todas las sociedades están expuestas a riesgos en mayor o menor nivel. El grado de vulnerabilidad diferencia cómo impactan los desastres en distintos contextos, según Lavell (2001) se puede describir como la predisposición o susceptibilidad social, económica, física y política que tiene una comunidad de sufrir efectos adversos en caso de que se presente un desastre. A mayor vulnerabilidad mayor afectación tendrá la población.

Para lograr un adecuado abordaje ante estos eventos es necesaria una óptima gestión de riesgo, en palabras de Loarche et al., (2011) esto implica:

“la adopción de políticas, estrategias y prácticas (físicas, culturales, institucionales, económicas, etcétera) orientadas a reducir los riesgos de desastres o minimizar sus efectos. La gestión debe ser integral, abandonando la tradicional fragmentación temporal, espacial e institucional propia de la mayoría de las actuaciones”. (p. 72)

En el caso de la pandemia por COVID-19 el gobierno debe evaluar la amenaza, reconocer las vulnerabilidades y con qué capacidades contamos para hacer frente a la situación. La principal recomendación es el aislamiento para evitar contagios y así no sobrecargar los centros de salud.

Pandemia

Según la RAE se puede definir una pandemia como “enfermedad epidémica que se extiende a muchos países o que ataca a casi todos los individuos de una localidad o región” (Real academia española 2014). Anteriormente la humanidad transitó diferentes pandemias, cuatro de ellas fueron causadas por influenza y una por VIH. Cada una de ellas deja millones de fallecidos y consecuencias importantes a nivel mundial (Medina. J 2020)

Las principales características son el alto nivel de contagio, la rapidez con la cual se produce el mismo y el alcance a las diferentes regiones. A diferencia de las pandemias

anteriores, el COVID-19 se puede afirmar que es la primera que se presenta en un contexto con desplazamiento y conexiones instantáneas, facilitando así la propagación del virus con gran velocidad y haciendo que el mismo sea difícilmente controlable. Las consecuencias de una pandemia suelen afectar económica y socialmente, esto implica por parte de los estados formas de enfrentarla en varios niveles, uno de ellos que sufre gran repercusiones es la salud mental.

Salud mental y problemas de la salud mental

En Uruguay se presenta una de las tasas de suicidio mas alta a nivel continental, en el año 2021 se alcanzaron las 767 autoeliminaciones (Berriel. F, 2022). Lo cual presenta un contexto que se debe tomar en cuenta a la hora de ocuparse de la salud mental de la población. La salud mental se ve sumamente afectada por la pandemia, las consecuencias del virus (síntomas, aislamiento por contagio, pérdidas humanas, imposibilidad de despedirlas físicamente) y las medidas que toman para detener el contagio afectaron las psiquis de las personas ya que imposibilitaron la libertad y promovieron el aislamiento con el fin de detener la curva de contagios.

Consecuentemente tiene efectos en la salud mental de la población causando cuadros de estrés, ansiedad, depresión y consumo problemático de sustancias (Berriel. F, 2022). Siendo de mayor prevalencia según Robles (2021) en la población femenina, la cual presenta mayores síntomas a nivel de ansiedad, depresión, estrés postraumático y síntomas somáticos.

A nivel nacional se crea la línea de apoyo emocional 0800 1920 con el objetivo de contener y orientar a quien lo solicite, fue una línea gratuita que funcionó las 24 hs. Desde el 16/04/20 hasta 24/06/21 se recibieron un total de 29.400 llamadas (ASSE, 2021), lo cual demuestra la gran demanda de atención a la salud mental en Uruguay.

Adolescencia

Se puede definir la adolescencia como el periodo entre la niñez y el comienzo de la vida adulta, es un tránsito de una etapa vital hacia otra; la misma implica por sí misma un suceso vital estresante con cambios a nivel social, sexual, emocional, lo cual supone desafíos.

