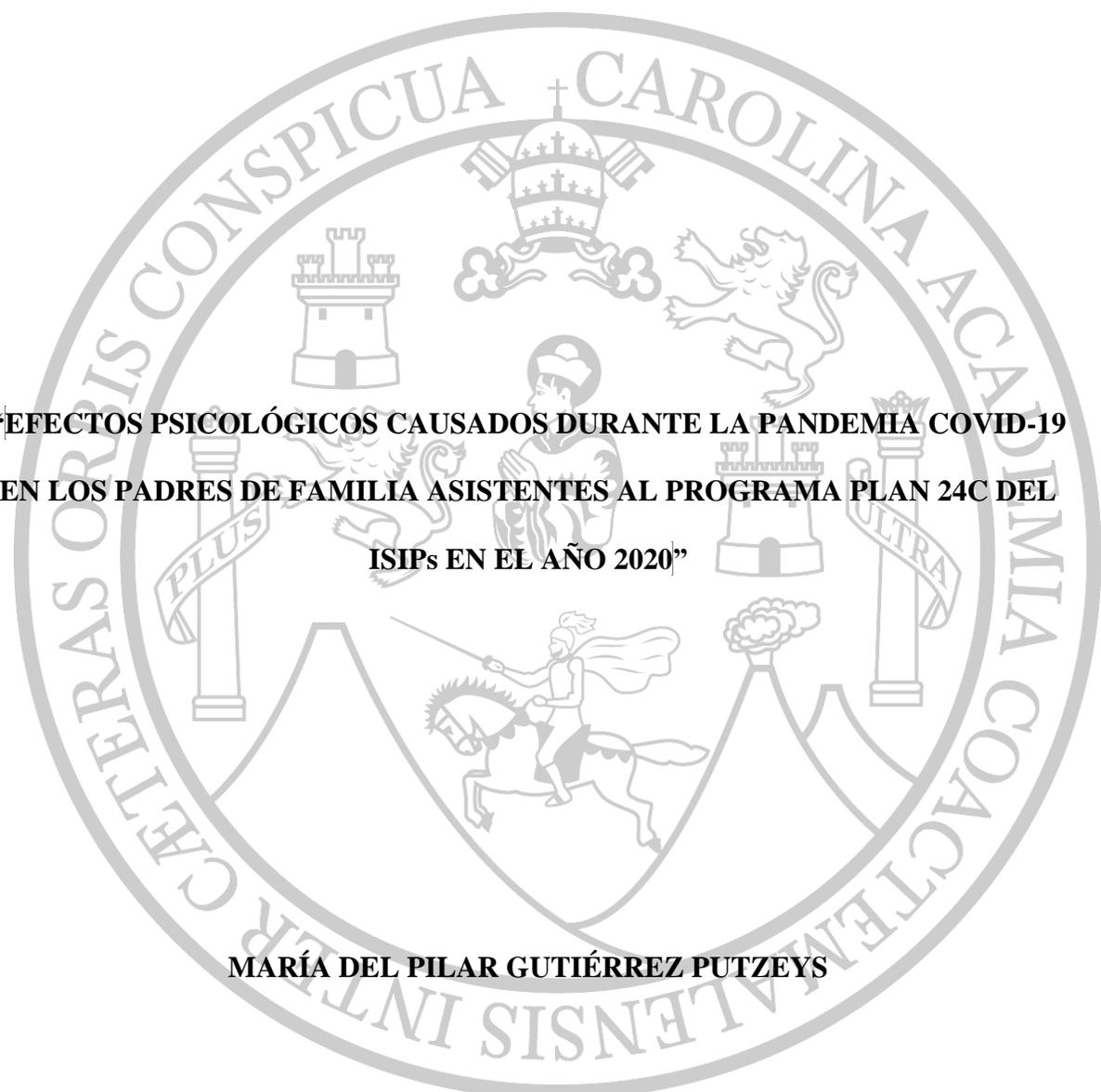


**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA**  
**ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**  
**CENTRO DE INVESTIGACIONES EN PSICOLOGÍA -CIEPs-**  
**“MAYRA GUTIÉRREZ”**



**“EFECTOS PSICOLÓGICOS CAUSADOS DURANTE LA PANDEMIA COVID-19  
EN LOS PADRES DE FAMILIA ASISTENTES AL PROGRAMA PLAN 24C DEL  
ISIPs EN EL AÑO 2020”**

**MARÍA DEL PILAR GUTIÉRREZ PUTZEYS**

**GUATEMALA, SEPTIEMBRE 2023 |**

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA**  
**ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**  
**CENTRO DE INVESTIGACIONES EN PSICOLOGÍA -CIEPs-**  
**“MAYRA GUTIÉRREZ”**

**“EFECTOS PSICOLÓGICOS CAUSADOS DURANTE LA PANDEMIA COVID-19  
EN LOS PADRES DE FAMILIA ASISTENTES AL PROGRAMA PLAN 24C DEL  
ISIPs EN EL AÑO 2020”**

**INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN PRESENTADO AL HONORABLE  
CONSEJO DIRECTIVO DE LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**

**POR**

**|MARÍA DEL PILAR GUTIÉRREZ PUTZEYS |**

**PREVIO A OPTAR AL TÍTULO DE  
PSICÓLOGA  
EN EL GRADO ACADÉMICO DE**

**|LICENCIADA |**

CONSEJO DIRECTIVO  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA

M.A. Mynor Estuardo Lemus Urbina.

**DIRECTOR**

Licenciada Julia Alicia Ramírez Orizábal de León.

**SECRETARIA**

M.A. Karla Amparo Carrera Vela.

M. Sc. José Mariano González Barrios.

**REPRESENTANTES DE LOS PROFESORES**

Viviana Raquel Ujpán Ordóñez.

Nery Rafael Ocox Top.

**REPRESENTANTES ESTUDIANTILES**

M.A. Olivia Marlene Alvarado Ruiz.

**REPRESENTANTE DE LOS EGRESADOS**



Cc. Archivo

CIEPS. 016-2023

Reg. 049-2022

CODIPs. 1425-2023

ORDEN DE IMPRESIÓN INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN

22 de agosto de 2023

Estudiante

**Maria del Pilar Gutiérrez Putzeys**

Escuela de Ciencias Psicológicas

Edificio

Estudiante **Gutiérrez Putzeys:**

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el **Punto DÉCIMO CUARTO (14º.)** del **Acta CUARENTA Y UNO - DOS MIL VEINTITRÉS (41-2023)**, de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 14 de agosto 2023, que copiado literalmente dice:

**"DÉCIMO CUARTO:** Se conoció el expediente que contiene el Informe Final de Investigación, titulado: **"EFECTOS PSICOLÓGICOS CAUSADOS DURANTE LA PANDEMIA COVID-19 EN LOS PADRES DE FAMILIA ASISTENTES AL PROGRAMA PLAN 24C DEL ISIPS EN EL AÑO 2020"** de la carrera de Licenciatura en Psicología, realizado por:

**Maria del Pilar Gutiérrez Putzeys**

Registro Académico 2016-04872

CUI: 3001-79030-0101

El presente trabajo fue asesorado durante su desarrollo por **M. Sc. Maria Isabel González Mazate** y revisado por **Licenciado Marco Antonio de Jesús García Enríquez**.

Con base en lo anterior, el Consejo Directivo **AUTORIZA LA IMPRESIÓN** del Informe Final para los trámites correspondientes de Graduación, los que deberán estar de acuerdo con el Instructivo para Elaboración de Investigación de Tesis con fines de Graduación Profesional".

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

Licenciada Julia Alicia Ramirez Orizabal de León  
SECRETARIA



/Bky



UGE-221-2023



Guatemala, 16 de agosto del 2023

**Señores**  
**Miembros del Consejo Directivo**  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
CUM

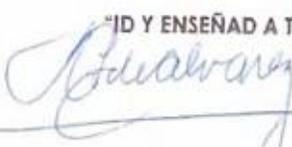
Señores Miembros:

Deseándoles éxito al frente de sus labores, por este medio me permito informarles que de acuerdo al Punto Tercero [3º.] de Acta 38-2014 de sesión ordinaria, celebrada por el Consejo Directivo de esta Unidad Académica el 9 de septiembre de 2014, la estudiante, **MARÍA DEL PILAR GUTIÉRREZ PUTZEYS, CARNÉ NO. 3001-79030-0101, REGISTRO ACADÉMICO No. 2016-04872 y Expediente de Graduación No. L-39-2021-C-ÉPS,** ha completado los siguientes Créditos Académicos de Graduación:

- 10 créditos académicos del Área de Desarrollo profesional
- 10 créditos académicos por trabajo de graduación
- 15 créditos académicos por realizado Ejercicio Profesional Supervisado -EPS- respectivamente.

Por lo antes expuesto, en base al **Artículo 53 del Normativo General de Graduación**, solicito sea extendida la **ORDEN DE IMPRESIÓN** del Informe Final de Investigación **"EFECTOS PSICOLÓGICOS CAUSADOS DURANTE LA PANDEMIA COVID-19 EN LOS PADRES DE FAMILIA ASISTENTES AL PROGRAMA PLAN 24C DEL ISIPs EN EL AÑO 2020"**, mismo que fue aprobado por la Coordinación del Centro de Investigaciones en Psicología -CIEPs- "Mayra Gutiérrez" el **27 de MARZO** del año 2023.

Así mismo se hace constar que la estudiante **ALBA LUCIA ARANA ORTÍZ, CARNÉ NO. 2916-22895-0101, REGISTRO ACADÉMICO No. 2015-12545 y Expediente de Graduación No. L-26-2021-C,** participó en el mismo proceso de investigación y hará su trámite de graduación cuando complete su expediente de graduación.

"ID Y ENSEÑAR A TODOS"  
  


**M.A. MAYRA LUNA DE ÁLVAREZ**  
COORDINACIÓN  
UNIDAD DE GRADUACIÓN  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

Lucía, G.  
CC. Archivo



INFORME FINAL

Guatemala, 02 de mayo de 2023

Señores  
Consejo Directivo  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Centro Universitario Metropolitano

Me dirijo a ustedes para informarles que el licenciado **Marco Antonio de Jesús García Enríquez** ha procedido a la revisión y aprobación del **INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN** titulado:

**“EFECTOS PSICOLÓGICOS CAUSADOS DURANTE LA PANDEMIA COVID-19 EN LOS PADRES DE FAMILIA ASISTENTES AL PROGRAMA PLAN 24C DEL ISIPs EN EL AÑO 2020”.**

**ESTUDIANTES:**  
María Del Pilar Gutiérrez Putzeys  
Alba Lucía Arana Ortiz

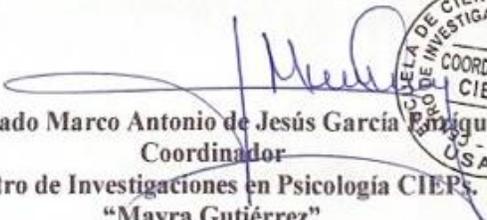
**DPI. No.**  
3001790300101  
2916228950101

**CARRERA:** Licenciatura en Psicología

El cual fue aprobado el 27 de marzo del año en curso por el Centro de Investigaciones en Psicología CIEPs. Se recibieron documentos originales completos el 02 de mayo del 2023, por lo que se solicita continuar con los trámites correspondientes.

Atentamente,

**“ID Y ENSEÑAD A TODOS”**

  
Licenciado Marco Antonio de Jesús García Enríquez  
Coordinador  
Centro de Investigaciones en Psicología CIEPs.  
“Mayra Gutiérrez”



c. archivo

CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-  
9ª. Avenida 9-45, zona 11  
Teléfono Planta 24187530



Guatemala, 02 de mayo de 2023

Licenciado Marco Antonio de Jesús García Enriquez  
Coordinador  
Centro de Investigaciones en Psicología CIEPs  
Escuela de Ciencias Psicológicas

De manera atenta me dirijo a usted para informarle que he procedido a la revisión del INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN, titulado:

**“EFECTOS PSICOLÓGICOS CAUSADOS DURANTE LA PANDEMIA COVID-19 EN LOS PADRES DE FAMILIA ASISTENTES AL PROGRAMA PLAN 24C DEL ISIPs EN EL AÑO 2020”.**

**ESTUDIANTES:**

María Del Pilar Gutiérrez Putzeys  
Alba Lucía Arana Ortiz

**DPI No.**

3001790300101  
2916228950101

**CARRERA:** Licenciatura en Psicología

Por considerar que el trabajo cumple con los requisitos establecidos por el Centro de Investigaciones en Psicología, emito **DICTAMEN FAVORABLE** el 27 de marzo de 2023, por lo que se solicita continuar con los trámites respectivos.

Atentamente,

**“ID Y ENSEÑAD A TODO”**

Licenciado Marco Antonio de Jesús García Enriquez  
DOCENTE REVISOR



ISIPs 029-2023  
29 de marzo de 2023

Licenciado  
Marco Antonio García Enríquez  
COORDINACIÓN  
Centro de Investigaciones en Psicología  
-CIEPs- "Mayra Gutiérrez"  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Presente

Licenciado García:

Deseándole éxito al frente de sus labores, por este medio le informo que las estudiantes María del Pilar Gutiérrez Putzeys CUI 3001 79030 0101 y Alba Lucía Arana Ortiz CUI 2916 22895 0101, realizaron en esta institución entrevistas y cuestionarios a padres de familia de esta institución como parte del trabajo de Investigación titulado "Efectos psicológicos causados durante la pandemia COVID-19 en los padres de familia asistentes al Programa Plan 24 C de ISIPs el año 2020" en el periodo comprendido del 26 de julio 2020 al 20 de octubre de 2020.

Las estudiantes en mención cumplieron con lo estipulado en su proyecto de investigación, por lo que agradecemos la participación en beneficio de nuestra institución.

Sin otro particular, me suscribo,

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"



M. A. Claudia del Cid Alonso  
COORDINACIÓN ISIPs

C.c. Archivo  
Vlvth S.-

¡Trabajemos por la niñez guatemalteca!

9ª Av. 9-45 zona 11 Edificio "A" oficina 123, Teléfonos: 2418-7535, 2418-7551

Guatemala, 18 de Abril 2023

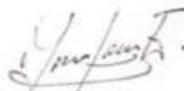
Marco Antonio de Jesús García Enríquez  
Coordinador  
Centro de Investigaciones en Psicología  
(CIEPs) "Mayra Gutiérrez"

Por este medio me permito informarle que he tenido bajo mi cargo la asesoría de contenido del informe de investigación titulado "Efectos psicológicos causados durante la pandemia Covid-19 en los padres de familia asistentes al programa plan 24 C del ISIPs en el año 2020" realizado por las estudiantes María del Pilar Gutiérrez Putzeys, CUI 3001-79030-0101 y Alba Lucía Arana Ortiz, CUI 29126-22895-0101.

El trabajo cumple con los requisitos establecidos por el Centro de Investigaciones en Psicología (CIEPs) "Mayra Gutiérrez", por lo que emito DICTAMEN FAVORABLE y solicito se proceda a la revisión y aprobación correspondiente.

Sin otro particular, me suscribo.

Atentamente,



Msc. María Isabel González Mazate  
Psicólogo y Orientador vocacional y laboral  
Colegiado 6,972  
Asesor de contenido

PADRINOS DE GRADUACIÓN

**POR María del Pilar Gutiérrez Putzeys**

**Héctor Fernando Gutiérrez Mendoza**

---

ABOGADO Y NOTARIO

COLEGIADO 2388

## ACTO QUE DEDICO

Por María del Pilar Gutiérrez Putzeys

A DIOS Por todas las bendiciones recibidas en estos 25 años y por acompañarme en todo momento.

A MIS PADRES Mario Roberto Gutiérrez y Ana Virginia Putzeys de Gutiérrez, por darme su amor, apoyo incondicional y por vivir esta experiencia conmigo. A ellos les debo este triunfo.

