



## Impacto emocional por el COVID-19 en los estudiantes del NMS del IPN

**Angelina Cadena Flores**

*CECyT No. 13 Ricardo Flores Magón IPN*

*cadenaflorangelina20@gmail.com*

**Verónica Oralia Palafox Pichardo**

*CECyT No. 13 Ricardo Flores Magón IPN*

*vpalafoxpichardo@ipn.mx*

**Área temática:** Práctica Curricular: Docentes y alumnos, los actores del currículo.

---

### Resumen

En lo que respecta al campo educativo, resulta necesario conocer el impacto emocional que se ha presentado en los estudiantes como consecuencia de la pandemia, el regreso paulatino a la nueva normalidad y a las clases presenciales.

Los planteamientos pedagógicos de la educación 4.0, sostienen que el estudiante se encuentra en el centro del proceso de aprendizaje y es protagonista de este, mientras que el docente, es quien realiza el acompañamiento adecuado para lograr dicho aprendizaje, el desarrollo de las habilidades y competencias necesarias para el siglo XXI. Por lo que resulta indispensable realizar estudios diagnósticos para conocer la realidad de los estudiantes ante un hecho inédito como la pandemia por el COVID 19. Por lo anterior, se realizó una investigación educativa con el propósito de conocer el impacto emocional que se ha presentado en los estudiantes del CECyT 13 “Ricardo Flores Magón” y sus efectos.

**Palabras clave:** impacto emocional, estudiantes, pandemia, nueva normalidad, COVID-19.

### Justificación

A tres años del inicio de la pandemia a nivel global, las instituciones educativas y en especial el Instituto Politécnico Nacional, continúan retomando la vida académica y adaptando el



paradigma educativo a las necesidades actuales, no sólo en el aspecto académico y administrativo, sino también en los nuevos requerimientos como consecuencia de la situación que marcó un parteaguas en la dinámica personal, académica y social de la comunidad.

En este proceso inédito, las instituciones educativas, transitaron de vivir meses de confinamiento, a gestionar una modalidad a distancia con los recursos disponibles, para luego transitar a una modalidad híbrida, hasta retomar las actividades de manera presencial al 100%. Dichos cambios se pueden mencionar de manera sencilla, pero el pasar por éstos, no ha sido tarea fácil. Por el contrario, ha representado todo un proceso de adaptación, de actualización e innovación del proceso educativo que se sigue construyendo, frente a una realidad que continúa cambiando de manera rápida y constante, así como ha ido ampliando las posibilidades para el aprendizaje por medio de ambientes de interacción en diversas modalidades y con el apoyo de diferentes recursos tecnológicos.

En dicho proceso de constantes cambios, los docentes del CECyT No. 13 Ricardo Flores Magón, implementaron nuevas estrategias didácticas para atender a los alumnos en el desarrollo de los Programas Académicos, tales como: la Acción Tutorial, el Proyecto Aula; entre otras de las funciones académicas, que se siguieron desarrollando a lo largo de los semestres y durante la pandemia. Cabe señalar, que dichas acciones se les dio continuidad y no se interrumpieron a pesar de vivir los años de pandemia y de trabajar a distancia con los alumnos, con la finalidad de contribuir en la formación integral de los estudiantes y el logro de competencias pertinentes para la vida, el ámbito laboral y social en los egresados.

La premisa fundamental del retorno a las actividades ha sido el recuperar y dar continuidad a la formación académica de los estudiantes, dejando de lado un aspecto fundamental que es el aspecto emocional. Los estudiantes que se encuentra en el Nivel Medio Superior se ubican en la etapa de la adolescencia, la cual refiere un proceso complejo a nivel personal, familiar y social; aunado a las diversas experiencias que cada joven vivió como consecuencia de la pandemia, lo que nos lleva a encontrar una realidad diversa, compleja y necesaria de identificar.

Partiendo de la problemática anterior, se llevó a cabo una investigación para poder obtener un acercamiento a la realidad de los estudiantes del CECyT No. 13 Ricardo Flores Magón,

de la forma en que han vivido el proceso de la pandemia y su retorno a su vida escolar de manera presencial. El realizar estudios diagnósticos que faciliten conocer el desarrollo de la práctica curricular, y la forma en que docentes y alumnos, se relacionan para lograr los objetivos de enseñanza-aprendizaje, son recursos de gran relevancia para definir estrategias de mejora, ante necesidades específicas que se puedan identificar.