Según Pasqualini y Llorens (2010) el descubrimiento personal y establecimiento de identidad implica una transformación a nivel emocional, mientras que desde lo social se disminuye la dependencia con la familia de origen y se comienzan a forjar relaciones con los pares y personas externas a la familia. Estos últimos son las personas que el adolescente comienza a tomar como modelos, principalmente los pares marcan ciertos aspectos como los roles, formas de vestir, lenguaje y gestos en común (Pasqualini y Llorens 2010)

Según los autores la adolescencia es:

“es una etapa del ciclo vital donde hay retos y obstáculos significativos para el adolescente que se ve enfrentado al desarrollo, en primera instancia, de su identidad y a la necesidad de conseguir la independencia de la familia manteniendo al mismo tiempo la conexión y la pertenencia al grupo.”(Vinaccia et al., 2007, Pág 140)

El sujeto, se encuentra en procesos de cambios y transformación, implica la salida de lo endogámico a lo exogámico, es una etapa en la cual se comienzan a forjar relaciones por fuera del núcleo familiar que ayudará a formar la identidad del adolescente. Este proceso viene cargado de significaciones imaginarias que determinan formas de ser, valores y concepciones acerca de lo que se espera de los adolescentes. (Anzaldúa, 2012)

Este tránsito se da a través de instituciones, principalmente la familia y la educativa. En la adolescencia la educativa cobra relevancia, ya que mediante procesos de socialización funciona como regulador social (Varela, 2018). Es el espacio donde el adolescente comienza a relacionarse con el afuera, proyectándose hacia la vida adulta.

Otro de los actores principales en la vida del adolescente son los grupos de pares, estos forman parte de la vida del adolescente, son necesarios para el proceso de identificación, el sentimiento de pertenencia y formar vínculos por fuera de los familiares, es importante la existencia del mismo, al igual que el de la familia como forma de contención y apoyo para el desarrollo.

Capacidad de afrontamiento

El concepto de afrontamiento cobra importancia ya que es la forma de procesar y actuar frente a situaciones de adversidad, en este caso la pandemia por COVID-19. En situaciones adversas el bienestar personal del sujeto se condiciona por la manera que se afronta las mismas, es decir las respuestas que se dan ante los eventos problemáticos que se presentan en la vida del sujeto (Viñas et al., 2015).

Loarche (2015) menciona que cada individuo tiene un patrón personal de preferencia para afrontar las situaciones estresantes. Según los autores dependiendo como el adolescente afronta los acontecimientos, las consecuencias pueden ser negativas: ansiedad, depresión, fracaso escolar, o positivas: mayor bienestar, sensación de plenitud o buena adaptación al entorno social. (Viñas et al., 2015)

En esta etapa evolutiva el adolescente se enfrenta con retos que debe transitar, los nuevos roles sociales, cambios físicos, mayor exigencia nivel académico y mayor independencia del núcleo familiar (Viñas et al., 2015). Siguiendo en la línea de los autores, se plantea que dentro de la etapa de los 11 a 17 años hay una disminución del bienestar personal dado por el cambio de expectativas y la no satisfacción de ellas, el pesimismo ante los fracasos lo cual hace que los adolescentes disminuyen su bienestar personal alrededor de los 16 años (Viñas et al., 2015). Esto coloca al adolescente en un rol activo en el cual debe actuar en función de los cambios que se van dando, se pone en juego la forma de afrontar las situaciones propias de la etapa vital.

Según Lazarus y Folkman (citado por Veloso et al., 2010) una forma de definir el afrontamiento es: ``aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo´´. (Lazarus y Folkman, 1984, p.141)

El modelo propuesto por Lazarus y Folkman presenta dos tipos de afrontamiento. Por un lado está el afrontamiento focalizado en el problema el cual implica tratar de resolver el problema mientras que por otro lado está el afrontamiento focalizado en las emociones, este se basa en tratar de gestionar las emociones ante este problema (Veloso et al., 2010).

A las situaciones y cambios que se producen propios de la etapa vital antes mencionada se sumó una nueva situación adversa tal como lo fue el COVID-19. El cual afecta en la vida de todos incluyendo los adolescentes.

Extrapolando este modelo al caso del COVID-19 se puede ver que el afrontamiento basado en el problema, lease circulación comunitaria del virus y contagios; se basa en medidas de confinamiento, higiene de manos, uso de barbijo, entre otras siendo estas medidas de carácter general. En tanto que el afrontamiento de las emociones ante esta situación nueva y ajena se da de manera particular para cada individuo y según las herramientas con las que contaba.