A MIS HERMANOS Pedro Pablo y Renata Gutiérrez, por todos los momentos compartidos y por darme la motivación de querer ser mejor cada día por ellos.

A MIS DOCENTES Por sus ejemplos, enseñanzas y conocimientos compartidos durante toda la carrera y, sobre todo, por ser gran pilar en mi formación profesional.

A MI ASESORA DE TESIS Licda. María Isabel González, por su valioso apoyo, motivación y disposición en la realización de este trabajo.

## AGRADECIMIENTOS

Por María del Pilar Gutiérrez Putzeys

Primero, doy gracias a Dios por permitirme alcanzar esta meta, por gozar de la oportunidad de convertirme en profesional después de la preparación y esfuerzo por años. Gracias a la Universidad de San Carlos de Guatemala por dotarme de conocimientos y experiencias en la carrera que un día escogí. Gracias a cada catedrático que fue parte de este proceso de formación y que me marcó de alguna forma. Siempre los recordaré.

Infinitas gracias a mi familia. A mi papá, que siempre me ha apoyado a perseguir mis sueños, a alcanzar mis objetivos y a ser mejor cada día. Gracias por ser ejemplo de lo que algún día quiero llegar a ser. A mi mamá, mi mayor ejemplo de superación y valentía, siempre a mi lado impulsándome cuando creía que ya no podía más. A mis hermanos, que siempre están conmigo en buenos y malos momentos, pretendo ser un ejemplo para que logren también lo que se propongan.

# Índice

Contenido

<b>Resumen</b>	1
<b>Prólogo</b>	3
<b>CAPÍTULO I</b>	5
<b>1.02 Objetivos</b>	8
<b>1.03 Marco teórico</b>	8
<b>ISIPs</b>	8
<b>Plan 24</b>	9
<b>Familia</b>	9
<b>Funciones de la familia</b>	10
<b>La familia desde la ecología del desarrollo humano</b>	11
<b>Pandemia Covid-19</b>	12
<b>Confinamiento</b>	14
<b>Aspectos psicológicos asociados a la pandemia Covid-19</b>	14
<b>Emociones</b>	15
<b>Tipos de emociones</b>	16
<b>Tristeza</b>	16
<b>Orientación biológica de las emociones</b>	17
<b>Cognición</b>	19
<b>Conductual</b>	21
<b>Factores que afectan el bienestar físico y psicológico</b>	22
<b>Bienestar Físico</b>	23
<b>Bienestar Psicológico</b>	24
<b>Factores que afectan el bienestar psicológico</b>	25
<b>Percepciones durante la pandemia y confinamiento</b>	27
<b>Factores de vulnerabilidad</b>	28
<b>Factores de protección</b>	30
<b>Afectación psicológica</b>	30
<b>Afectación específica</b>	32
<b>Afectación inespecífica</b>	32
<b>CAPÍTULO II</b>	35
<b>2. Técnicas e instrumentos</b>	35

<b>2.01 Enfoque y modelo de investigación</b>	35
<b>2.02 Técnicas</b>	35
Técnica de muestreo	35
Técnicas de análisis de datos	36
<b>2.03 Instrumentos</b>	36
<b>2.04 Operacionalización de objetivos, categorías/variables</b>	38
<b>CAPÍTULO III</b>	45
<b>3.01 Características del lugar</b>	45
3.01.02. Características de la muestra	49
<b>3.02 Presentación e interpretación de resultados</b>	50
<b>CAPÍTULO IV</b>	65
<b>Conclusiones</b>	65
<b>Recomendaciones</b>	66
<b>Referencias</b>	68
<b>Anexos</b>	75

## Resumen

La investigación realizada pretende identificar efectos psicológicos de tipo emocional, cognitivo y conductual que la pandemia a consecuencia del virus SARS-CoV

2 ocasionó en padres de familia asistentes al programa Plan 24 C durante el año 2020.

A través del estudio se precisó indagar sobre las variables contextuales a las que estuvieron expuestos los participantes utilizando herramientas cualitativas de investigación tales como una entrevista y un cuestionario que abordan aspectos relevantes de la vida diaria de los participantes como hábitos, actividades, percepciones propias, salud, etc.

La investigación utilizó un enfoque descriptivo fenomenológico, pues tomó en consideración las experiencias individuales de los participantes durante el confinamiento ocasionado por la pandemia COVID-19. Los padres de familia accedieron a participar de forma voluntaria y al analizar las respuestas obtenidas se realizó una transcripción literal de las respuestas con fines de nutrir la investigación exclusivamente.

El COVID-19 es una enfermedad ocasionada por el virus SARS-CoV-2, que en algunos casos puede ser una enfermedad mortal. Durante los últimos días del año 2019 se propagó rápidamente en los países del continente asiático especialmente, sin embargo, en enero de 2020 se tornó en una emergencia sanitaria a nivel mundial.

Las personas infectadas presentan síntomas comunes y el contagio se produce por la expulsión de gotículas y aerosoles. Una de las medidas implementadas para disminuir los contagios fue el uso de mascarillas en espacios cerrados, el distanciamiento y por supuesto, el confinamiento, que es la separación, aislamiento y restricción de la interacción social durante un tiempo indefinido con el fin de frenar los contagios.

Durante varios meses del año 2020 las familias permanecen confinadas en el hogar como una medida de protección sanitaria dictada por el Gobierno de Guatemala. Sin embargo, estas medidas ocasionaron en muchos casos inestabilidad económica por falta de empleo o actividades económicas debido al cambio de modalidad a trabajo remoto o cierre de operaciones de empresas pertenecientes a diversas líneas de negocio. También hubo deserción académica de estudiantes que no podían acceder a la modalidad de educación virtual, violencia intrafamiliar, ansiedad, tristeza, entre otros. Esto fue evidente en la población durante los meses que precedieron el primer contagio en Guatemala.

Durante la investigación se empleó un documento de consentimiento en el cual fueron aplicados los principios de bioética siendo el principio de la autonomía, por lo que se respetó a las personas y su individualidad, garantizando su autonomía, libertad y derecho a tomar decisiones durante el proceso de investigación. Se les invitó a formar parte del estudio y se les informó el objetivo al identificar los efectos psicológicos causados durante la pandemia covid-19. También se les explicó su rol al proporcionar datos a través de un cuestionario y encuesta con una duración entre 30 y 45 minutos.

Se puso en práctica el principio de la beneficencia al no comprometer el bienestar físico, psicológico y social de los participantes durante el proceso, protegiendo su identidad y los datos proporcionados en la investigación. El principio de la justicia garantizó que los participantes fueron parte de una investigación justificada, para la cual se llevó a cabo una selección de la población de forma equitativa respetando las diferencias culturales, sociales, de ideología, entre otros.

## Prólogo

El presente estudio pretende determinar el impacto psicológico durante la pandemia Covid-19 así como los factores que afectan el bienestar físico y psicológico en los padres de familia asistentes al plan 24 C. El diseño de la investigación fue descriptivo, fenomenológico con un enfoque cualitativo, ya que se enfocó en los discursos personales de los participantes. Los participantes del estudio son padres de familia que asistieron al plan 24 C de ISIPs en la Escuela de Ciencias Psicológicas. Como parte de los instrumentos a utilizar, el equipo de investigadoras creó una entrevista completa y un cuestionario digital, por medio de los cuales se obtuvieron datos importantes.

Según la OMS (Organización Mundial de la Salud), la salud mental es un componente integral y esencial. Una situación como la que se vive en la actualidad ha llevado a romper rutinas de forma abrupta y esto, a su vez, genera emociones como ansiedad, frustración, incertidumbre, etc. Como parte del objetivo de la investigación, se identificaron efectos psicológicos derivados del Covid-19 para ser tratados de forma adecuada y así fortalecer la resiliencia ante esta problemática.

Con esta investigación se beneficia a la población en general, ya que se brindan datos basados en percepciones y experiencias de padres de familia, para mejorar los sistemas de prevención de cuadros clínicos psicológicos y, a la vez, promocionar la salud mental de los guatemaltecos. Dentro de los aportes que el estudio brinda a ISIPs y a la Escuela de Ciencias Psicológicas, es ser una de las primeras investigaciones que contextualiza esta nueva situación del Covid-19 tomando como base el referente emocional. Al ser divulgados los resultados, se pretende que tengan un alcance mayor, más allá de la Universidad San Carlos de Guatemala e informar sobre esta problemática.

Agradecemos de todo corazón a los directivos de ISIPs, MA. Claudia del Cid por el espacio para llevar a cabo la investigación en el instituto. Al MA. Marco Antonio García y MA. María Isabel González por el tiempo y la dedicación al revisar y asesorar la elaboración del proyecto. Así como a los participantes por el tiempo, apertura y honestidad al ser parte de esta investigación.

# CAPÍTULO I

## 1.01 Planteamiento del problema

### Descripción del Problema

A finales del año 2019, surgió en Wuhan, China el primer brote de neumonía con causa desconocida, pues se había descartado que el causante fuera el SARS, el MERS, gripe, gripe aviar u otras enfermedades respiratorias comunes causadas por virus. Cada vez había más personas contagiadas en dicha región y se extendió a Tailandia y Japón. Por lo que la rápida expansión de la enfermedad hizo que la Organización Mundial de la Salud, el 30 de enero de 2020, la declarara una emergencia sanitaria de preocupación internacional.

El 11 de marzo, la enfermedad se hallaba ya en más de 100 territorios a nivel mundial y fue reconocida como una pandemia por la OMS. Para prevenir la expansión del virus, los gobiernos han impuesto restricciones de viajes, cuarentenas, confinamientos, aislamiento social, cancelación de eventos y cierre de establecimientos. La enfermedad es grave, ya que compromete el sistema respiratorio y, ocasionalmente, conlleva a la muerte.

El Covid-19 es una enfermedad infecciosa causada por el virus SARS-CoV-2. Los síntomas aparecen entre dos y catorce días, con un promedio de cinco días, después de la exposición al virus, estos son: tos seca, fiebre, fatiga, sensación de falta de aire, congestión nasal, dolor de garganta, pérdida o disminución del sentido del gusto y olfato, dolor de cabeza, diarrea, entre otros.

La transmisión del SARS-CoV-2 se produce mediante pequeñas gotas que se emiten al hablar, estornudar, toser o respirar, que al ser despedidas por un portador (que puede no tener síntomas de la enfermedad o estar incubando) pasan directamente a otra persona mediante la inhalación o quedan sobre los objetos y superficies que rodean al emisor. Posteriormente, se llevan a través de las manos, que lo recogen del ambiente contaminado, y toman contacto con las membranas mucosas orales, nasales y oculares, al tocarse la boca, la nariz o los ojos.

El contagio se puede prevenir con el lavado de manos frecuente o, en su defecto, por medio de la desinfección con alcohol en gel, al cubrir la boca al toser o estornudar y evitando el contacto cercano con otras personas, entre otras medidas profilácticas como el uso de mascarillas.

El coronavirus (Covid-19) puede resultar estresante para las personas. El temor y la ansiedad con respecto a una nueva enfermedad y lo que podría suceder es algo abrumador y genera emociones fuertes tanto en adultos como en niños. Las medidas de salud pública, como el distanciamiento social, pueden hacer que las personas se sientan aisladas y en soledad, también es posible que aumente el estrés y la ansiedad. Sin embargo, estas medidas son necesarias para reducir la propagación del virus.

El estrés durante el brote de una enfermedad infecciosa puede en ciertos casos incluir reacciones como:

- Temor y preocupación por la salud propia y de los seres queridos.

- Preocupación por la situación financiera o laboral o pérdida de servicios de apoyo de los que depende.
- Cambios en los patrones de sueño o alimentación.
- Dificultades para dormir o concentrarse.
- Agravamiento de problemas de salud crónicos.
- Agravamiento de problemas de salud mental.
- Mayor consumo de tabaco y/o alcohol entre otras sustancias.

La presente investigación con familias guatemaltecas abordó el sentimiento de tristeza que la pandemia conlleva y la forma en que compromete el ámbito económico, social, espiritual y, por supuesto, psíquico y emocional.

Tomando en cuenta la individualidad en el proceso, los participantes, padres y madres de familia guatemaltecos, compartieron voluntariamente y por decisión propia su experiencia ante la pandemia COVID-19. Hablaron de sus actividades, hábitos y forma de vida durante el confinamiento por la emergencia sanitaria. Tuvieron la posibilidad de decidir qué preguntas responder y qué aspectos de su vida compartir, así como en qué momento dejar de participar. Se les informó de los beneficios bilaterales de la investigación y del manejo, con dignidad y respeto, de la información obtenida. Aspectos que estuvieron presentes en todo momento.

## **1.02 Objetivos**

### **Objetivo general**

Aportar información cualitativa sobre las consecuencias psicológicas durante la pandemia Covid-19 en los padres de familia asistentes al programa plan 24 C en el Instituto de Servicio e Investigación Psicopedagógica-ISIPs en el año 2020.

### **Objetivos específicos**

- Identificar la tristeza como efecto psicológico y su impacto emocional, cognitivo y conductual durante la pandemia Covid-19 en los padres de familia.
- Describir las variables contextuales del estudio mediante la aplicación de la entrevista y el cuestionario.
- Explicar la tristeza y afectación psicológica durante la pandemia Covid-19 en los padres de familia.
- Socializar los resultados del estudio sobre la tristeza como efecto psicológico en los padres de familia asistentes al programa plan 24 C a través de procesos de divulgación.

## **1.03 Marco teórico**

### **ISIPs**

El instituto de Servicio e Investigación Psicopedagógico fue fundado en el año 1974 por estudiantes y docentes de la Universidad de San Carlos de Guatemala y fue autorizado el 11 de septiembre de 1977 por la Comisión Administradora de la Escuela de Ciencias Psicológicas. El primer nombre con el que se le identificó fue Centro de

Servicios Psicológicos Populares y posteriormente se le nombró como Centro de Servicio Psicológico de la Escuela de Ciencias Psicológicas de la Universidad de San Carlos de Guatemala CENCEPS. A partir del 12 de noviembre de 1983 se agregó el nombre “Mayra Vargas Fernández” en reconocimiento a una de las fundadoras estudiantiles.

Desde que inició brindó servicio psicológico a niños y niñas con problemas de aprendizaje escolar y padres de familia. Se centra en buscar ser un servicio psicopedagógico multidisciplinario centrado en el niño y en su contexto, con la finalidad de promover la formación profesional para el desarrollo nacional. Tiene como objetivo brindar asesoría psicopedagógica a la niñez guatemalteca que presenta dificultades en el aprendizaje, así como a padres de familia y docentes del nivel preprimario y primario, en el área urbana y rural, a través de la evaluación, detección, diagnóstico, tratamiento psicopedagógico y talleres de capacitación.

### **Plan 24**

Es un programa perteneciente a ISIPs dirigido a niños y niñas entre los 5 ½ a 12 años de edad que presentan dificultades en el aprendizaje de la lectura, escritura y matemática. Orienta a través de talleres de formación psicopedagógica a docentes, niñeras y padres de familia, cuyos hijos e hijas asisten al Plan 24 brindando estrategias para comprender y ayudar a sus hijos en las dificultades de aprendizaje que presentan.

### **Familia**

La familia es un sistema variable y adaptable que está en constante transformación. Corresponde a un grupo primario que forma parte de la sociedad. Los miembros que la conforman se unen a través del parentesco, aprenden a relacionarse de manera más

íntima y cercana e interaccionan individuos de varias edades y generaciones, cumpliendo funciones específicas según su etapa de evolución, estas funciones cumplidas por los miembros que la conforman están encaminadas en la protección psicosocial, y transmisión de cultura a través de la enseñanza- aprendizaje. (Losada, 2015)

La familia es una unidad social que se caracteriza por la unión de dos familias representadas en un tercer matrimonio. En la sociedad existe pluralidad de familias que dan origen a otras indefinidamente. Su origen es extenso y la definición de la misma puede variar de acuerdo a las culturas y épocas dando origen a múltiples perspectivas con respecto al concepto de familia. (Velasco H. Villalobos F., y Díaz A 2010)

Martín-Cala & Tamayo-Megret (2013) definen a la familia como: “Grupo humano consanguíneo y/o cohabitacional unido por un vínculo afectivo especial de familiaridad y sentido de pertenencia al mismo, el cual funciona en un contexto físico y psico-social más estrecho o más amplio en uno o en diferentes hogares”. Cumple por ende un papel crítico para el desarrollo de los conocimientos iniciales e identidad del ser humano a través de los lazos afectivos.