En el caso de la problemática mencionada, algunas preguntas que se han planteado son:

- ¿Se conoce el impacto emocional en los estudiantes, debido al COVID-19?
- ¿Existe una relación entre el impacto emocional y el desempeño académico y/o permanencia en el entorno educativo?
- ¿Las instituciones educativas han identificado las necesidades específicas de atención a los alumnos?
- ¿Se han realizado acciones de atención y seguimiento a los alumnos que lo requieren por parte de la institución educativa?

Por lo anterior, el objetivo de la investigación fue identificar algunos de los aspectos relacionados con el impacto emocional en los estudiantes como consecuencia del COVID 19 y relacionar los efectos del impacto emocional en los estudiantes y su desempeño académico.

### **Enfoque conceptual**

La adolescencia es una etapa de cambios físicos, psicológicos y emocionales que lleva a los jóvenes, a cuestionarse del lugar que ocupan en la sociedad, de las metas que quieren lograr, de sus relaciones interpersonales, los aspectos relacionados con su identidad y valores; entre otros. Es una etapa determinante en la personalidad del individuo y de búsqueda de significados en todos los aspectos que conforman su existencia. Los jóvenes pueden pasar de la tristeza a la alegría sin motivos claros y en ocasiones relacionados con sus vínculos sociales. Viven con gran estrés por las responsabilidades de su vida académica, dificultades económicas, en su comunicación, problemas en sus relaciones interpersonales y familiares; así como la incertidumbre del futuro y su vida laboral.

En la adolescencia, el desarrollo social es muy importante, ya que el joven busca identificarse con sus pares y pertenecer a los grupos con los que es afín; lo que contribuye a su desarrollo, identidad y adquisición paulatina de su independencia. Se necesita de los



“otros” ya sean familiares, amigos, compañeros, profesores. Para poder crecer y desarrollarse en equilibrio, por lo tanto, la soledad y el aislamiento no es lo idóneo para el individuo y en especial para el adolescente que se reconoce y se siente cómodo entre sus iguales. En los meses que duró la pandemia y con un aislamiento tan prolongado, los jóvenes modificaron la forma en se relacionaban con sus pares, suspendieron en muchos casos sus actividades deportivas, las actividades al aire libre y la forma de interactuar con sus compañeros en sus clases académicas, lo que llevó a consecuencias emocionales por los cambios y adaptaciones que tuvieron que hacer por un largo tiempo.

La crisis que ha generado la pandemia detonó importantes resonancias emocionales en los adolescentes, que van desde un aumento a experimentar síntomas ansiosos y depresivos, a incrementar algún padecimiento emocional que ya se tenía, mayor inquietud, problemas para dormir con alteraciones de los ciclos de descanso, cambio de hábitos alimenticios, aumento o disminución de peso, agotamiento, aumento de cortisol en el organismo que es la hormona del estrés, entre muchos otros.

En un sondeo realizado por UNICEF que describe: “El impacto del COVID-19 en la salud mental de las y los adolescentes y jóvenes de Latinoamérica y el Caribe”. Dicho sondeo se realizó a 8.444 adolescentes y jóvenes de 13 a 29 años en nueve países y territorios de la región. Dicho informe, reporta los sentimientos que enfrentaron en los primeros meses de iniciada la pandemia, como la ansiedad, depresión, entre otros. Así como falta de motivación para realizar actividades que antes disfrutaban. Como se puede observar en el estudio anterior realizado por UNICEF, las consecuencias para la salud mental y emocional de los jóvenes son enormes y de gran impacto. En los últimos datos disponibles de UNICEF, 1 de cada 7 jóvenes se ha visto directamente afectado por el confinamiento en todo el mundo. Más de 1.600 millones de jóvenes han sufrido alguna pérdida en su educación. La alteración de las rutinas, la educación y el ocio, así como la preocupación de las familias por los ingresos y la salud, hacen que muchos jóvenes sientan miedo, rabia y preocupación por el futuro.

Otro de los aspectos que se han presentado es el desarrollo de un trastorno de estrés postraumático en los adolescentes, que puede ocurrir por la pérdida de algún familiar, secuelas físicas y emocionales como consecuencia de haber presentado COVID u otro tipo de enfermedad. Lo anterior, propició que los estudiantes vivieran un impacto psicológico



que se reflejó en situaciones de depresión, ansiedad y estrés por todo el tiempo que implicó el haber perdido sus espacios de aprendizaje presenciales y sus vínculos sociales.