PROBLEMA Y PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN

Los antecedentes y el marco teórico dan cuenta de que hay un campo por investigar en torno a la temática. El trabajo plantea como problemática central de la investigación qué consecuencias causó la pandemia por COVID-19 en los/las adolescentes montevideanos en la franja etaria entre 16 y 18 años del liceo Carlos Vaz Ferreira N°10.

La elección de la franja etaria se debe a que los/las participantes atraviesan la pandemia en las edades de 13,14 y 15 años, por lo cual se obtiene las vivencias de adolescentes que transitaron la pandemia durante su inicio a la adolescencia y actualmente comunicaran sus vivencias de este momento y actuales. Según Pasqualini. D y Llorens.A (2010) desde los 14 años a los 18 se transita por la adolescencia media la cual tiene como principales características el comienzo de las proyecciones a futuro, profundizar vínculos con los pares mientras que el vínculo con los adultos se torna hacia la confrontación (necesaria) y la búsqueda de la propia identidad. Durante estos años se produce la incertidumbre propia de la etapa ya que son grandes cambios que se presentan y que el adolescente debe afrontar con los recursos que cuente. El hecho de que en esta generación se acompañe de una pandemia, con las consecuencias que la misma conlleva, no debe ser ignorado.

En base a este problema se plantean las siguientes interrogantes, las cuales se intentará dar respuesta con la presente investigación:

¿De qué manera afectó la pandemia la salud mental de los/las adolescentes?

¿Cómo afrontaron la situación provocada por la pandemia?

¿Qué fortalezas y debilidades pueden referir en base a esta situación?

¿Qué emociones causó este evento?

¿Hay diferencias entre los estilos de afrontamiento de los adolescentes varones con las mujeres?

OBJETIVOS

Objetivo general:

-Indagar y describir los efectos que tuvo la pandemia por COVID-19 en la salud mental de adolescentes de un liceo de Montevideo, Uruguay, en el año 2023.

Objetivos específicos:

-Conocer qué aspectos de la salud mental, con énfasis en lo emocional, se vieron afectados por la pandemia.

- Advertir características propias de la pandemia que pudieron afectar a la población estudiada.

-Indagar si los estilos de afrontamiento presentados en los participantes durante la pandemia fueron centrados en el problema o en las emociones.

- Visibilizar diferencias en las emociones y el afrontamiento según el género.

METODOLOGÍA

Se lleva a cabo un estudio con un diseño mixto. Desde el enfoque cuantitativo la herramienta a utilizar es el cuestionario adaptado de estrés, emociones y afrontamiento (CEEA) del modelo de Lazarus y Folkman (Vega et al. 2012). Esta adaptación consta de 27 preguntas que indagan emociones positivas y negativas experimentadas ante situaciones estresantes y placenteras, a la vez que indaga los posibles estilos de afrontamientos planteados por los autores, por un lado centrado en la emoción mientras que por otro centrado en la acción.

Es un cuestionario de fácil aplicación y breve duración que es de utilidad para responder a los objetivos planteados. Las respuestas del mismo serán una herramienta clave para saber qué aspectos se deben profundizar en las entrevistas.

Desde el enfoque cualitativo se permite un diseño flexible del proyecto para la recopilación de datos (Taylor y Bogdan 1984). Se pretende indagar y documentar las experiencias de los adolescentes en el tránsito de la pandemia realizando entrevistas semidirigidas.

La entrevista semidirigida se caracteriza por tener un guión temático sobre lo que se quiere indagar, dejando abierta la posibilidad a acotaciones del entrevistado si así lo siente, le brinda libertad al adolescente para que pueda aportar datos que tal vez no son traídos por el entrevistador, siendo aun así valiosos. ``Presentan un grado mayor de flexibilidad que las estructuradas, debido a que parten de preguntas planeadas, que pueden ajustarse a los entrevistados. Su ventaja es la posibilidad de adaptarse a los sujetos con enormes posibilidades para motivar al interlocutor, aclarar términos, identificar ambigüedades y reducir formalismos.`` (Díaz et al., 2013, Pág.163).

Este tipo de entrevistas principalmente con adolescentes son de gran utilidad ya que se pueden presentar dificultades en torno a la forma de expresarse, los códigos lingüísticos manejados por los/las adolescentes pueden generar confusión en el entrevistador a la hora de comprenderlos, el mismo debe interrogar hasta lograr entender la expresión utilizada.