### **Funciones de la familia**

Ackerman (1966) citado por Valladares (2008) indica que la familia cumple con una serie de funciones tales como:

- 1) Cubrir las necesidades afectivas de sus integrantes.
- 2) Satisfacer las necesidades fisiológicas o de subsistencia.
- 3) Instaurar patrones de relaciones interpersonales. 4) Colaborar en el desarrollo individual de sus integrantes
- 5) Favorecer los procesos de socialización.

- 6) Alentar el aprendizaje y desarrollo de la creatividad.
- 7) Permite desarrollar un sistema de valores e ideología.

### **La familia desde la ecología del desarrollo humano**

Bronfenbrenner (1987) refiere que la ecología del desarrollo humano “Comprende el estudio científico de la progresiva acomodación mutua entre un ser humano activo, en desarrollo, y las propiedades cambiantes de los entornos inmediatos en los que vive la persona en desarrollo, en cuanto este proceso se ve afectado por las relaciones que se establecen entre estos entornos, y por los contextos más grandes en los que están incluidos los entornos” y sostiene que el ser humano se desarrolla en cuatro niveles o sistemas:

Microsistema: Está compuesto por relaciones interpersonales cercanas como la familia, formación académica, relaciones interpersonales con pares y experiencias con su entorno inmediato que influyen en su desarrollo de la identidad.

- Mesosistema: Es la relación entre dos microsistemas en los cuales el individuo participa activamente y que permite conectar dos entornos diferentes por ejemplo la relación entre las amistades y la familia del individuo.
- Exosistema: Consiste en el involucramiento del individuo en entornos sociales no inmediatos que a su vez influyen en sus microsistemas o en sí mismo.
- Macrosistema: Comprende la subcultura y cultura en el que se desenvuelve el individuo e incluye su sistema de creencias e ideología.

## **Pandemia Covid-19**

El concepto de pandemia por mucho tiempo se refirió a una epidemia que logra una expansión considerablemente amplia en un determinado tiempo. Sin embargo, actualmente se considera pandemia si además de su propagación vertiginosa esta implica severidad y letalidad en seres humanos ocasionando sentimientos de zozobra y desesperanza. (Rosselli, 2020).

Según Rosselli, 2020 la Organización Mundial de la Salud, en el año 2009, distingue seis fases de una pandemia, esto con el fin de organizar y planificar. Establece que este orden puede no ser el mismo en todos los casos. Durante la fase 1 se identifican virus potenciales que afecten a animales y cuenten con la posibilidad de afectar a seres humanos. No es hasta la fase 2 que se identifican personas afectadas por alguno de los virus anteriormente detectados; en la fase 3 se realiza un estudio y descripción de los grupos de personas afectados por el virus y sus características comunes. Generalmente para llegar a una fase 4 debe existir ya una infección de persona a persona o de forma comunitaria, esto debe notificarse inmediatamente a la Organización Mundial de la Salud quienes coordinan una intervención focalizada. Al llegar a la fase 5 puede suponerse que una pandemia puede ser inevitable, sin embargo, en la fase 6 es cuando se declara la existencia de la misma solamente si la transmisión comunitaria se da en países de dos o más regiones establecidas por la Organización Mundial de la Salud.

Según la Organización Mundial de la Salud (s.f.), el coronavirus es una enfermedad de tipo infeccioso descubierta recientemente. No fue hasta el pasado diciembre de 2019 que se descubrió tanto este nuevo virus como sus síntomas cuando se dio el brote en Wuhan, China. Los síntomas más comunes son fiebre y tos seca. Algunos individuos presentan

síntomas que son menos frecuentes como cambios de color de los dedos en manos y pies, dolor de garganta, congestión nasal, erupciones cutáneas, diarrea, dolor de cabeza, conjuntivitis y pérdida del olfato o gusto. Se conoce que 1 de cada 5 personas infectadas puede presentar un cuadro grave de la enfermedad, sobre todo si esta persona presenta condiciones previas que pueden complicar el curso del virus como diabetes, hipertensión, cáncer, y problemas cardíacos o pulmonares.

La propagación del virus puede producirse de persona a persona, a través de gotículas expulsadas por la persona infectada al toser, hablar o estornudar. Estas gotículas son relativamente pesadas, por lo que caen fácilmente y no permanecen en el aire, pero pueden permanecer en objetos. Si otra persona no infectada tiene contacto directo con estos objetos y toca su cara, ojos, boca o nariz puede infectarse inmediatamente.

El nuevo coronavirus (Covid-19) causa en las personas infectadas peculiares síntomas como altas temperaturas corporales, tos y afecta directamente al tracto respiratorio inferior. El origen exacto es impreciso y la transmisión es esencialmente ocasionada por el contacto humano, directo o cercano, que involucre a una persona infectada. La enfermedad pasa por tres fases diferenciables; la primera, se caracteriza por ser asintomática con o sin virus evidente en las pruebas diagnósticas; la segunda, es sintomática no grave con presencia del virus y sintomática con alta gravedad respiratoria y alta carga viral. (Lozada-Requena I., Núñez C. 2020)

El Covid-19 fue declarado oficialmente pandemia por la Organización Mundial de la Salud por afectar a más de 124 países. El virus que origina la enfermedad es el SARSCoV 2 el cual se caracteriza por una rápida propagación, lo que ha ocasionado que en la mayoría

de países implicados se restrinja la libre locomoción y las salidas a las calles sean limitadas. (Inchausti, F. 2020)

### **Confinamiento**

El confinamiento es la condición de aislamiento, separación y restricción de la socialización y el movimiento de personas para detener el contagio, a diferencia de la cuarentena que se caracteriza por la restricción de movimiento a personas que han estado expuestas a una enfermedad para reducir la posibilidad de contagio e infección a terceros mientras se confirma un diagnóstico. (Apaza et al., 2020).

El confinamiento o cuarentena impuesto por diferentes países del mundo fue establecido por largos períodos de tiempo lo cual puede ocasionar un impacto significativo en la salud mental de las personas. (Inchausti, F., García-Poveda, N.V., Prado-Abril, J. y Sánchez-Reales, S., 2020)

El confinamiento es definido por la Real Academia de la Lengua Española (2020) como: “Aislamiento temporal y generalmente impuesto de una población, una persona o un grupo por razones de salud o de seguridad.”

### **Aspectos psicológicos asociados a la pandemia Covid-19**

La afectación psicológica derivada del confinamiento a consecuencia de la pandemia Covid-19 está fuertemente relacionada al cambio repentino en los hábitos, por ejemplo: frenar actividades que forman parte de la rutina diaria de las familias, la adopción de hábitos alimenticios poco saludables, el sedentarismo, sobreexposición a las pantallas y

estar pendiente en exceso de medios de comunicación vulneran el bienestar de la población en el ámbito emocional, cognitivo y conductual. (Lasa et al., 2020)

Durante la pandemia y confinamiento la población experimentó miedo extremo al contagio, así como también incertidumbre, dificultades de tipo económico, problemas emocionales ocasionados por el confinamiento, pérdida de un ser querido, etc. Estas situaciones pueden afectar directa y potencialmente a las personas que forman parte del equipo encargado de dirigir la primera línea de defensa ante el virus, así como también las personas con psicopatología previa pueden ser vulnerables ante la situación de la pandemia COVID-19. Y en este caso particular, afectar a las familias completas, a cada miembro en las distintas esferas de las que es parte. (Inchausti, F., García-Poveda, N.V., Prado-Abril, J. y Sánchez-Reales, S., 2020)

## **Emociones**

Las emociones tienen un papel importante en la socialización, adaptación y respuesta del ser humano en determinados contextos, sus funciones primordiales son la ejecución conductual de un sujeto ante una situación específica, hay emociones que resultan positivas y negativas, pero todas cumplen funciones. (Chóliz, 2005)

Las emociones tienen una función adaptativa importante y estas se potencian cuando existen en el contexto situaciones que las detonan, ante la presión emocional intensa pueden aparecer emociones primigenias como el miedo, la ira, la tristeza, apego-cuidados, ansiedad a consecuencia de la separación, impotencia, frustración, culpa, irritabilidad, anestesia o hipostesia emocional. (Tizón, 2020)

## **Tipos de emociones**

Las emociones se dividen en positivas y negativas. Fredrickson (1998) citado por Morales & Barragán (2014) refiere que las cuatro emociones positivas principales son la alegría, el interés, el amor y la satisfacción. Estas desempeñan un papel importante en la optimización de la salud, el bienestar subjetivo y la resiliencia, de manera que las emociones positivas ayudan a brindar un sentido y significado positivo a los eventos cambiantes y negativos. En las emociones positivas predominan la sensación de placer o bienestar y satisfacción, al igual que las negativas son observables a través de las expresiones faciales.

Oblitas, Piqueras, Ramos & Martínez (2009) manifiestan que las emociones negativas son el miedo que se caracteriza por ser una respuesta natural desencadenada por una situación de amenaza y peligro físico o psíquico cuyo objetivo es brindar al organismo la energía necesaria para neutralizar dicha amenaza. La tristeza se caracteriza por ser provocada por una situación de pérdida, decepción o indefensión, la experiencia subjetiva comprende falta de ánimo, melancolía y desaliento. La ira es resultado de circunstancias que generan frustración, interrupción de la motivación e injusticias entre otros y se caracteriza por una elevada actividad neuronal y muscular acompañada de una sensación intensa de necesidad de actuar inmediatamente de forma verbal o física; El asco es una reacción ante estímulos desagradables, ya sea peligrosos o molestos siendo principalmente estímulos olfativos o gustativos y se caracteriza por la necesidad de evitar o alejarse del estímulo.

### **Tristeza**

La tristeza es una emoción que surge de una circunstancia o evento doloroso tales como la pérdida, un fracaso, resultado de sensaciones de incapacidad o a consecuencia de

una decepción y abarca sentimientos de soledad, apatía, autocompasión, desconsuelo, melancolía, pesimismo y desánimo, entre otros. Se manifiesta a nivel cognitivo con falta de motivación por tareas que antes producían satisfacción, se observan los eventos desde una perspectiva negativa y produce cambios a nivel de expresiones faciales y postura. La tristeza es positiva a nivel adaptativo al permitir al individuo expresar la emoción provocada por eventos negativos y siendo útil para las relaciones con otras personas, obteniendo el apoyo y comprensión de los mismos a la vez que prepara al individuo para afrontar el estrés. Greenberg y Paivo (1999) citados por Cuervo Izzedin (2007).

### **Orientación biológica de las emociones**

Charles Darwin y William James sentaron las bases primordiales para el estudio de las emociones en un plano biológico tanto desde la propuesta que las emociones y el proceso afectivo es resultado de la evolución, proponiendo que la expresión de tipo emocional está determinada desde especies inferiores al ser humano hasta llegar a este último. Por otra parte, James propone que lo que se conoce como una expresión emocional de tipo afectivo es el resultado de experiencias corporales a las que el individuo está expuesto y esto de alguna manera potencia la expresión emocional en su contexto inmediato dando como resultado una respuesta conductual, (Fernández-Abascal *et.al*, 2010).

James W. Papez (1996) se interesó en el estudio de la emoción, dando como resultado un denominado por Papez como circuito neural que hace referencia a las estructuras implicadas en la respuesta afectiva. Papez proponía que este circuito estaba conformado

por el hipotálamo y por el sistema límbico lo que supone la base o esencia de la conducta desencadenada por la emoción. Según Papez, se podía distinguir tres rutas del circuito neural la primera ruta requería del funcionamiento de la corteza para generar en el individuo cogniciones, pensamientos para determinar la respuesta emocional, como segunda ruta propone los ganglios basales que centran su función primordial en el movimiento y la tercera ruta se relaciona con el hipotálamo que se encarga de las sensaciones.

Olds Milner (1954) afirmaba que existen áreas específicas o estructuras neuronales encargadas del procesamiento de información emocional en el individuo, que a su vez generan respuestas placenteras, éstas son el hipotálamo y el tronco encefálico. Por otra parte, según Palmero (1996) existen estructuras de tipo neuronal que representan una jerarquía, es decir, que hay algunas que son superiores a otras. Las superiores serían las que a su vez son cognitivas, estas podrían ser las encargadas de controlar a las inferiores para una respuesta emocional.

La amígdala tiene un papel importante en el proceso neurobiológico de las emociones (Fernández-Abascal et.al, 2010). Si bien otras estructuras pueden intervenir en su expresión y procesamiento, recientemente se ha descartado el protagonismo de la amígdala en la memoria emocional. Sin embargo, al existir especialización hemisférica los estudios indican que hay escasa comunicación entre los hemisferios cerebrales de la amígdala tanto del lado izquierdo como del lado derecho. Por esta razón se afirma que el hemisferio cerebral derecho junto con la amígdala está fuertemente implicados en la respuesta emocional (Phelps, 2006).

La pandemia y la situación de confinamiento ha evidenciado un fuerte impacto emocional en las personas dando como resultado niveles altos de ansiedad y trastorno de estrés postraumático debido a la preocupación que resulta patológica ante un posible contagio de sentimientos, de desesperanza, nerviosismo, inquietud, etc. Las reacciones emocionales pueden ser específicas o menos específicas según (Sandín, Chorot y Valiente 2018) citado por (Sandín, Valiente, García-Escalera y Chorot 2020) las reacciones pueden presentarse de forma mixta y no aislada ante el estrés que provoca la pandemia. El miedo ante el coronavirus es una reacción de tipo emocional que es protagónica y fundamental en este caso al experimentar miedo al contagio. Es una situación muy común en el curso de la pandemia

Según estudios, las mujeres son más propensas a presentar un impacto emocional crítico ante una situación de pandemia en relación con los hombres, esto debido a que experimentan miedo, preocupación, estrés y ansiedad. (Sandín, Valiente, García-Escalera y Chorot 2020)

## **Cognición**

La función cognitiva puede ser especialmente vulnerable en algunos individuos expuestos a situaciones de estrés que atenten contra la propia vida. Mientras algunas personas parecen muy vulnerables a estas situaciones hay otras que pueden ser muy resilientes, esto dependerá de sus experiencias previas, edad, dotación genética, rasgos de personalidad, etc. (Sandi, 2012). La afectación en el área cognitiva puede provocar confusión o pensamientos que para el individuo resulten contradictorios, dificultades para

concentrarse o pensar de manera clara para tomar decisiones o dificultades en la memoria. (Tizón, 2020)

La respuesta emocional está íntimamente arraigada a la cognición puesto que la emoción no es aislada, es un proceso compuesto y complejo que depende en gran medida del procesamiento cualitativo y cuantitativo para brindar una reacción afectiva.

(Fernández-Abascal *et.al*, 2010).

El procesamiento cognitivo tiene la función en el proceso afectivo de valorar los estímulos del ambiente y otorgarles un significado propio según lo que el individuo pueda interpretar ante la situación que le genera una emoción. Esta evaluación o valoración realizada puede ser de manera consciente o inconsciente. (Fernández-Abascal *et.al*, 2010)

La pandemia COVID-19 ha dado como resultado un aislamiento social prolongado que afectó o fue causante de deterioro cognitivo en la población como consecuencia de la falta de contacto social, falta de experiencias estimulantes y de la carencia de expresión de situaciones personales con otras personas. (Pinazo-Hernandis, 2020).