Así mismo, al estar frente a la pantalla de su computadora o celular muchas horas del día para tomar sus clases a distancia, detonó en ocasiones, situaciones de aburrimiento, falta de motivación, desorden en sus hábitos relacionados con el descanso y alimentación, entre otros aspectos que se vio reflejado en su desarrollo cognitivo, emocional y físico. Cabe mencionar que cuando se presentan estados emocionales negativos en los adolescentes, el aumento de estrés de manera intensa ocasiona consecuencias en el aprendizaje y la memoria, afectando de manera significativa el desarrollo cognitivo de los estudiantes.

Con el retorno a las actividades presenciales a lo que se le ha llamado la “Nueva Normalidad”, los jóvenes se van adaptando paulatinamente, habituándose a nuevas costumbres como el llevar el cubrebocas y guardar cierta distancia de seguridad con las personas. Sin embargo, se reconoce cierta inseguridad en los jóvenes, ya que esa forma de relacionarse es diferente a como lo hacían anteriormente.

Por su parte los docentes, continuaron adaptando las prácticas educativas y pedagógicas, para redefinir el rol del docente y el alumno, el uso de las tecnologías de la información y la comunicación, las formas de evaluación de los aprendizajes, los métodos de enseñanza, entre otros aspectos; para dar continuidad a la formación sólida en los estudiantes, basada en conocimientos, habilidades, actitudes y valores, que les permitan dar solución a los retos actuales y la adaptación a los cambios acelerados a partir de la pandemia a nivel mundial.

Como se establece en el Modelo Educativo del IPN, el estudiante se encuentra en el centro del proceso de aprendizaje y es el protagonista, mientras que el docente es quien realiza el acompañamiento adecuado para lograr dicho aprendizaje. Con el propósito de alcanzar tres principios esenciales; el primero que es fortalecer un aprendizaje personalizado, es decir un aprendizaje adaptativo en donde cada alumno desarrolle un itinerario individual de aprendizaje, que tenga cuenta de su ritmo, su nivel de conocimientos previos, su estilo cognitivo o su nivel de dominio en la materia. El segundo principio, que es lograr una mayor participación, en donde el alumno es el eje y el centro del proceso de aprendizaje y el tercer principio, constancia y rendimiento, que le facilite el logro de metas a corto, mediano y largo plazo. El desarrollo de competencias tales como: la creatividad, la comunicación asertiva, el trabajo colaborativo, el desarrollo del pensamiento crítico, la innovación, la inteligencia

emocional, la empatía, la resiliencia; así como el fortalecimiento de la calidad humana en sus estudiantes, son algunas de las competencias necesarias de este siglo.

### **Estrategia metodológica**

El estudio fue diagnóstico de la población estudiantil del turno matutino, con un total de 892 alumnos inscritos en la modalidad escolarizada para el ciclo 2022/1, se obtuvo una muestra de 62 estudiantes del CECyT No 13 Ricardo Flores Magón. Se consideró la muestra con alumnos de las diferentes carreras técnicas que se ofertan en el plantel: Contaduría, Administración, Informática, Administración de Empresas Turísticas, Ciberseguridad y Gastronomía.

Para los alumnos la encuesta contempla cuatro, secciones: Datos generales (edad, género, semestre, especialidad, grupo), Situación académica (promedio), Situación Personal y Situación de los alumnos en relación con los aspectos emocionales.

### **Desarrollo**

La adolescencia es una etapa del desarrollo compleja en donde se viven infinidad de cambios físicos, emocionales, psicológicos y en las relaciones interpersonales. Las emociones, el comportamiento, los pensamientos, los estados de ánimo, las formas de comunicación y relación de los adolescentes, entre otros factores; aunado a la situación que se hizo presente durante el confinamiento por la pandemia a nivel global, contribuyó a que los jóvenes vivieran situaciones de grandes desafíos personales que les obligaron a implementar estrategias para seguir adelante en el día a día.

Los jóvenes que se adaptaron rápidamente desarrollaron su resiliencia, nuevas formas de comunicación, de organización y desarrollaron su empatía. En las situaciones adversas que se presentaron, más de la mitad de la población encuestada en un 67.7%, reconoce tener algún tipo de enfermedad durante el confinamiento por la pandemia por el COVID 19. Sin embargo, una vez retomadas las actividades de manera híbrida y de integración gradual a las actividades presenciales, un 56.5% de la población encuestada, continuó reportando padecer algún tipo de enfermedad. En las que se mencionan en primer lugar las de tipo emocional en un 48.4% y de tipo físico en un 32.3% de los encuestados.