Las entrevistas se elaborarán manteniendo el hilo conductor del cuestionario con el objetivo de que sean complementarios. En primer lugar será aplicado el cuestionario recabando datos y luego serán llevadas a cabo las entrevistas brindándoles la oportunidad a los/las adolescentes de explayarse en sus respuestas.

Como procedimiento se presentará ante el comité de ética para obtener la aprobación. Luego de obtener la misma se realizará la aproximación a la institución mediante un

informe explicando el proyecto, los objetivos y las condiciones en las cuales se realizará. El mismo se presentará en una reunión con la dirección y el equipo de salud mental del liceo. A fines de sensibilizar sobre la temática, días previos se repartirán folletos informativos presentando e informando sobre la actividad y la finalidad de la misma, invitando a los adolescentes a participar de la misma, dejando en claro que no es una actividad obligatoria.

El cuestionario será aplicado durante una hora dentro del horario curricular pactado con la institución, en el cual se presentará el mismo a los/las estudiantes, se invitara a participar y el que lo desee lo completará. En el cuestionario se solicitará un teléfono de contacto para facilitar la comunicación a la hora de hacer entrevistas, asegurando la confidencialidad de la información. Luego del análisis de los cuestionarios se procederá a invitar a participar de la entrevista semidirigida.

El criterio es en base a las respuestas del cuestionario, los/las participantes que indiquen como suceso desagradable la pandemia y mayor nivel de estrés (de 7 en adelante) marcan el corte para la entrevista, la entrevista permite un rediseño en virtud de los intereses a indagar. El modo de realizar la entrevista (virtual o presencial) se coordina con el/la participante.

Participantes

Tomando en cuenta que se está ante un proyecto de corto alcance, los criterios de inclusión serán adolescentes de 16 a 18 años de edad que se encuentren cursando los años correspondientes al bachillerato en el liceo Carlos Vaz Ferreira N°10 de Montevideo. El objetivo es capturar sus vivencias durante el año 2020 en el cual se encontraban cursando 1°, 2° y 3° año. De esta forma permite una resignificación de las experiencias dando una perspectiva lineal del desarrollo de la pandemia en sus vidas. Esto permitirá tener un reflejo de cuál fue el primer impacto de la pandemia en sus vidas y cómo persiste afectando en el pasar del tiempo.

La cantidad de participantes se verá determinada por la aceptación de los mismos para participar del cuestionario, si bien se espera la participación de un mínimo de la tercera parte de los estudiantes que están cursando. De ser menor a la tercera parte el punto de corte de nivel 7 de estrés, se irá abarcando los niveles subsiguientes.

ANÁLISIS DE DATOS

Luego de tres meses de recabar datos o en caso de llegar a la saturación de datos en las entrevistas se llevará a cabo la transcripción de las mismas para digitalizar la información recabada. Esto permitirá una organización de los datos para el análisis.

Mediante el programa Excel se elaborará una base de datos. Los resultados del cuestionario serán expresados en porcentajes con el fin de obtener mayor claridad a la hora de su lectura. El análisis de las entrevistas se llevará a cabo mediante el software Atlas TI. En el mismo se organizarán categorías las cuales servirán de guías para el análisis de los resultados.

LIMITACIONES DEL PROYECTO

El proyecto será llevado a cabo únicamente por una investigadora, en un tiempo acotado lo cual condiciona el alcance que se pretende con el proyecto. Se debe prever problemas técnicos en el caso de las entrevistas que se realicen mediante la plataforma ZOOM®, así como limitaciones propias de la metodología que puedan presentarse. Debido a que no es un proyecto representativo de la población no permite extrapolar datos a la población adolescente general.

ASPECTOS ÉTICOS

El proyecto garantiza el cumplimiento de las normativas nacionales en relación a aspectos éticos en investigación: Ley N° 18.331 de Protección de Datos Personales y acción de

“Habeas Data” del 11 de agosto del 2008. La población con la cual se trabaja se trata de población vulnerable, lo cual implica que el consentimiento informado debe ser firmado en conjunto con el tutor/padre/madre del adolescente salvo en casos de sujetos con 18 años.