El sueño y los trastornos del sueño parecen estar asociados a episodios de estrés en especial las pesadillas (Tizón 2020)) y a la exposición constante a los medios de comunicación que producen confusión con la información brindada. El procesamiento de esta información se ve seriamente afectado según la percepción de la población y genera desesperanza y zozobra por la salud propia y la de los familiares. La cognición puede verse afectada en menor o mayor medida a consecuencia de los pensamientos

distorsionados de la realidad. Están relacionados con los ingresos económicos, el área laboral y la salud los cuales pueden impactar de manera negativa al individuo al ocasionar falta de concentración y dificultad para tomar decisiones ante situaciones que representen un riesgo. (Sandín, Valiente, García-Escalera y Chorot 2020)

La sensación de irrealidad puede estar presente también como una dificultad de tipo cognitivo ocasionándole al individuo una importante desconexión de la realidad a la que se está enfrentando. Los pensamientos de negación que puede protagonizar una persona afectada o en situación de riesgo le imposibilita la capacidad de aceptar lo que enfrenta. Los pensamientos intrusivos, obsesivos y dudas pueden presentarse al estar expuestos a la situación de soledad y confinamiento. (Tizón 2020).

### **Conductual**

La conducta, según Rosemberg, (2003), son todos aquellos cambios que se producen en el organismo vivo que pueden generar cambios. Los mismos son determinados por influencia del medio en el que se desarrollan el conjunto de acontecimientos previamente experimentados por el individuo. Las posibles reacciones conductuales ante la situación de pandemia puede ser hiperactividad, aislamiento como consecuencia de evitar situaciones, personas o conflictos, verborrea, incontinencia, llanto difícil de controlar, dificultad para ejercer el autocuidado y para descansar, así como también aumento excesivo y voluntario de trabajo. (Tizón, 2020)

La huida ocasionada por el pánico es la conducta principal ante cualquier pandemia El individuo tiende a huir de situaciones que le parecen peligrosas o que lo sitúan en

condición de riesgo Esto puede ocasionar un aislamiento prolongado y evitar el contacto con cualquier persona o escenario que resulte potencialmente peligroso para la salud. Posterior a esto, el individuo puede experimentar culpa lo que le ocasiona dificultad para tomar descansos. La pandemia puede propiciar conductas relacionadas con la búsqueda de la soledad lo cual puede ocasionar aburrimiento a consecuencia de cambiar drásticamente las rutinas diarias y en algunos casos el deseo de consumir sustancias que resultan dañinas para la salud con el fin de afrontar la situación. (Ribot Reyes, Chang Paredes y González, 2020).

### **Factores que afectan el bienestar físico y psicológico**

Según (Lasa *et al.*, 2020), el confinamiento de los seres humanos durante la pandemia COVID-19 ha incrementado los estímulos que generan estrés. Actualmente es evidente que los factores que han afectado en mayor medida a los seres humanos son los socioeconómicos como la pérdida de empleo, causando primordialmente frustración, enojo, tristeza; la alteración o pérdida de hábitos y rutinas y el estrés psicosocial. Esto evidencia que los principales hábitos instaurados y considerados como poco saludables atentan directamente contra el bienestar físico y psicológico de la persona como malos hábitos de tipo alimenticio, patrones del sueño alterados, sedentarismo y mayor uso de dispositivos tecnológicos.

El bienestar físico y psicológico pueden ser vulnerados a consecuencia de emergencias humanitarias desastres y otros acontecimientos que representen riesgo y cambios bruscos en el curso y desarrollo de la rutina diaria Sin embargo durante mucho tiempo se

le ha dado importancia a esta afectación a nivel físico sin atribuir es real que representan la salud mental de las personas. (Ribot Reyes, Chang Paredes y González, 2020).

### **Bienestar Físico**

Según la Organización Mundial de la Salud, (OMS 2015), el bienestar físico se refiere a la armonía y trabajo óptimo de cada uno de los órganos de nuestro cuerpo. Cada órgano cumple una función vital en el organismo, los procesos básicos como los complejos deben ser ejecutados de una manera óptima para que todo, en conjunto, funcione de manera eficaz. Hay dos actividades que son coordinadas por el ser humano o el individuo como tal y pueden determinar el correcto funcionamiento de su cuerpo. Estas actividades son el ejercicio físico y el consumo de alimentos. Una mala alimentación y el sedentarismo o el ocio pueden provocar serias consecuencias a largo plazo.

Las personas en pobreza extrema y los individuos que deben acudir constantemente a ejercer algún tipo de actividad laboral, se encuentran en mayor riesgo de vulnerar su bienestar físico a consecuencia de la pandemia. Esto genera dificultad para seguir las medidas de contingencia y resguardo de la salud propia ocasionando caos, enfermedad y en casos más vulnerables la muerte. (Ribot Reyes, Chang Paredes y González, 2020).

Una dieta saludable para conservar el bienestar físico debe estar compuesta por los nutrientes esenciales. El consumo de comida chatarra, alimentos enlatados, exceso de grasas, alta cantidad de azúcares, exceso de bebidas alcohólicas y tabaco pueden provocar fuertes consecuencias en la conservación de la salud y repercutir en el bienestar

emocional, conductual y cognitivo. (OMS, 2015). El consumo de sustancias, o alimentos que carecen de propiedades alimenticias vulneran la salud de los individuos, por esta razón se afirma que un bienestar corporal o general de la persona depende significativamente de los estilos de vida saludable en los que sin duda figura la alimentación sana y balanceada, (Bisquerra, 2013). Una dieta balanceada garantiza la salud física y por ende la salud mental (Gesch, 2005). Además, la alimentación puede repercutir severamente en el individuo con esquizofrenia y depresión, así mismo, el corazón es un órgano que se ve severamente afectado cuando existen malos hábitos alimenticios por distinto tipo de cardiopatías. Esto puede repercutir directamente en la estructura cerebral afectando pensamientos, emociones y comportamiento, pues Gesch (2005) relaciona la alimentación con comportamiento antisocial, violencia y delincuencia.

### **Bienestar Psicológico**

Veenhoven (1994) citado por González, Valle, Arce y Fariña (2019) refiere que al bienestar psicológico se le puede denominar de maneras distintas, entre las cuales se encuentran la felicidad, el nivel de satisfacción con la vida y los afectos positivos o negativos. Por lo tanto, se puede resumir al bienestar psicológico como la evaluación de la calidad de vida en general de los seres humanos en la cual se evalúan aspectos tales como las emociones experimentadas y las evaluaciones de la propia vida.

Según Ribot Reyes, Chang Paredes y González (2020) Las condiciones precarias en las que puede vivir una persona o un grupo de personas puede ser determinante en su salud mental. El paso de la pandemia puede significar para la población mundial un aumento de trastornos psíquicos y manifestación psicopatológica. Se considera que la población

en general sufre temor, angustia y zozobra en menor o mayor medida, sin embargo, una pandemia ocasionará siempre este sentimiento en la mayoría de ocasiones. Los trastornos o perturbaciones de tipo psicológico estarán fuertemente determinadas por los datos demográficos de la región en la que habitan, por las medidas de las autoridades para contener la pandemia, la edad de los individuos, de sus antecedentes psicológicos y las condiciones sociales y económicas. Sin embargo, es común que se desarrolle algún tipo de trastorno de ansiedad y que las personas recaigan en un trastorno por abuso de sustancias o emociones fuertes como el temor, miedo, tristeza, estrés, soledad. (Rodríguez, 2020)

### **Factores que afectan el bienestar psicológico**

Ryff (s.f) citada por Samayoa (2019) refiere que existen seis categorías principales de factores que afectan el bienestar psicológico:

#### **Autoaceptación**

La autoaceptación se caracteriza por reconocer, aceptar y potenciar las fortalezas, trabajar en mejorar debilidades propias, que corresponden a un nivel alto de autoaceptación. Al aceptar estos aspectos, el individuo desarrolla la capacidad para adaptarse a su entorno de una manera emocionalmente estable. Mientras que, por el contrario, una autoaceptación baja puede atentar contra la capacidad de individuo para alcanzar sus objetivos. En la mayoría de ocasiones, este nivel de autoaceptación está asociado a una decepción propia que no ha sido interiorizada de manera positiva.

## **Crecimiento personal**

El crecimiento personal es el segundo aspecto de bienestar psicológico. Al ser este muy fuerte, facilita la experimentación de nuevas situaciones de la vida diaria como estar dispuesto a crecer más de lo que hasta el momento se ha logrado. Sin embargo, poseer un crecimiento personal débil puede provocar una paralización y sentimientos de incapacidad para ejercer incluso las tareas diarias o cotidianas.

## **Propósito de vida**

El propósito de vida se basa en la constante búsqueda de metas y su cumplimiento y en dar sentido a lo que se hace al proponerse nuevos retos personales. Por el contrario, un propósito de vida débil se traduce en la carencia o falta de objetivos y metas por alcanzar. Se evidencia también en la dificultad constante que tiene el individuo para trazarlos.

## **Relaciones positivas**

Relacionarse de forma positiva es crear vínculos de carácter afectivo fuerte y tener la capacidad para establecer buenas relaciones interpersonales con sus pares o las personas que le rodean y forman parte de su entorno inmediato. Mientras que las relaciones débiles se caracterizan por la ausencia de afinidad, relaciones interpersonales que no resultan cercanas y que sitúan al individuo en una posición social de incomodidad con las personas que le rodean.

## **Control del ambiente**

El ambiente en el que un individuo se desarrolla debe obedecer a las necesidades y demandas propias. La persona debe ser responsable de crear este ambiente, sin

embargo, ejercer un mal control del mismo se traduce en conocer escasamente el ambiente externo y demostrar incapacidad para aprovechar las oportunidades presentadas e inconformidad con lo que le rodea.

### **Autonomía**

La autonomía es esencial para el desarrollo y bienestar humano. Una autonomía alta es la capacidad de realizar un criterio propio, autoevaluar las capacidades que posee el ser humano y la resistencia a la presión que puede ejercer la sociedad sobre él. Mientras que un individuo con autonomía baja experimentará una tendencia a ser susceptible a lo que se opine de él/ella en el exterior y será incapaz de ignorar la presión social, lo que le sitúa en una posición de incomodidad.

### **Percepciones durante la pandemia y confinamiento**

La percepción desde el campo de la psicología ha sido definida como un proceso de tipo cognitivo que va de la mano con el aprendizaje, la simbolización y la memoria. Consiste en un proceso de reconocimiento de situaciones y acontecimientos que a su vez son interpretados para otorgarles un significado o juicio adecuado al contexto en el que se experimentan valiéndose principalmente de las sensaciones que se obtienen del ambiente en el que se encuentra o desarrolla el individuo. (Vargas Megarejo, 1994).

La percepción de la realidad se caracteriza principalmente por ser esa manera en la que se comprende el contexto inmediato y poder así tomar conciencia de las situaciones de una forma objetiva evitando emitir juicios y desarrollando una empatía ante la situación y vivencia de otras personas. Esta percepción puede ser afectada a consecuencia de

difusión de información que dé como resultado victimización e incertidumbre. (Ribot Reyes, Chang Paredes y González, 2020). La situación de pandemia puede ocasionar alteraciones psicológicas relacionadas con la percepción principalmente una percepción de amenaza de la propia salud (Sandín, *et. al* 2020).

La percepción es un proceso psicológico que implica el conocimiento de objetos, personas o situaciones a través de los sentidos, generando una respuesta neuronal que a su vez determina la respuesta emocional a la situación vivida. Puede ser también social y está íntimamente ligada al comportamiento de los demás y por ende a las personas y su conducta en la sociedad. Depende en gran medida de las emociones que estas reflejen a terceros. La percepción brinda la capacidad de reconocer emociones y empatizarlas con la persona que están conociendo, formándose así una idea que determina pensamientos, sentimientos y conductas de quien se aproxima al conocimiento de una persona (Arias Castilla, 2004). Un individuo es un todo, quien se forma una impresión o idea de este individuo se esfuerza por reconocer y conocer cada aspecto que compone su todo. El individuo que es percibido posee tanto cualidades como elementos que le permiten evolucionar en la sociedad, por otra parte, este individuo está compuesto por los elementos de información de una persona. Según la teoría de la atribución, cuando un solo elemento de ese individuo es modificado se modifica su esencia y no es posible percibirlo de la misma manera (Asch, 1952).

### **Factores de vulnerabilidad**

Se entiende por vulnerabilidad todas aquellas características relacionadas a grupos de personas que, en contexto de amenazas de su entorno, ya sean de tipo natural o social

son más propensos al daño, con una capacidad reducida para sobrellevar una pérdida o sufrimiento. Generalmente la vulnerabilidad supone una combinación de varios factores que determinan el grado en el que un evento puede impactar en la vida de los individuos en situación de vulnerabilidad (Blairie et al, 1996).

Entre los principales factores de vulnerabilidad derivados de la pandemia por Covid-19 se encuentran la estructura familiar, estado de salud, nivel de escolaridad, edad, sexo, origen étnico, condición física y/o mental, situación económica y condición social. (Lasa et al, 2020)

La vulnerabilidad en el contexto del Covid-19 se refiere a aquellos grupos que por condiciones o por características personales propias son más propensos a complicaciones en el curso de la enfermedad. Estos son: adultos mayores a partir de los 60 años en adelante, personas con diagnóstico de hipertensión, diabetes, enfermedades pulmonares crónicas, cáncer e inmunodeficiencias. (Tizón, 2020)

El grado de vulnerabilidad es determinante en personas que puedan sufrir de alguna psicopatología más adelante a consecuencia de la pandemia Covid-19. Afrontar una situación como la actual, representa un riesgo para las personas si son vulnerables como consecuencia de características relacionadas con su salud entre las que están diferencias de personalidad, afecto negativo, intolerancia a situaciones que generan incertidumbre, compartir la vivienda con personas menores de 12 años, enfermedad crónica o dependientes de sustancias e incluso exposición a medios de comunicación (Sandín, et., al 2020).

La condición de vulnerabilidad es un aspecto interno del ser humano o de un grupo de personas que se encuentran expuestas o propensas a una amenaza epidémica. La

vulnerabilidad puede considerarse como una disposición de tipo intrínseco a ser dañado o dañados por la amenaza a la que se enfrentan (Ribot Reyes, Chang Paredes y González, 2020).

### **Factores de protección**

Los factores de protección tienen que ver con aquellas condiciones que suponen ventaja al enfrentarse a una situación de amenaza siendo estos: la edad, sexo, tipo de vivienda y ambientes con los que cuenta, estabilidad laboral, ingresos económicos, y el apoyo social comunitario, entre otros. La vivienda ubicada en zonas urbanas y compartida con los padres de familia contribuye y genera en el individuo estabilidad familiar y económica lo cual es un factor protector ante situaciones de riesgo contra trastornos de ansiedad (Sandín, *et al*, 2020).

El apoyo social comunitario con el que cuente una persona es determinante en situaciones de riesgo. Gallar (2006) define al apoyo social como la agrupación de recursos humanos y elementos materiales con los que cuenta un individuo o grupo, los cuales le ayudan a superar situaciones complejas y pueden dividirse en redes de apoyo social natural (familia, amigos, etc.) y social organizado (seguridad social, instituciones u organizaciones).

### **Afectación psicológica**

Durante el confinamiento, los dos factores que más afectan al bienestar físico y psicológico son la pérdida de hábitos y rutinas y el estrés psicosocial, de acuerdo al primer estudio que analiza el impacto psicológico de la cuarentena por COVID-19 en China (Wang, Pan *et al*, 2020). No continuar con las rutinas y hábitos saludables

establecidos con anterioridad, puede derivar en problemas físicos y por supuesto, afectaciones a nivel emocional.

El establecimiento de un periodo de cuarentena y el distanciamiento social puede constituir una medida inevitable (y efectiva) con el objetivo de salvaguardar vidas. Sin embargo, la decisión trae consigo un importante costo desde el punto de vista psicológico (a corto, mediano y largo plazo), pudiéndose manifestar a través de diversos comportamientos que son poco frecuentes en periodos normales.