Otro dato que resaltar es que sólo el 55.8% de los encuestados está atendiendo su enfermedad con profesionales de la salud, lo que deja a un porcentaje significativo del 44.2% de los alumnos encuestados, sin la atención correspondiente.

Una vez que los jóvenes se integraron a las actividades presenciales y al cuestionarlos de la forma en que se sienten, reportan en un 74.2% sentirse estresados, con cambios de ánimo en un 61.3%, ansiosos en un 54.8%, con preocupación y dificultad para concentrarse ambos en un 50%. La razón de estas emociones está relacionada con situaciones del entorno escolar y situaciones familiares. Por lo anterior, es importante que los jóvenes reconozcan sus emociones, las identifiquen y aprendan a canalizarlas en forma asertiva. El acompañamiento que realizan los docentes, tutores y especialistas marca una diferencia significativa en el desarrollo de una salud emocional en los jóvenes.

Estos datos, reflejan algunos de los aspectos emocionales que están viviendo los jóvenes en su vida cotidiana y en su integración a la nueva normalidad, lo que refiere la necesidad de diseñar acciones que pudieran aportar estrategias para desarrollar la inteligencia emocional en los alumnos o la atención especializada en algunos casos. Así como la identificación, canalización a diversos centros de apoyo dentro y fuera de la institución. Así mismo, realizar convenios con instituciones especializadas en temas de salud emocional para trabajar de manera conjunta y promover programas continuos, acordes a las necesidades de los alumnos que se han identificado.

Al cuestionarlos sobre la evaluación que hacen de su motivación en las actividades que cotidianas, los estudiantes reportan que la consideran intermedia en un 62.9% y su percepción hacia el futuro en un 59.7% es optimista. Estos aspectos también se pueden reforzar en los jóvenes, ya que la percepción que tengan de ellos mismos y de su futuro, es un factor que contribuye al logro de sus metas. Los docentes sin importar la Unidad de Aprendizaje que imparten pueden incidir en que se construya una visión positiva del futuro y de las acciones concretas que los alumnos deben de gestionar para alcanzar sus metas personales y profesionales. Un 48.4% de los alumnos encuestados sí han tenido la necesidad de pedir ayuda para mejorar su bienestar físico y emocional. Reconociendo que a quien más confianza tendría para pedir dicha ayuda, es en primer lugar con los amigos, familiares cercanos en segundo lugar y en tercer lugar con profesionales en psicología. En



este aspecto, recordemos la importancia de los pares para el adolescente y el gran impacto que tiene la familia en su desarrollo personal.

Algunos de los aprendizajes significativos que reconocen los jóvenes por la pandemia son: valorar más a la familia, reconocer a los amigos y valorar más las cosas que hacen. Este dato, refleja la importancia que tiene el que los jóvenes reconozcan sus aprendizajes en todo proceso y el desarrollo de su resiliencia, como la capacidad de recuperación y adaptación ante las situaciones adversas.

Cuando se les cuestionó a los jóvenes en relación con la forma en que se perciben al integrarse a la nueva normalidad y a las actividades presenciales, comentan sentirse desorganizados. Este dato es un área de oportunidad para trabajar en el aula con algunas estrategias que les ayuden a desarrollar una mejor organización personal, manejo de sus tiempos, priorizar actividades urgentes e importantes, desarrollar un horario semanal, manejo de una agenda y definir acciones específicas para lograr mejores resultados en sus actividades.

En los hábitos que les gustaría trabajar, los encuestados reportan que quieren mejorar en sus tiempos de sueño, tiempos de descanso y activación física. Al recuperarse muchas de las actividades que se habían suspendido por la pandemia, es importante que los jóvenes retomen espacios para promover su desarrollo integral y reconozcan las áreas de mejora en las que pueden trabajar a través de estrategias específicas para cada caso. Las actividades deportivas y culturales que se promueven en el CECyT No. 13, son una opción viable y de gran aporte para el desarrollo de los alumnos.

Al finalizar la encuesta, se les pidió a los alumnos que definan tres objetivos que se han propuesto con el regreso a las actividades presenciales, en un porcentaje alto mencionan: “el mejorar sus hábitos”, “trabajar en su autoestima”, “fortalecer sus habilidades de aprendizaje”, “mejorar su promedio y calificaciones”, “cuidar su salud mental y emocional”, “tener más amigos”, entre otras respuestas. Cabe mencionar, que hay un término que se hace recurrente en las respuestas que es el “mejorar como persona”, en este sentido la respuesta queda abierta a poder mejorar en los aspectos que ellos determinen como importantes en alguna de sus dimensiones: física, psicológica y social. Y el que los jóvenes reconozcan estos aspectos que requieren atención, es un punto de partida esencial para que se logre una mejor adaptación a los cambios que se siguen presentando en su entorno.