Se les solicita a los/las participantes la lectura del asentimiento informado para la participación. En el mismo se detalla el objetivo de la investigación y el uso que se le dará a los datos, los riesgos y beneficios, se especifica que no hay una remuneración y que en cualquier momento se pueden retirar si así lo desean.

Si bien no se busca la movilización de emociones, es un aspecto a tomar en cuenta, por lo cual se prevé la contención en caso de ser necesario. Previamente se acordará con el equipo psico social del liceo para lograr el acceso a la contención psicológica. Se garantiza la confidencialidad de los datos recabados siendo los mismos manipulados únicamente por la investigadora y debidamente archivados, para fines únicamente académicos.

CRONOGRAMA DE EJECUCIÓN

Tareas	M1	M2	M3	M4	M5	M6	M7	M8	M9	M10	M11	M12
Revisión marco teórico y antecedentes												
Ajustes del proyecto y creación de base de datos												
Presentación del proyecto a la institución y acuerdos de trabajo.												
Difusión e invitación a participar del proyecto.												

Aplicación de cuestionario y entrevista.												
Ingreso de información a la base de datos.												
Análisis, conclusión y elaboración de informe final.												
Difusión de resultados												

RESULTADOS ESPERADOS Y PLAN DE DIFUSIÓN

Se prevé cumplir con los objetivos planteados, logrando describir el impacto que tuvo y tiene la pandemia en los adolescentes, así como las emociones causadas y las estrategias de afrontamiento que se utilizaron. Sería esperable de acuerdo a la literatura planteada que en las respuestas se de cuenta de un espacio de diálogo y expresión en el cual se manifiesten sus vivencias. Por otro lado, es esperable una diferencia en cuanto al género en los niveles de estrés, siendo las mujeres mayormente afectadas. Se espera contribuir a las líneas de investigación que se estén desarrollando en esta temática, así como asentar un antecedente para futuras investigaciones.

Se realizará una instancia con la institución para informar los resultados obtenidos y un encuentro con los participantes para exponer los resultados e intercambiar opiniones y despejar dudas que puedan surgir. Se prevé realizar presentaciones en instancias académicas y se espera generar un artículo para la publicación en una revista científica.

REFERENCIAS

- Administración de los Servicios de Salud del Estado (2021). Línea de Apoyo Emocional 0800 1920 ha atendido 29.400 llamadas y continuará funcionando. <https://www.asse.com.uy/contenido/Linea-de-Apoyo-Emocional-0800-1920-ha-atendido-29-400-llamadas-y-continuara-funcionando-13109>
- Anzaldúa. E (2012) Infancias y adolescencias en el entramado de los procesos de subjetivación. Tramas 36. México. Recuperado de: <https://tramas.xoc.uam.mx/index.php/tramas/article/view/607>
- Banchero. S (2014). Adolescencia a través de los tiempos: Problematizando la adolescencia actual. Universidad de la República. Facultad de psicología. Montevideo
- Berriel. F (2022) Las secuelas de la pandemia: los efectos en la salud mental y sus desafíos. El observador <https://psico.edu.uy/presencias-en-medios/las-secuelas-de-la-pandemia-los-efectos-en-la-salud-mental-y-sus-desafios>
- Cabrera. E (2020). Actividad física y efectos psicológicos del confinamiento por covid-19. Facultad de Educación. Universidad de Alicante.
- Capozzi, Catalina y Suarez Tajés, Gonzalo Ariel (2021). Duelo adolescente: transitar la pérdida de lo infantil en tiempos de COVID-19. XIII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVIII Jornadas de Investigación. XVII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. III Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. III Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