La Dra. Nekane Balluerka Lasa indica en el informe “Las consecuencias psicológicas de la Covid-19 y el confinamiento” que es esperable que quienes tienen predisposición a manifestar determinados problemas o que en el pasado presentaron síntomas psicopatológicos específicos, tengan más riesgo de que dichos síntomas afloren después de la cuarentena. El miedo al contagio o incluso síntomas del trastorno obsesivo-compulsivo, podrían ponerse de manifiesto en personas que han recibido un exceso de información sobre la Covid-19 o información no adecuada a su edad, así como en aquellos que intensificaron las rutinas de higiene para evitar el contagio han conseguido reducir su ansiedad y miedo a la enfermedad.

Prever las consecuencias negativas del encierro, así como su manejo adecuado, es imprescindible durante todo el tiempo que dure la restricción. Además, resulta necesario fortalecer los servicios de salud mental, tanto en la dimensión asistencial como científica.

### **Afectación específica**

Sprang y Silman (2013) citados por Lasa *et al.* (2020) refieren que la población expuesta a una situación de cuarentena o confinamiento durante enfermedades pandémicas tiende a experimentar trastornos de estrés agudo, de adaptación y en algunos casos incluso cumplen con criterios del trastorno de estrés postraumático.

Las personas en condición de riesgo o factores de vulnerabilidad son las que se encuentran solas con bajos recursos económicos, población infanto-juvenil que vive en hogares conflictivos, personas con discapacidad que además dependen de sí mismos para poder subsistir y personas con psicopatología previa, pueden experimentar un tipo de estrés pandémico ocasionado por las múltiples situaciones de riesgo y vulnerabilidad que les rodean (Chacón-Fuentes, Fernández Hermida y García- Vera, 2020).

Durante los episodios de estrés pandémico, los individuos tienden a las conductas adictivas y si existe psicopatología previa, esta puede agravarse a consecuencia del confinamiento, además de ser propensos a desarrollar cuadros de ansiedad, trastornos del estado de ánimo y trastorno de estrés postraumático (Chacón-Fuentes, Fernández Hermida y García- Vera, 2020).

### **Afectación inespecífica**

Algunos de los sentimientos negativos que predominan durante la situación de pandemia por Covid-19 entre la población son la incertidumbre, definida como la preocupación de lo incierto, derivado de la situación misma de pandemia en que no existió planificación previa a los sucesos. Es una situación indefinida en la cual se desconoce cómo puede continuar su desarrollo con el tiempo y las repercusiones finales que pueda incurrir. Este sentimiento a su vez genera o da paso a otros tales como la impotencia, resignación y

desconcierto. El miedo cuyas manifestaciones principales son el temor por la salud de los allegados o por la salud propia del individuo; la angustia cuya manifestación se relaciona con la tristeza, el aburrimiento y en algunas ocasiones con la depresión y se proyecta en la angustia experimentada por los allegados que deben acudir a sus lugares de trabajo, por allegados que están dentro de la población de riesgo, entre otros; y la el sentimiento de vulnerabilidad, el cual está relacionado con la sensación de indefensión, debilidad, inseguridad y el riesgo de morir (Johnson, Saletti-Cuesta & Tumas, 2020).

En el contexto de la pandemia muchas personas pueden experimentar consecuencias psicológicas que en algunos casos serán con un fin adaptativo y en otros serán una experiencia previa a la psicopatología. La situación puede generar percepción de incertidumbre, confusión y en algunos casos sensación de urgencia. Esto dependerá directamente de los factores de riesgo o factores protectores que rodean a la persona y no en todos los casos las manifestaciones psicológicas serán las mismas (ChacónFuentes, Fernández Hermida y García- Vera, 2020).

La incertidumbre por la salud propia y la de los familiares puede generar afectación psicológica, sin estar expuestos como tal al virus, la inactividad puede ocasionar aburrimiento, Y tristeza dando paso a algunos síntomas depresivos, La incertidumbre de los individuos puede aumentar si un familiar cercano o lejano se encuentra infectado (Chacón-Fuentes, Fernández Hermida y García- Vera, 2020)



## **CAPÍTULO II**

### **2. Técnicas e instrumentos**

#### **2.01 Enfoque y modelo de investigación**

Enfoque de investigación: cualitativo, diseño de investigación: descriptivo, fenomenológico. Se escogió el diseño de investigación descriptivo, fenomenológico, porque se recolectaron las experiencias de los padres de familia con respecto a la situación de la pandemia Covid-19.

#### **2.02 Técnicas**

##### **Técnica de muestreo**

Los participantes del estudio fueron 8 padres de familia asistentes al programa Plan 24 C. Todos tuvieron la misma probabilidad de formar parte del muestreo intencional desde un enfoque cualitativo el cual consiste en que todas las unidades de análisis tenían la misma posibilidad de participar.

La selección fue un muestreo intencional o de conveniencia y el criterio los objetivos de la investigación (riqueza de información sobre las consecuencias psicológicas durante la pandemia).

##### **Técnicas de recolección de datos**

Durante esta etapa se construyó la realidad guatemalteca que a partir de la pandemia ha sufrido transformaciones en cuanto a la forma de desenvolverse, relacionarse y gestionar emociones propias y de sus hijos. Situación que evidencian los padres asistentes a Plan 24 C ISIPs 2020 a través de una entrevista estructurada y un cuestionario en línea.

## **Técnicas de análisis de datos**

El análisis se realizó desde un diseño descriptivo - fenomenológico, por lo que los datos recolectados que fueron las experiencias de las personas participantes, fueron analizados, comprendidos y descritos de manera textual.

### **2.03 Instrumentos**

#### **2.03.1. Entrevista**

Consta de noventa y tres preguntas, divididas en 8 categorías de estudio que evalúan los siguientes aspectos. Se hace énfasis en la tristeza y sus causas:

- Situación laboral
- Percepción de la pandemia
- Factores de riesgo
- Factores protectores
- Impacto emocional
- Factores de bienestar psicosocial y salud mental
- Salud
- Adherencia a recomendaciones de las autoridades sanitarias

### **2.03.1. Cuestionario**

Consta de 5 categorías de estudio, con preguntas directas cerradas y abiertas y escalas de opción múltiple que indagan los siguientes aspectos:

- Datos generales, situación laboral, familiar y social, con 33 ítems.
- Percepciones y consecuencias, con 36 ítems.
- Hábitos y actividades, con 11 ítems.
- Pandemia/ confinamiento, con 20 ítems.
- Condiciones socioeconómicas, con 7 ítems.

### **2.04 Metodología**

Al principio de la investigación, los participantes tuvieron el primer acercamiento a la metodología a través del consentimiento informado. En este documento se detalló el proceder y ejecución de la misma y se dio a conocer a cada participante los detalles del proceso de recolección de datos. Se les solicitó llenar un cuestionario y responder a una serie de preguntas durante una entrevista, se les indicó la posibilidad de participar o de retirarse de la investigación en el momento que lo decidieran. Asimismo, la información proporcionada se manejó con confidencialidad y se registraron en los protocolos de cuestionario y entrevista estructurada, sin perjudicar al participante. Se brindó seguimiento y atención específica a los participantes cuando se requería. La información se manejó de manera apropiada y con beneficios equitativos.

## 2.04 Operacionalización de objetivos, categorías/variables

Objetivos/ hipótesis	Definición conceptual categoría/variable	Definición operacional categorías/variables	Técnicas/ instrumentos
<p>Identificar la tristeza como efecto psicológico y su impacto emocional, cognitivo y conductual durante la pandemia Covid-19 en los padres de familia.</p>	<p>Efectos psicológicos derivados de la pandemia:</p> <p>1. Emocional: Las emociones tienen un papel importante en la socialización, adaptación y respuesta del ser humano en determinados contextos. En el contexto de la pandemia pueden surgir emociones como miedo a contagiarse, ansiedad por estado económico, tristeza por la cantidad de decesos, etc.</p> <p>2. Cognitivos: La función cognitiva puede ser especialmente vulnerable en algunos individuos expuestos a situaciones de estrés o</p>	<p>Emocional</p> <p>Impacto emocional, preguntas de la 1 a la 15</p> <p>Factores de bienestar psicosocial y salud mental, pregunta de la 1 a la 11</p> <p>Cognitivo</p> <p>Situación laboral, preguntas de la 12 a la 18</p> <p>Percepción ante la pandemia, preguntas de la 1 a la 5</p> <p>Impacto emocional, preguntas 16 y 17</p> <p>Salud, preguntas de la 1 a la 3</p>	<p>Entrevista estructurada</p> <p>Cuestionario</p>

	<p>que atenten contra la propia vida. La percepción ante la pandemia podría incluir pérdida de control, pensamientos negativos y desesperanza.</p> <p>3. Conductual: Son todos aquellos cambios que se producen en el ser humano que son determinados por influencia del medio en el que se desarrolla y acontecimientos previamente experimentados por el individuo. Se pueden destacar los factores de protección como resultado conductual, tales como hacer ejercicio, encontrar técnicas de autocontrol, etc.</p>	<p>Conductual</p> <p>Percepción ante la pandemia, preguntas 6 y 7</p> <p>Impacto emocional, pregunta 18</p> <p>Factores de bienestar psicosocial y salud mental, preguntas 12 y 13</p> <p>Adherencia a las recomendaciones de las autoridades sanitarias, preguntas de la 1 a la 3</p>	
--	--	--	--

	<p>Efectos psicológicos derivados del confinamiento:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Emocional: ansiedad, estado de ánimo variante, tristeza, miedo, etc.</li><li>2. Cognitivos: Sobresalen el miedo al futuro, incapacidad de tomar decisiones, pensamientos fatalistas o suicidas, desequilibrio mental, etc.</li><li>3. Conductuales: Se pueden mencionar los cambios en los hábitos de alimentación, sueño, rutinas, abuso de sustancias, sedentarismo, problemas de convivencia, etc.</li></ol>		
--	---	--	--

<p>Describir las variables contextuales del estudio mediante la aplicación de la entrevista y el cuestionario.</p>	<p>1. Variables contextuales durante el confinamiento: El contexto de los participantes es de suma importancia. Elementos como: vivienda, situación laboral, condiciones económicas, apoyo social percibido durante la pandemia, etc. pueden ser factores de riesgo o protectores.</p>	<p>Situación laboral, preguntas de la 1 a la 18</p> <p>Percepción ante la pandemia, preguntas 6 y 7</p> <p>Factores de riesgo, preguntas de la 1 a la 18</p> <p>Factores protectores, preguntas de la 1 a la 9</p> <p>Factores de bienestar psicosocial y salud mental, preguntas de la 1 a la 13</p>	<p>Entrevista estructurada</p> <p>Cuestionario</p>
--	--	---	--

<p>Explicar la tristeza y afectación psicológica durante la pandemia Covid-19 en los padres de familia.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Afectación específica relacionada con el contexto de la pandemia Covid-19:  Son alteraciones emocionales y/o conductuales generadas por un elevado estrés, tanto a nivel familiar, económico, social, como de salud, contagios por Covid-19, fallecimientos, etc.</li> <li>• Afectación inespecífica: No es posible identificar el factor desencadenante a tales emociones y/o conductas, solo algunos cambios derivados de la pandemia como preocupación por la salud, miedo y pesimismo al futuro, sensación de vulnerabilidad, incertidumbre, etc.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Afectación específica e inespecífica:  Situación laboral, preguntas de la 14 a la 17</li> <li>Percepción ante la pandemia, preguntas de la 1 a la 7</li> <li>Impacto emocional, preguntas de la 1 a la 18</li> <li>Factores de bienestar psicosocial y salud mental, preguntas de la 1 a la 13</li> <li>Salud, preguntas de la 1 a la 3</li> </ul>	<p>Entrevista estructurada</p> <p>Cuestionario</p>
---	---	---	--

<p>Socializar los resultados del estudio sobre la tristeza como efecto psicológico en los padres de familia asistentes al programa plan 24 C a través de procesos de divulgación.</p>	<p>Explicar la estrategia de divulgación de resultados del estudio.</p>	<p>Documento escrito</p>	<p>Artículo  Conversatorio  Radio</p>
---	---	--------------------------	---



## **CAPÍTULO III**

### **3.01 Características del lugar**

El Instituto de Servicio e Investigación Psicopedagógica “Mayra Vargas Fernández” tiene sus instalaciones ubicadas en la 9 Avenida 9-45 de la zona 11, oficina

123 y en varios espacios del Edificio —A del Centro Universitario Metropolitano (CUM).

Sin embargo, durante el año 2020 y 2021 se realizó la labor de forma remota utilizando estrategias virtuales para continuar con el servicio a niños, docentes y padres de familia.

Por lo que cada estudiante, desde casa, llevaba a cabo el trabajo según la población asignada haciendo uso de plataformas como Zoom o Google Meet,

aplicaciones interactivas psicopedagógicas y recursos en línea.

ISIPs es una institución al servicio de la comunidad, cuyos fines primordiales son trabajar en beneficio de la población escolar que presenta dificultades de aprendizaje y formar profesionalmente a estudiantes de tercero, cuarto y quinto año de la carrera de la Licenciatura en Psicología de la Universidad de San Carlos de Guatemala.

### **Objetivos generales de ISIPs**

- Prestar atención psicopedagógica en evaluación, diagnóstico y tratamiento a niños con problemas en el aprendizaje escolar; orientar a los padres de familia de dichos niños y brindar asesoría psicopedagógica a los maestros de educación preprimaria y primaria.
- Coadyuvar a la formación profesional de los estudiantes que realizan prácticas de carreras técnicas y de licenciatura en psicología y mantener vínculos

estrechos con los departamentos de docencia, investigación y práctica de la Escuela de Ciencias Psicológicas.

### **Objetivos específicos**

1. Desarrollar programas de servicio y proyectos de investigación, en el área psicopedagógica, con un enfoque multidisciplinario y transdisciplinario, para brindar soluciones integrales e innovadoras a los problemas psicopedagógicos.

2. Fortalecer la formación integral de los y las estudiantes a través de la experiencia adquirida en el servicio y la investigación.

3. Consolidar un equipo científico de alto nivel con principios éticos y psicosociales, comprometidos con actividades permanentes de investigación de carácter psicopedagógico, para responder a las necesidades de la sociedad guatemalteca.

4. Establecer y consolidar alianzas interinstitucionales afines a los objetivos de la institución.

### **Misión**

Somos el Instituto de Servicio e Investigación Psicopedagógica de la Escuela de Psicología de la Universidad de San Carlos de Guatemala, que brinda servicio psicopedagógico multidisciplinario centrado en el niño (a) y su contexto (familia-

escuelacomunidad) y realiza investigación especializada en el aprendizaje, con la finalidad de formar profesionales, mediante asesorías constantes y sistemáticas.

## **Visión**

ISIPs se coloca a la vanguardia de la psicopedagogía en Guatemala, con valores como fraternidad, respeto, solidaridad y responsabilidad, formando profesionales actualizados continuamente con una alta calidad de servicio e investigación.

La variedad de programas que ofrece ISIPs brinda la oportunidad a los estudiantes de fortalecer y desarrollar académica y científicamente los conocimientos psicopedagógicos al aplicarlos con los niños, padres y maestros que asisten, en el área de Psicología Educativa. Cuenta con mobiliario (sillas, mesas de trabajo, material psicopedagógico, casilleros, entre otros) y con equipo estructural como salón de psicomotricidad, dirección, salones de trabajo, parque psicopedagógico.

El Instituto de Servicio e Investigación Psicopedagógica surge en pro del mejoramiento de la sociedad guatemalteca y su programa contempla la ayuda integral y especializada, primordialmente a niños que presentan dificultades en el aprendizaje y problemas conductuales. Al mismo tiempo, apoya a los padres de familia para identificar las estrategias psicopedagógicas y emocionales para que, juntos, sean capaces de enfrentar la problemática educativa y conductual presentada. Actualmente el ISIPs le brinda la oportunidad a los estudiantes practicantes de fortalecer y desarrollar conocimientos teóricos y prácticos a través de la intervención y aplicación de técnicas psicopedagógicas y talleres dirigidos a padres de familia, terapia grupal y asesoramiento a maestros.