En general podemos observar que el proceso de la pandemia dejó grandes experiencias y aprendizajes en los jóvenes, que se reflejan en valorar y mejorar en lo personal, en su ámbito familiar, escolar y social.

### **Resultados y Conclusiones**

El impacto emocional que han presentado los estudiantes del CECyT No. 13 Ricardo Flores Magón como efecto del COVID 19, tiene una resonancia en diferentes aspectos que conforman la vida de los jóvenes y en especial en los aspectos emocionales. El transitar por las diferentes etapas de la pandemia desde sus inicios, los momentos más críticos, hasta el regreso paulatino a las actividades, ha requerido una gran adaptación, resiliencia y fortaleza por parte de los jóvenes. Si bien es cierto, que dicho impacto no se vio reflejado en su desempeño académico de manera significativa, sí se presentó en aspectos emocionales y en su salud física, así como en la perspectiva que tienen de sí mismos, de su motivación y de su futuro. Por lo que resulta significativo para las instituciones educativas, el conocer la situación de sus estudiantes como consecuencia de la pandemia y lo que reportan en el momento actual para poder promover acciones específicas de apoyo para que los jóvenes se fortalezcan y continúen trabajando en sus metas personales, académicas y profesionales.

La razón de ser del trabajo académico es el estudiante, quien se encuentra como eje principal del proceso de aprendizaje. Por su parte, el docente es quien da el acompañamiento no sólo en los aspectos académicos, sino también en aspectos formativos de la personalidad del adolescente para que desarrolle las competencias necesarias para continuar enfrentando los desafíos de la época presente y futura. Dichas competencias están relacionadas con aspectos como: la empatía, la resiliencia, la solidaridad, la comprensión, la colaboración, el sentido de pertenencia, entre otros.

Por lo que es indispensable continuar realizando estudios diagnósticos para conocer a los jóvenes, sus necesidades, sus aspiraciones y retos para incidir positivamente en su formación integral y que estén preparados para alcanzar sus metas y contribuir en las transformaciones del siglo XXI.



## Referencias

Castañeda, J., de la Torre, M., Morán, J. y Lara, L. (2002). *Metodología de la Investigación*. México. McGrawHill

De la Iglesia, M. (2019). “Caja de herramientas 4.0 para el docente en la era de la evaluación por competencias”, U.C. Madrid, Ed., recuperado el 10 de septiembre de 2019, de [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1665-26732019000200093](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-26732019000200093)

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). *Impacto del COVID-19 en los niños, niñas, adolescentes y sus familias en América Latina y el Caribe*. 2020 [citado 21/07/2020]. Disponible en: <https://www.unicef.org/lac/media/10966/file/Impact-children-covid19-lac.pdf>

Delors, J. (1996) “Los cuatro pilares de la educación”, en *La Educación encierra un tesoro*. España. Santillana, Ediciones UNESCO.

Instituto politécnico Nacional (2004), *Un Nuevo Modelo Educativo para el IPN* (vol. 1), P.i. México, Ed., Ciudad de México, recuperado el 4 de septiembre de 2019 desde [https://www.ipn.mx/assets/files/seacademica/docs/RecursosDigitales/MPLR\\_I3BCD.pdf](https://www.ipn.mx/assets/files/seacademica/docs/RecursosDigitales/MPLR_I3BCD.pdf)

Martínez Sierra, P.D (2020). *Aproximación a las implicaciones sociales de la pandemia del COVID19 en niñas, niños y adolescentes: el caso de México*. *Sociedad E Infancias*, 4, 255-258. Recuperado el 10 de julio de 2020, de <https://doi.org/10.5209/soci.69541>

Secretaría Académica, “E 4.0. Transformación de la educación politécnica”, Documento de trabajo, disponible en línea en <https://e4-0.ipn.mx/wp-content/uploads/2019/06/DocumentoEjecutivo.pdf>

Vanegas, M. (2022). *Depresión, un trastorno que afecta a niños y adolescentes ¿Cuál fue su impacto durante el aislamiento por la pandemia?* *Revista Científica Arbitrada de la Fundación MenteClara*, Vol. 7 (310). DOI: <https://doi.org/10.32351/rca.v7.310>