- Castaño. T (2013). Impacto de los desastres en la salud mental de los niños y adolescentes. Trabajo fin de máster en análisis y gestión de emergencia y desastres. Universidad de Oviedo.
- Díaz.L, Torruco.U, Martínez.M, Varela.M (2013). La entrevista, recurso flexible y dinámico. Departamento de Investigación en Educación Médica, Facultad de Medicina, Universidad Nacional Autónoma de México, México D.F., México.
- Gomez.M, Gomez.P, Valenzuela.B (2020) Adolescencia y edad adulta emergente frente al COVID-19 en España y República Dominicana. Revista de psicología clínica con niños y adolescentes. Madrid, España.
- Harvey, J., Artega, K., Córdoba, K., Obando, L. (2021). Eventos vitales estresantes, estrategias de afrontamiento y resiliencia en adolescentes en contexto de pandemia. *Psicogente* 24(46), 1-17. <https://doi.org/10.17081/psico.24.46.4789>
- Lavell, A. (2001) Sobre la gestión de riesgo: Apuntes hacia una definición.
- Loarche, G. (2015) Impacto vital en experiencias extremas. Estudio sobre el trauma psicosocial de los habitantes de la ciudad de Young en relación al siniestro ferroviario del año 2006. Facultad de psicología. Universidad de la república.
- Loarche, G., Dutra, V., Pereira, M. (2022) Estudio sobre la percepción social del riesgo y las creencias básicas en estudiantes de educación media afectados por un tornado en Uruguay. *Salud comunitaria y sociedad. Revista académica*, volumen 9° , 78-93.
- Loarche, G., Piperno, A. y Sierra, P. (2011). Vulnerabilidad en las áreas inundables de la ciudad de Artigas. Impacto del evento del 2009. *Psicología, Conocimiento y Sociedad Uruguay. Facultad de Psicología*, 1(3), 71-94.

Martinez, P., Olea, F. (2021) Voces desde latinoamérica: Adolescentes ante la pandemia por COVID-19. Revista sobre la infancia y la adolescencia, 20, 78-95 - Abril 2021

Medina, J., (2020) Pandemia por SARS-CoV (COVID-19): Entre la incertidumbre y la fortaleza. Revista médica del Uruguay. Vol 36 N°2. Montevideo

Mojica, R., Morales, M. (2020). Pandemia COVID-19, la nueva emergencia sanitaria de preocupación internacional: una revisión. Medicina de familia SEMERGEN. México.
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1138359320301714?via%3Dihub>

Pasqualini, D. Llorens, A., (2010) Salud y bienestar de los adolescentes y jóvenes: una mirada integral. Facultad de medicina. Universidad de Buenos Aires.

Real academia española (2014). Pandemia.<https://dle.rae.es/pandemia>

Robles. J, (2021) Salud mental en tiempos de pandemia: la pandemia paralela.
<https://scielo.isciii.es/pdf/sm/v77n2/1887-8571-sm-77-02-69.pdf>

Sánchez, I. (2021) Impacto psicológico de la COVID-19 en niños y adolescentes. MEDISAN, 25(1), 123-141.

Taylor. S., Bogdan, R. (1984) Introducción a los métodos cualitativos de investigación. La búsqueda de significados. PAIDOS. España

Organización mundial de la salud (2020). Coronavirus.
https://www.who.int/es/health-topics/coronavirus#tab=tab_1

Varela, A. (2018) La pretensión normalizadora de las instituciones educativas y la patologización de la niñez. Trabajo final de grado. Universidad de la república.

- Vargas, L. (2022) Infoxicación en una sociedad hiperconectada, una mirada a Colombia. Revista Technol.Investig.Academia TIA, ISSN: 2344 -8288, Volumen 10 Número 1, pp. 38- 65. Bogotá Colombia.
- Vinaccia, S., Quiceno, J., Moreno, E. (2007) Resiliencia en adolescentes. Pág 140. Revista colombiana de psicología N°16 2007 ISSN 0121-5669 Bogotá Colombia PP 139-146 - 1 4 6
- Veloso, C., Caqueo, W., Caqueo, A., Muñoz, Z., Villegas, F. (2010) Estrategias de afrontamiento en adolescentes. Departamento de psicología. Universidad de Tarapacá.
- Viñas, F., Gonzalez, M., Garcia, Y., Malo, S., Casas, F. (2015). Los estilos y estrategias de afrontamiento y su relación con el bienestar personal en una muestra de adolescentes. Universidad de Giorina. <https://doi.org/10.6018/analesps.31.1.163681>
- Vega, Z., Muñoz, S., Berra, E., Nava, C., Gomez, G (2012) Identificación de emociones desde el modelo de Lazarus y Folkman: Propuesta del cuestionario (CEEA). Universidad autónoma de México. <https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2012/epi123n.pdf>
- Zumba, D., Moreta, R. (2022). Afectividad, dificultades en la regulación emocional, estrés y salud mental en adolescentes del ecuador en tiempos de pandemia del covid-19. Revista psicología de la salud, vol 10 Núm 1.