Para lograr sus objetivos, el ISIPs cuenta con diversos programas psicopedagógicos. Los padres, niños y maestros trabajan simultáneamente y reciben orientación psicopedagógica relacionada con la problemática que presentan los pequeños. Además, los guían para que descubran e identifiquen las cualidades que cada uno de ellos posee, y las visualicen como las fortalezas que utilizarán como herramientas indispensables y necesarias para salir adelante ante las necesidades que presentan en el hogar y escuela.

A continuación, se mencionan los programas.

- Programa de admisión, archivo y referencia - Responsable: Licda. Karin Ascencio

- Seguimiento - Responsable. Licda. Karin Ascencio

- Programa Pygmalion - Responsable: Licda. Blanca Ávila

- Análisis de caso y atención a la diversidad - Responsable: M.A. Claudia del Cid

- Plan 24 A Y C - Responsable: M.A. María Isabel González

- Programa de asesoría a maestros del PAPS sabatino - Responsable: M.A. María Isabel González

- Programa de asesoramiento psicopedagógico a maestros PAPS-M -  
Responsable: M.A. Kathya Ramírez

- Programa de divulgación por radio - Responsable. MSc. Pablo Ojeda

- Clínica médica - Responsable: Dr. Juan Antonio Álvarez

- Investigación neuropsicopedagógica - Responsable: MSc. Nadyezhda Van  
Tuylen

### **3.01.02. Características de la muestra**

La población beneficiada con esta investigación son 8 madres de familia, comprendidas en las edades de 29 a 52 años. Están ubicadas en distintas locaciones de Guatemala como Mixco, Villa Nueva y en el departamento de Petén; incluso una participante reside en Estados Unidos.

Todas las participantes tienen hijos, las edades oscilan entre los 4 y 29 años. Únicamente el 50% de ellas convive con su pareja, 7 de ellas cuentan con vivienda propia, 1 alquila.

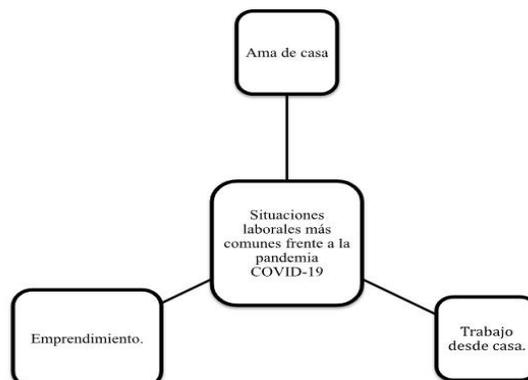
Seis de las madres encuestadas cuentan con formación universitaria, aproximadamente el 37.5% de la muestra no labora y se dedica a tareas del hogar. El 62.5% restante trabaja por su cuenta o en instituciones educativas, siendo sus puestos: maestra, psicopedagoga

o directora de centro escolar. En el aspecto socioeconómico, el 50% de la muestra tiene ingreso mensual de Q.5000.00 o más, el resto genera menos.

### 3.02 Presentación e interpretación de resultados

A continuación, se presentan los resultados obtenidos de la encuesta y el cuestionario aplicado a la población a investigar el cual determina su situación ante la pandemia COVID-19 durante el año 2020. La encuesta fue estructurada para registrar datos de la situación laboral, percepciones y consecuencias, hábitos y actividades durante la pandemia COVID-19, confinamiento, salud y adherencia a las recomendaciones de autoridades sanitarias, impacto emocional de la pandemia, factores de riesgo y de protección ante la pandemia, condiciones socioeconómicas y factores de bienestar psicosocial. Cada una de estas áreas en la vida del ser humano determinan su bienestar físico, psicológico y emocional. La información fue recabada a través de una encuesta y un cuestionario de manera virtual que consta de las áreas anteriormente mencionadas divididas en sesenta y tres preguntas. Las personas encuestadas fueron ocho madres de familia asistentes al programa Plan 24 C de ISIPs. En la recolección y análisis de datos se determinó lo siguiente:

**Figura 1. Situaciones laborales más comunes frente a la pandemia COVID-19**

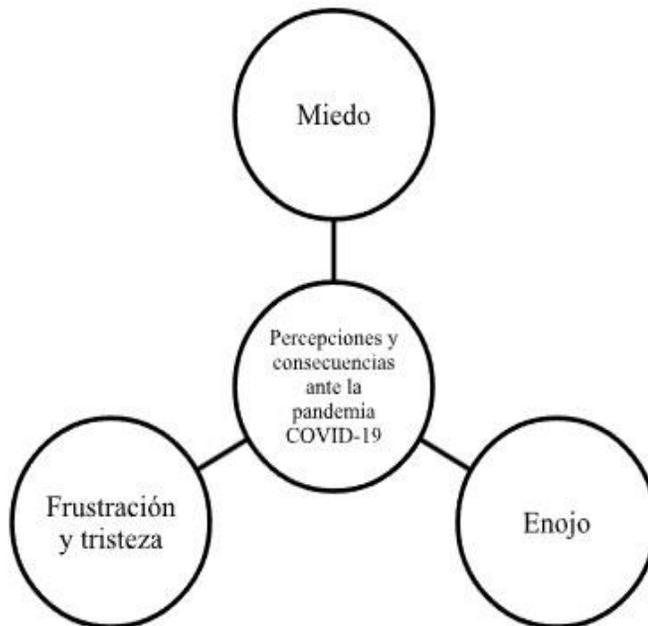


Nota: Entrevista estructurada en la categoría “Situación laboral”. Cuestionario categoría

- Datos generales, situación laboral, familiar y social.

En la categoría de estudio, situación laboral de ambos instrumentos de recolección de datos, que hace énfasis en las actividades económicas de los padres y madres de familia que asistieron durante el año 2020 al programa Plan C de ISIP’s se determinó que el ingreso mensual de las participantes oscila entre los dos mil a cinco mil quetzales. El mismo no fue afectado durante la pandemia COVID-19 en el año 2020, la situación laboral no sufrió de muchos cambios durante el confinamiento, pues algunas respondieron que no laboraban antes de la pandemia. Por otra parte, algunas participantes conservaron su trabajo porque contaban con la posibilidad de desempeñarlo desde casa. Otra parte de la población manifestaba que su situación laboral sí fue afectada al desempeñarse como comerciantes y las ventas realizadas se encontraban por debajo del promedio antes de la pandemia. Esto vulneraba su negocio, sin embargo, no representaba su principal fuente de ingresos. Las madres manifestaron sentirse emocionalmente tristes porque algunas no podían continuar con su emprendimiento mientras que otras no podían desempeñar su trabajo de forma presencial. Como se aprecia en la figura 1, el panorama laboral en la población del estudio fue que las situaciones laborales más comunes son ama de casa, emprendimientos y modalidad de trabajo remoto o desde casa.

**Figura 2.** Percepciones y consecuencias ante la pandemia COVID-19

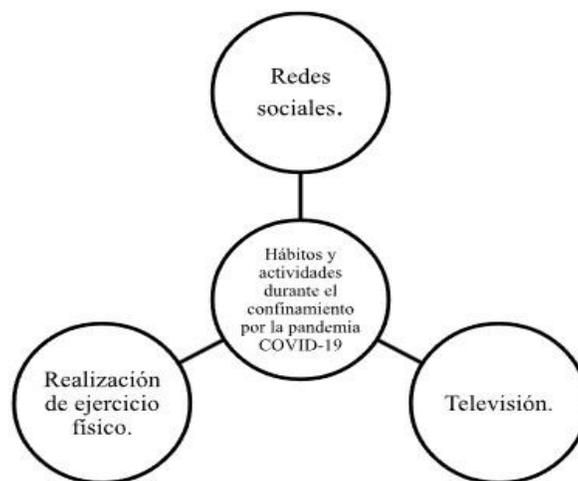


Nota: Entrevista estructurada, categoría “Percepción ante la pandemia COVID-19”. Cuestionario categoría: “Percepciones y consecuencias de la pandemia COVID-19”

La figura 2 muestra las percepciones y consecuencias ante la pandemia COVID19. La percepción es un proceso psicológico que comprende la decodificación de la información obtenida a través de los sentidos. Al darle un significado a lo que se percibe se le otorga una emoción y por consiguiente una respuesta conductual. La pandemia Covid-19 fue percibida por las madres de diferentes maneras y las consecuencias a nivel psicológico es un aspecto que vale la pena valorar. Dos de las madres encuestadas indicaron haber experimentado miedo; el miedo es una emoción que conductualmente afecta el sueño y provoca dificultad para dormir y para concentrarse. Del grupo de participantes, cinco indicaron haber experimentado enojo por la falta de conciencia de otras personas en su entorno ante las medidas para prevenir el contagio, ya que las frecuentaban o viven cerca

de su lugar de residencia, pero no seguían los protocolos sanitarios para prevenir la enfermedad. Cuatro participantes refirieron haber experimentado frustración junto con tristeza al no sentirse libres por estar aisladas de la familia extendida, encontrarse lejos de sus seres queridos y no poder viajar para verlos o estar presentes en momentos especiales. Todo esto les provocó tristeza.

**Figura 3. Hábitos y actividades ante** confinamiento por la pandemia COVID-19

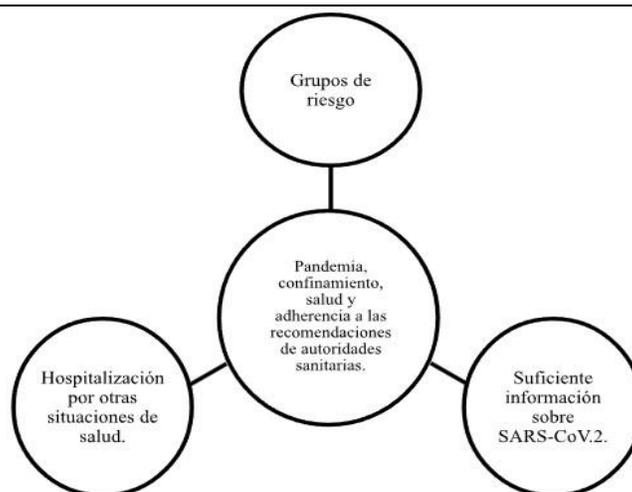


Nota: Cuestionario categoría: “Hábitos y actividades”.

La figura 3, categoría Hábitos y actividades, registra todas aquellas actividades y hábitos adoptados durante el confinamiento a consecuencia de la pandemia Covid-19 o cuáles de estos se practicaban antes del confinamiento. Como consecuencia de este último, han aumentado las horas que les dedicaban a esas actividades. Se determinó que las más comunes fueron el uso constante de redes sociales, tiempo para ver televisión y realización de ejercicio físico, invirtiendo más horas que el tiempo que invertían en ellas antes de la pandemia. Esto se puede traducir como un medio de escape de la realidad. Aunque emocionalmente puede producir tranquilidad y alegría, al conectarse

nuevamente con la realidad la frustración, tristeza y enojo se encontraban presentes. El consumo de bebidas alcohólicas, cigarrillos y alimentos hipercalóricos, según refieren las participantes, es un hábito que se ha mantenido igual desde antes de la pandemia Covid-19.

**Figura 4.** Pandemia, confinamiento, salud y adherencia a las recomendaciones de autoridades sanitarias.

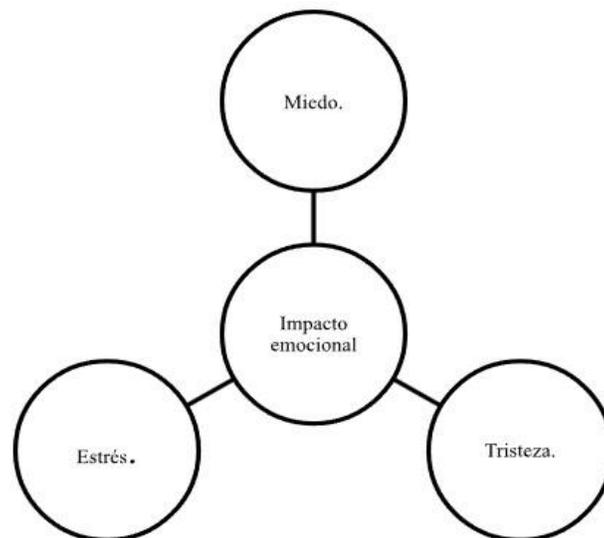


Nota: Cuestionario categoría: “Pandemia y confinamiento”. Entrevista estructurada, categoría “Salud” y “adherencia a recomendaciones de autoridades sanitarias”.

En la figura 4 se observan las respuestas más comunes al cuestionar sobre el nivel de información que se tiene sobre el virus del SARS-CoV.2. Las participantes se consideran bien informadas, por lo que la mayoría afirman seguir a cabalidad las recomendaciones y no salir de sus hogares durante el confinamiento. Esto tiene un impacto positivo, ya que favorece el sentimiento de tranquilidad por conocer sintomatología, recomendaciones sanitarias, centros de atención, medidas de protección ante el virus, etc. Conocer cada uno de estos aspectos ayudó a las participantes a sentirse más protegidas, tomando en

cuenta que la mayoría eran o tenían familiares pertenecientes a grupos de riesgo ante la pandemia COVID-19. Al momento de la recolección de datos, no habían manifestado síntomas de COVID-19 ni la familia con la que comparten el confinamiento. Manifestaron que han estado hospitalizadas y dependientes de los servicios de salud por condiciones médicas aisladas al COVID-19 y no en los últimos meses

**Figura 5.** Impacto emocional

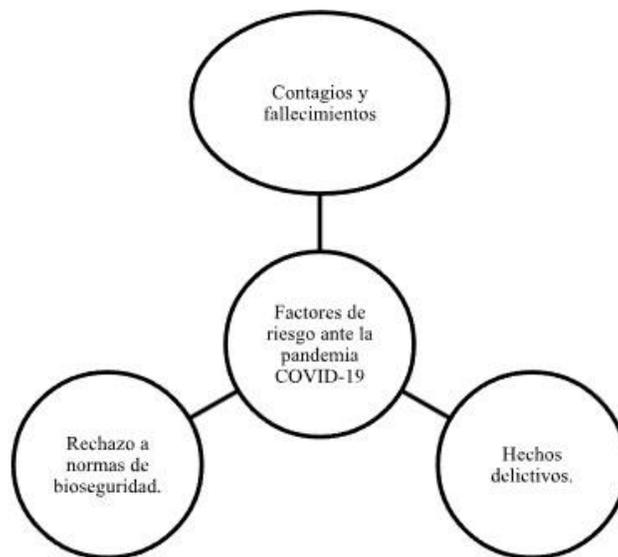


Nota: Entrevista estructurada, categoría “Impacto emocional”.

En la figura 5 se observan las respuestas de la categoría de estudio “Impacto emocional” de la entrevista estructurada. Las participantes responden que experimentaron en el contexto de la pandemia COVID-19 mucho temor, miedo al contagio y a perder a los seres queridos. Esto las llevó a la respuesta conductual de salir de casa buscando maneras de no contagiarse, cumplir con el confinamiento siempre que las condiciones lo permitieran y alejarse de personas o de grupos grandes como consecuencia del miedo al contagio. Por otra parte, manifiestan que emocionalmente la tristeza tomó un papel importante, al enterarse de pérdidas de familiares, amigos, o

conocidos a consecuencia de su deceso por COVID-19. Manifestaron sentirse estresadas y frustradas por factores relacionados al confinamiento, como el trabajo en casa, la convivencia constante con el núcleo familiar, etc.

**Figura 6.** Factores de riesgo ante la pandemia COVID-19

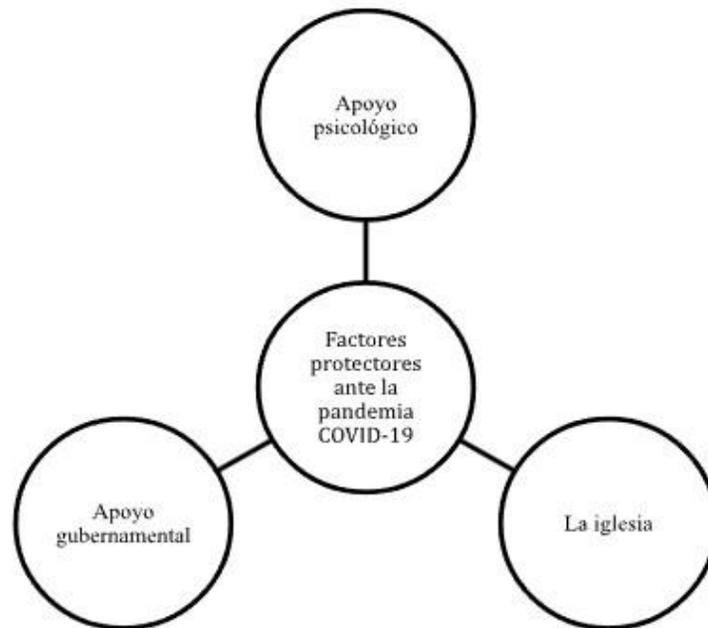


Nota: Entrevista estructurada, categoría “Factores de Riesgo”.

La figura 6 muestra los resultados más comunes correspondientes a la categoría de estudio “Factores de riesgo” de la entrevista estructurada. A las preguntas, las participantes respondieron que en sus comunidades las personas no acataban las normas de bioseguridad para salvaguardarse del contagio por COVID-19. Esto provocó que poco a poco las personas que sí ponían en práctica estas normas las dejaran de aplicar y las rechazaran. Asimismo, respondieron que se observaron varios decesos a consecuencia del virus en su contexto inmediato, lo cual las impactó negativamente a nivel emocional. Informaron que al vivir en colonias cerradas no están expuestas a

hechos delictivos, sin embargo, fuera de las colonias se han registrado desapariciones, violaciones y violencia de todo tipo desde antes de la pandemia COVID-19.

**Figura 7.** Factores protectores ante la pandemia COVID-19.



Nota: Entrevista estructurada, categoría: “Factores Protectores”.

En la figura 7 se observan los resultados correspondientes a la categoría de estudio “Factores protectores”. Las participantes refirieron que las iglesias de sus comunidades y algunos vecinos organizados apoyaron a las personas de escasos recursos. El apoyo gubernamental no llegó a todos los sectores ni personas. Respondieron que hay personas que reciben apoyo sin necesitarlo y que los servicios de salud mental son escasos dependiendo de la ubicación geográfica. En algunos pueblos, las personas que se encargaban de prestar servicios psicológicos ya no trabajaban más por diferentes motivos. En algunos casos la atención psicológica se presta de forma gratuita. El apoyo

gubernamental no fue recibido por las participantes del estudio, sin embargo, refirieron haber sentido respaldo para algunas de las personas de su comunidad que lo obtuvieron.

**Figura 8.** Condiciones socioeconómicas, factores de bienestar psicosocial y salud mental.



Nota: Entrevista estructurada, categoría: “Condiciones Socioeconómicas y Factores de Bienestar Psicosocial”.

La figura 8 muestra los resultados más comunes correspondiente a las categorías de estudio “Condiciones socioeconómicas y factores de bienestar psicosocial y de salud mental” de la entrevista estructurada. Las participantes afirmaron sentirse cómodas con su vivienda y ambientes, valoran tener un espacio para tomar aire y salir un rato. Esto favoreció buscar y conseguir cambiar de ambiente durante el confinamiento, además de tener un espacio para estar en ocasiones consigo mismas. Manifestaron que estar en contacto con sus familiares a través de llamadas, video llamadas y mensajes les ayudó a sobrellevar el confinamiento. Escuchar constantemente a sus seres queridos y saber

que se encuentran bien de salud favorece el bienestar mental. El cuidado personal y dedicarse tiempo o dedicarles tiempo a las actividades que les gustan como pasatiempos les ayuda a sentirse mejor y más desahogadas de lo abrumador que puede resultar mantenerse en confinamiento.

### **3.03 Análisis general**

El Covid-19 ha tenido y sigue presentando fuertes repercusiones en la sociedad guatemalteca: en la economía, sistema de salud y bienestar mental, siendo este último de suma importancia para el adecuado funcionamiento de la persona. El foco de atención en cuanto a salud mental prioriza en su mayoría a niños y adolescentes, ya que sufren cambios importantes en la socialización, aumentando su exposición a dispositivos, falta de actividad física, etc. Pero es importante no olvidar a los padres de familia porque para ellos también ha sido difícil el área laboral, emocional, mental y en su rol de padres.

No se puede olvidar que toda emoción está formada por una dimensión neurofisiológica (reacciones del cuerpo al experimentar distintas situaciones), otra cognitiva (pensamientos que se relacionan o generan distintas emociones) y una última comportamental (acciones y conductas que se expresan al experimentar distintas emociones). Además, si hay algún cambio en alguna de ellas, sin duda se producirá alguna modificación en las otras dos.

Los pensamientos positivos que generan en los acontecimientos diarios, acarrear formas de proceder positivas. Por el contrario, pensamientos negativos, generan malas intenciones y acarrear formas de proceder negativas. Precisamente los pensamientos negativos se afloraron durante la situación de pandemia, lo que desencadenó emociones

como tristeza, estrés, angustia, miedo, entre otras, como se mencionó en el marco teórico. A la vez, las acciones a tomar de la mayoría de padres de familia no fueron muy saludables, tal como se describieron anteriormente.

## **Análisis dimensional de las emociones encontradas**

### **Tristeza**

Nivel cognitivo: Hay una focalización de la atención en la situación problemática, dificultad para mantener la mente en blanco, problemas de concentración, pensamientos intrusivos sobre la situación. Las madres de familia manifestaron principalmente que se distraían constantemente y se les dificultaba recordar datos importantes.

Nivel emocional: Se encuentra llanto, retardo psicomotor, rostro abatido, falta de apetito, problemas de sueño, etc. Al no procesar la tristeza de manera adecuada, precisamente algunas participantes empezaron a manifestar trastornos de sueño y alimentación.

Nivel conductual: La persona se encuentra desmotivada para realizar las tareas cotidianas y actividades sociales. La mayoría de actividades recreativas se prohibieron por ser parte de las medidas de bioseguridad, el estado de ánimo de las madres con tristeza no les permitía disfrutar de situaciones o cosas que antes solían llevar a cabo.

### **Frustración**

Nivel cognitivo: Propicia afectaciones en situaciones de elevada gravedad, por ejemplo, la aparición de alteraciones en la capacidad de memoria, atención o percepción.

Nivel emocional: Suelen sentir rabia, desesperanza, ansiedad, angustia, presión y apatía ante los errores y la incapacidad de cumplir con lo que desean. La razón principal de esta

emoción en la investigación es la pérdida del trabajo, bajos ingresos económicos y el aislamiento social.

Nivel conductual: Tienden a abandonar, hay un impulso de “corregir” una situación debido a la impaciencia y persistir en la consecución de gratificaciones inmediatas.

## **Estrés**

Nivel cognitivo: La persona presenta inseguridad y tiene problemas para concentrarse; no encuentra solución a sus problemas por pequeños que sean y tiene la sensación de haber perdido la memoria.

Nivel emocional: Es representado a través de emociones como irritabilidad, miedo, nerviosismo, confusión, fluctuaciones del estado de ánimo, etcétera. Durante la pandemia, hubo bombardeo de información, personas cercanas enfermas, falta de recursos, etc.

Nivel conductual: La persona tiende a estar a la defensiva. También existe el mecanismo de defensa de la evitación que conduce a huir de situaciones que producen incomodidad. En los testimonios de las madres, resalta que el estrés de los miembros de las familias provocaba que la situación en casa se tornara tensa y que esto generara desacuerdos y discusiones de forma continua.

Son varios los autores (e.g. Brown *et al.*, 2020; Chung *et al.*, 2020) quienes sugieren que, como parte del confinamiento, los padres de familia prolongaron su trabajo desde casa, donde además tienen que dividir su atención entre el trabajo, labores del hogar y la crianza de sus hijos. La búsqueda del equilibrio entre estas diferentes actividades puede sin duda incrementar los niveles de estrés de los padres y, según estos autores, esto

implica un riesgo en el incremento de los conflictos matrimoniales, dificultades en la crianza de los hijos y trastornos psicológicos como depresión o ansiedad.

Aunado a estas dificultades, podemos mencionar: la falta de empleo, cambio en las condiciones laborales como implementación del teletrabajo, falta de tiempos de recreación, el cierre de centros educativos, por lo que, hubo un cambio importante en su rutina y se vieron forzados a ser parte activa del aprendizaje de sus hijos, incluso quienes no estaban listos. Estas situaciones evidentemente afectan la dinámica familiar y la relación con los hijos, lo que dio como resultado altos índices de divorcio, violencia física y psicológica en contra de los infantes, ambiente hostil de gritos, separación de familia, etc. La pandemia evidenció el problema que enfrenta la falta de prevención de afecciones psicológicas y promoción de la salud mental.

En la presente investigación, los resultados revelaron que efectivamente uno de las mayores dificultades como padres de familia es el aspecto económico, ya que su rol de proveedores del hogar continúa, más no las condiciones laborales e ingresos económicos. La representante de Unicef, Ana de Mendoza, refiere que: “En el contexto de la pandemia por Covid-19 los desafíos que deben enfrentar los padres, madres y otros cuidadores son muy grandes. La preocupación por la situación económica, el estrés a nivel social, familiar, el aislamiento, la enfermedad o duelo por un ser querido y el haber perdido sus redes de apoyo los coloca en un estado muy vulnerable que impacta en el desarrollo de sus hijos e hijas”. Si bien es cierto que estas declaraciones se refieren a un estudio en Lima, Perú; en Guatemala la situación mental de los padres es bastante similar. Las emociones que más afloraron en las participantes son: miedo, enojo,

frustración y tristeza. Naturalmente son emociones esperadas, tomando en cuenta la magnitud de la pandemia, sin embargo, se deben trabajar a corto plazo ya que conlleva malestar significativo al momento de relacionarse con los seres queridos e interrumpe las rutinas básicas de la familia.

A continuación, se presenta un resumen cuantitativo de las emociones que las madres de familia resaltaron en los instrumentos:

Dos madres experimentaron miedo debido a la incertidumbre de los síntomas de la enfermedad, la sobreinformación de los medios de comunicación, las cantidades alarmantes de contagiados y fallecidos día con día. Cinco señalaron haber sentido enojo. Principalmente por las personas que no acataron correctamente las instrucciones y normas de bioseguridad que se impusieron en el país con el objetivo de frenar el contagio. Cuatro expresaron que sintieron frustración y tristeza, al estar lejos de sus seres queridos, al pausar actividades recreativas, al cambiar drásticamente la rutina, etc.

Debido al confinamiento, se ha optado por actividades dentro de casa, de las cuales sobresalen el uso constante de las redes sociales, el cese de actividad física y pasar tiempo frente al televisor.

La OMS define “factores de riesgo” como condiciones, conductas, estilos de vida o situaciones que nos hacen más vulnerables frente a una enfermedad. En este caso, nos referiremos a la salud mental. Los factores que ponen en riesgo el equilibrio mental y emocional, podrían ser la cantidad de personas contagiadas y fallecidas a causa del virus, el rechazo comunitario de las normas establecidas por autoridades y actos de violencia

dentro de la comunidad. Sin duda alguna, la tristeza y la frustración en esta pandemia fueron de las emociones más frecuentes.

Por el contrario, los factores protectores son definidos como algo que puede disminuir la probabilidad de contraer cierta enfermedad. Dentro de estos está el apoyo psicológico de instituciones especializadas, apoyo gubernamental y el papel beneficiario de iglesias y organización de vecinos. Todos ellos son muy importantes para sobrellevar situaciones inesperadas, ya que los padres se sienten respaldados y apoyados y, en el caso de la psicoterapia, con las herramientas necesarias para salir adelante.

Los hallazgos encontrados en esta investigación permiten tener un acercamiento para explorar el papel que juegan los efectos psicológicos parentales en un contexto como el que se está viviendo con la pandemia por Covid-19. Sin embargo, el estudio tiene algunas limitaciones, entre ellas está el tamaño de la muestra, el cual, es relativamente pequeño y, además, al ser una muestra no representativa, no permite la generalización de los hallazgos encontrados

## CAPÍTULO IV

### Conclusiones

En el presente estudio se analizó la percepción y experiencia de los padres y madres de familia sobre los problemas emocionales y psicológicos durante el confinamiento por la pandemia de Covid-19 en el año 2020 y como resultado se concluyó:

- Los padres de familia también son una población vulnerable ante los cambios y nuevas disposiciones frente al Covid-19. Su rutina y estilo de vida se vio afectado por motivo laboral, económico, familiar, de salud, etc. Esto desencadena una serie de pensamientos (desesperación, cómo seguir sosteniendo a la familia con menos ingresos, ideas catastróficas), emociones (miedo, frustración, tristeza, enojo) y conductas (cambios en la alimentación o en el sueño, sedentarismo, abulia) que pueden perjudicar la salud mental. La tristeza se evidencia al no poder cubrir las necesidades de la familia, la frustración al acumular deudas, el miedo de no saber asertivamente lo que viene, etc. Esto trajo como consecuencia diversas formas de violencia en casa, peleas maritales, divorcios, desacuerdos entre los miembros de la familia, aparición de cuadros clínicos como depresión, ansiedad generalizada, estrés postraumático, trastornos de sueño o alimentación, etc.

- Los factores laborales y económicos son determinantes en la salud mental de los padres de familia especialmente. El estudio demostró que a más desempleo y problemas económicos más efectos psicológicos como estrés,

angustia, tristeza, desesperación y, por consiguiente, hábitos no saludables como sedentarismo, uso de sustancias como tabaco y alcohol, aislamiento, cuya repercusión puede afectar la salud física y mental. Todo esto desencadenó situaciones familiares lamentables. Las relaciones interpersonales se vieron afectadas con tensión, más desacuerdos, cambios repentinos de humor, desesperación por estar sólo en casa sin contacto con las esferas a las que cada miembro de la familia estaba acostumbrado.

- Las entrevistas revelaron que no todas las participantes de la muestra tienen acceso a atención psicológica, a pesar de que consideran necesitarla, ya sea por repercusiones de la pandemia u otras causas personales. Únicamente 3 de las 8 participantes llevaron el proceso terapéutico en el 2020 refiriendo ansiedad, problemas de sueño y síntomas depresivos. Dentro de las causas por las que no asisten a terapia, están la falta de recursos económicos, falta de tiempo y lejanía de los centros terapéuticos. Esto resulta altamente alarmante, ya que se reconoce la salud mental como vital para el bienestar de una persona, al no tener acceso a este tipo de ayuda, los cuadros clínicos pueden aumentar e incluso peligrar la vida.

## **Recomendaciones**

- Que el Ministerio de Salud de Guatemala imparta talleres de forma virtual a los padres de familia sobre estrategias de autocuidado y técnicas de psicoeducación. Estos talleres tienen como objetivo el conocimiento de

emociones que resulten funcionales con recursos útiles y prácticos. En los mismos pueden abordarse temas como la respiración, relajación, hábitos de alimentación saludable, actividad física, etc. Es importante brindarles herramientas para contrarrestar los efectos negativos de la pandemia y ayudar a conservar así, la salud física y mental.

- Los programas de ayuda social por parte del Gobierno de Guatemala o bien, las acciones de apoyo al entregar insumos básicos para consumo diario aportan tranquilidad a las familias afectadas. Por lo que se sugiere conocer los casos que precisan este tipo de apoyo y brindar la posibilidad de crear lazos de solidaridad, los cuales dan bienestar tanto a los encargados de los programas como a los individuos que lo reciben.

- Aperturar y divulgar, de mejor manera, centros de atención psicológica gratuita a cargo de practicantes de la Escuela de Psicología para tener mayor alcance en diferentes zonas de la Ciudad. De esta forma, tanto las participantes como otras personas puedan acceder a este vital servicio y garantizar la salud mental y la prevención de cuadros clínicos.

## Referencias

1. Apaza, C., Seminario Sanz, R., & Santa-Cruz Arévalo, J. (2020). *Factores psicosociales durante el confinamiento por el Covid-19 – Perú*. Revista Venezolana De Gerencia, 25. Retrieved 8 Noviembre 2020, from <https://www.redalyc.org/jatsRepo/290/29063559022/html/index.html>.
2. Arias Castilla, C. A. (2004). *Enfoques teóricos sobre la percepción que tienen las personas*.
1. Blairie, P., Canon, T., Davis, I., & Wisner, B. (1996). *Vulnerabilidad. El entorno social, político y económico de los desastres* [Ebook] (1st ed.). Tercer Mundo Editores. Retrieved 9 Noviembre 2020, from [https://books.google.com.gt/books?id=L0sk1-2d5AC&pg=PA30&dq=vulnerabilidad&hl=es-419&sa=X&ved=2ahUKEwiC1lqwq\\_TsAhXBrVkkKHb7qALkQ6AEwAHoECAMQA#g#v=on](https://books.google.com.gt/books?id=L0sk1-2d5AC&pg=PA30&dq=vulnerabilidad&hl=es-419&sa=X&ved=2ahUKEwiC1lqwq_TsAhXBrVkkKHb7qALkQ6AEwAHoECAMQA#g#v=on)
2. Bisquerra, R. (2013). *Cuestiones sobre bienestar. Cinco pilares para el desarrollo del bienestar personal, social y emocional*. Editorial Síntesis.
3. Bronfenbrenner, U. (1987). *La Ecología del Desarrollo Humano* (1.a ed.). Editorial Paidós
4. Chacón, F., Fernández-Hermida, J. R., y García-Vera, M. P. (2020). *La psicología ante la pandemia de la COVID-19 en España. La respuesta de la organización colegial*. *Clínica y Salud*, 31(2), 119-123. <https://doi.org/10.5093/clysa2020a18>

5. Chóliz, M. (2005). *Psicología de la Emoción: El proceso emocional*. Departamento de Psicología Básica.

6. Enrique García Fernández-Abascal, Beatriz García Rodríguez, María Pilar

Jiménez Sánchez, María Dolores Martín Díaz, Francisco Javier Domínguez Sánchez. (2010). *Psicología de la Emoción*. Madrid, España: Editorial Universitaria Ramon Areces.

7. Gallar, M. (2006). *Promoción de la salud y apoyo psicológico al paciente* (4 edición). Madrid, Thomson-Paraninfo.

8. Gesch, D.B., (2005), *Análisis de conjuntos de datos geoespaciales*

*multitemporales para evaluar los efectos paisajísticos de la minería de superficie*.

Reunión Nacional de la Sociedad Americana de Minería y Recuperación ASMR,

Lexington.

9. González, R., Valle, A., Arce, R. y Fariña, F. (2010). *Calidad de vida, bienestar y salud*. Psicoeduca.

10. Inchausti, F., García-Poveda, N.V., Prado-Abril, J. y Sánchez-Reales, S. (2020). *La Psicología Clínica ante la Pandemia COVID-19 en España. Clínica y Salud*, 31(2), 105-107. <https://doi.org/10.5093/clysa2020a11>

11. Johnson, María Cecilia, Saletti-Cuesta, Lorena, & Tumas, Natalia. (2020). *Emociones, preocupaciones y reflexiones frente a la pandemia del COVID-19 en Argentina*. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25(Suppl. 1), 2447-2456. Epub June 05, 2020. <https://doi.org/10.1590/1413-81232020256.1.10472020>

12. Lasa, N., Gómez Benito, J., Hidalgo, D., Gorostiaga Manterola, A., Espada Sánchez, J., Padilla García, J., & Santed German, M. (2020). *Las consecuencias psicológicas de la Covid-10 y el confinamiento* [Ebook] (1st ed.). Servicio de

Publicaciones de la Universidad del País Vasco. Obtenido 8 Noviembre 2020,  
from

[https://www.ub.edu/web/ub/ca/menu\\_eines/noticies/docs/Consecuencias\\_psicologicas\\_COVID-19.pdf](https://www.ub.edu/web/ub/ca/menu_eines/noticies/docs/Consecuencias_psicologicas_COVID-19.pdf).

13. Losada, A. (2015). *Familia y PSicología* [Ebook] (1st ed., p. 9). Dunken. Obtenido

8 Noviembre 2020, from

<https://books.google.com.gt/books?id=dj8gCAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=familia+que+es&hl=es-419&sa=X&ved=2ahUKEwiY8rD4tvPsAhUrrVkkHfSjBz4Q6AEwCHoECAAQAg#v=onepage&q=familia%20que%20es&f=true>.

14. Lozada- Requena I, Núñez Ponce C. *COVID 19: respuesta inmune y perspectivas terapéuticas*. Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública [Internet]. 2020 [citado 24 Noviembre 2020];(2). :

<https://www.scielosp.org/article/rpmesp/2020.v37n2/312-319/es/>

15. Organización Mundial de la Salud OMS, (2015.) <https://www.who.int/es> obtenido

de: <https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/qacoronaviruses> consultada 29/07/2020).

16. Organización Mundial de la Salud OMS, (24 de febrero de 2010)

<https://www.who.int/es> obtenido de:

[https://www.who.int/csr/disease/swineflu/frequently\\_asked\\_questions/pandemic/es/](https://www.who.int/csr/disease/swineflu/frequently_asked_questions/pandemic/es/)

(Fecha consultada 29/07/2020)

17. Organización Mundial de la Salud OMS, (s.f.) <https://www.who.int/es> obtenido de: <https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/advicefor-public/q-a-coronaviruses> consultada 29/07/2020)
18. Olds, J. y Milner, P. (1954). *Refuerzo positivo producido por la estimulación eléctrica del área septal y otras regiones del cerebro de rata*. Revista de Psicología Comparada y Fisiológica, 47, 419-427.
19. Palmero, F. (1996). Aproximación biológica al estudio de la emoción. Anales de Psicología, 12, 61-86
20. Parrado- González, A., & León- Jariego, J. (2020). COVID-19: *Factores asociados al malestar emocional y morbilidad psíquica en población española*. Esp. Salud Pública, (8).
21. Papez, J. W. (1937). *Un mecanismo propuesto de emoción*. Revista de Neuropsiquiatría y Neurociencias Clínicas.
22. Phelps, E. A. (2006). *Emoción y cognición: Perspectivas de los estudios de la amígdala humana*. Revisión Anual de Psicología, 57, 27–53
23. Pinazo-Hernandis, S. (2020). *Impacto psicosocial de la COVID-19 en las personas mayores: problemas y retos*. Revista Española De Geriatria Y Gerontología, (5).
24. REAL ACADEMIA ESPAÑOLA: *Diccionario de la lengua española*, 23.<sup>a</sup> ed., [versión 23.3 en línea]. <<https://dle.rae.es>> [22 de Noviembre de 2020].
25. Rodríguez, H. J. (2020). *Impacto de la COVID-19 sobre la salud mental de las personas*. Medicentro Electrónica, 24(3). Recuperado 2020, de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1029-](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-)

30432020000300578

26. Rosselli D. *Epidemiología de las Pandemias*. Medicina 129 [Internet]. 2020 [citado 24 Noviembre 2020];. de: <https://press.ispor.org/LatinAmerica/wpcontent/uploads/2020/07/Pandemias.pdf>

27. Ribot Reyes, V., Chang Paredes, N., & González, A. (2020). *Efectos de la COVID en la salud mental de la población*. Revista Habanera De Ciencias Médicas.

28. Samayoa, P. (2019). *Criterios para el Bienestar Psicológico basados en el modelo de bienestar psicológico de Carol Ryff*. [en línea] Universidad Rafael Landívar. Disponible

29. Sandi, C. (2012). *Influencia del Estrés sobre las capacidades cognitivas*. Revista Del Consejo Escolar Del Estado, 1(1). Recuperado 8 Noviembre 2020, from <https://books.google.com.gt/books?id=jsfuCQAAQBAJ&pg=PA41&dq=EFECTO>

S

[+COGNITIVOS&hl=es419&sa=X&ved=2ahUKEwiRsNbU5vPsAhWEjVvKkKHQDfBrIQ6AEwAnoECAAQA g#v=one](https://books.google.com.gt/books?id=jsfuCQAAQBAJ&pg=PA41&dq=EFECTO+COGNITIVOS&hl=es419&sa=X&ved=2ahUKEwiRsNbU5vPsAhWEjVvKkKHQDfBrIQ6AEwAnoECAAQA g#v=one)

30. Sandín B, Valiente R, García- Escalaera J, Chorot P. *Impacto psicológico de la pandemia de COVID-19: Efectos negativos y positivos en población española asociados al periodo de confinamiento nacional*. Revista de Psicopatología y Psicología Clínica. 2020;25(1):5-17.

31. Tizón, J. (2020). *La salud emocional en tiempos de crisis* [Ebook] (2nd ed.).

Herder. Recuperado 8 Noviembre 2020, de:

<https://books.google.com.gt/books?id=uWf->

DwAAQBAJ&pg=PT47&dq=aspectos+psicologicos+asociados+a+covid+19+emocional&hl=es-419&sa=X&ved=2ahUKEwiyhPztz\_PsAhXjw1kKHSnEAxoQ6AEwAnoECAUQAq#v=one

32. Vargas Megarejo, L. (1994). *Sobre el concepto de percepción*. *Alteridades*, 4(8).

Recuperado 9 Noviembre 2020, from

<https://www.redalyc.org/pdf/747/74711353004.pdf>.

33. Velasco Mallo H, Cruces Villalobos F, Díaz de Rada Brun A. *Lecturas de Antropología Social y Cultural* [Internet]. 3rd ed. Madrid España: UNED; 2010

[citado 17 Noviembre 2020]. de:

[https://books.google.com.gt/books?hl=es&lr=&id=4FLsZwaQv4C&oi=fnd&pg=PA195&dq=familia+&ots=9B2XQu9bEf&sig=0Dg6vBUhsmsl](https://books.google.com.gt/books?hl=es&lr=&id=4FLsZwaQv4C&oi=fnd&pg=PA195&dq=familia+&ots=9B2XQu9bEf&sig=0Dg6vBUhsmsl5J_MJs)

5J\_MJs

34. Martín-Cala, M., & Tamayo-Megret, M. (2013). *Funciones básicas de la familia*.

*Reflexiones para la orientación psicológica educativa*. *EduSol*, 13(44), 60-71.

35. Valladares González, A. (2008). *La familia. Una mirada desde la Psicología*.

*MediSur*, 6(1),4-13. [fecha de Consulta 9 de Mayo de 2022]. ISSN: Disponible en:

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=180020298002>

36. Morales Martínez, C. & Barragán Estrada, A (2014). *Psicología de las emociones*

*positivas: Generalidades y beneficios*. *Enseñanza e Investigación en Psicología*,

19(1),103-118. [fecha de Consulta 8 de Septiembre de 2022]. ISSN: 0185-1594.

Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29232614006>

37. Oblitas, Luis. & Piqueras, J. & Ramos V. & Martínez, A. (2009). *Emociones negativas y su impacto en la salud mental y física..* Suma Psicológica, 16(2),85112. [fecha de Consulta 8 de Septiembre de 2022]. ISSN: 0121-4381. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=13421313100>.

38. Cuervo, A. & Izzedin, R. (2007). *Tristeza, Depresión y Estrategias de*

*Autorregulación en Niños.* Tesis Psicológica, (2),35-47. [fecha de Consulta 8 de

Septiembre de 2022]. ISSN: 1909-8391. Disponible en:

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=139012670004>

## Anexos

Guatemala, 23 de octubre 2020

Licenciado Marco Antonio de Jesús García Enríquez  
Coordinador  
Centro de Investigación en Psicología –CIEPs  
“Mayra Gutiérrez”

Por este medio me permito informarle que he tenido bajo mi cargo la asesoría de contenido del planteamiento del objeto de estudio titulado “Efectos psicológicos causados durante la pandemia Covid-19 en los padres de familia asistentes al programa plan 24 C del ISIPs en el año 2020” realizado por las estudiantes María del Pilar Gutiérrez Putzeys, CUI 3001-79030-0101 y Alba Lucía Arana Ortiz, CUI 29126-22895-0101.

El trabajo cumple con los requisitos establecidos por el Centro de Investigaciones en Psicología, por lo que emito DICTAMEN FAVORABLE y solicito se proceda a la revisión y aprobación del correspondiente.

Sin otro particular, me suscribo,

Atentamente,

Licenciada María Isabel González Mazate  
Psicólogo y Orientador vocacional y laboral

Colegiado 972

Asesor de contenido

### Consentimiento informado

Información a los participantes: Se contactó e invitó a los participantes al estudio. Se les informó sobre el tema de la investigación, motivo y duración de esta, procedimiento para recabar la información e instrucciones generales del estudio.

Documentación del consentimiento: Se solicita a los participantes que firmen la carta de consentimiento informado, donde se detalla la metodología del trabajo de campo y, sobre todo, resaltar la voluntariedad. Cada participante tiene la posibilidad de retirarse sin problema alguno del proceso de investigación.

Confidencialidad: Se garantizó la confidencialidad de la información, asegurando el anonimato y que la información obtenida sería utilizada exclusivamente para fines de investigación. Así como se limitó el acceso a terceros, de los datos recabados.

Vulnerabilidad de grupo: Se reconoce que el grupo de participantes estuvo expuesto a ciertos factores sociales. Que, dependiendo del contexto, lo convertían en un grupo vulnerable. Esto se tomó en cuenta en la elaboración del proyecto.



## CARTA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO



Usted ha sido invitado a participar de una investigación en el Instituto de Servicio e Investigación Psicopedagógica "Mayra Vargas Fernández"- ISIPs bajo la coordinación de la docente supervisora Licda. María Isabel González.

El objetivo de esta reunión es informarle acerca del estudio titulado "Efectos psicológicos durante la pandemia COVID-19 en los padres de familia asistentes al programa de plan 24 A y C, ISIPs 2020".

Queremos destacar que su participación es totalmente voluntaria, por lo que no está obligado/a de ninguna manera a participar en este estudio. Si accede a participar, puede dejar de hacerlo en cualquier momento sin que tenga que dar explicación alguna al equipo de investigación. Se llevarán a cabo una serie de entrevistas para recabar información y brindar orientación y apoyo en caso de ser solicitado por el o la participante. La duración de las entrevistas será aproximadamente de 30 minutos mínimo a 45 minutos máximo.

Los datos que usted proporcione serán estrictamente confidenciales y se garantiza el total anonimato. Su nombre no aparecerá en ningún documento público, solamente en la base de datos de la institución la cual reiteramos es estrictamente confidencial. La información que proporcione será utilizada únicamente con fines académicos y con el propósito de aportar nuevos conocimientos ante la situación de la pandemia- Covid-19 que vivimos en Guatemala. Si, durante el proceso de investigación usted tiene alguna pregunta, puede acercarse a la persona encargada para aclarar sus dudas, las que serán tratadas de forma privada.

Por otra parte, cualquier inquietud o denuncia de alguna falta del equipo responsable de la investigación, podrá contactar a la Licda. María Isabel González M. al e-mail: [magonzalez@psicousac.edu.gt](mailto:magonzalez@psicousac.edu.gt) al teléfono 2418-7535.

Declaro que he sido informado del estudio y acepto las condiciones que se me presentan en este consentimiento, dado el día \_\_\_\_ del mes de \_\_\_\_\_ del año \_\_\_\_\_.

Para constancia se firma de conformidad.

\_\_\_\_\_  
Nombre y apellidos del entrevistado/a

\_\_\_\_\_  
DPI

No. \_\_\_\_\_

(f) \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Nombre y apellido de la entrevistadora

No. Carné \_\_\_\_\_