



Ansiedad en adolescentes durante el confinamiento (Covid 19) del barrio Santa Clara - cantón Manta - 2020

Anxiety in adolescents during confinement (Covid 19) of the Santa Clara neighborhood - Canton Manta - 2020

Ansiedad en adolescentes durante el confinamiento (Covid 19) del barrio Santa Clara - cantón Manta - 2020

Gabriela Denisse Catagua-Meza ^I
gabycata92@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0002-8904-3343>

Gustavo Rafael Escobar-Delgado ^{II}
gustavoescobar_2006@hotmail.es
<https://orcid.org/0000-0002-0732-7757>

Correspondencia: gabycata92@gmail.com

Ciencias técnicas y aplicadas
Artículo de investigación

***Recibido:** 30 de enero de 2021 ***Aceptado:** 17 de febrero de 2021 * **Publicado:** 20 de marzo de 2021

- I. Estudiante de la Universidad Técnica de Manabí, Portoviejo, Ecuador.
- II. Magister en Investigación y Gestión De Proyectos, Licenciado en Ciencias de la Educación. Especialización. Psicología y Orientación Vocacional, Profesor de Segunda Enseñanza, Docente de la Universidad Técnica de Manabí, Portoviejo, Ecuador.

Resumen

El confinamiento como medida decretada durante la emergencia sanitaria para contrarrestar el impacto del Covid-19, aunque es positivo también afecta significativamente la estructura psíquica de los adolescentes. Así, el objetivo cardinal de la investigación efectuada es identificar los niveles de ansiedad en los adolescentes durante el confinamiento (Covid 19) en el barrio "Santa Clara" del cantón Manta, periodo junio-julio 2020. Para el efecto, se trabajó con una muestra de 25 adolescentes en edades de 13- 17 años. Como instrumento de evaluación se utilizó el test de ansiedad de Beck de los autores (Beck, Epstein, Brown, & Steer, 1988), cuestionario auto administrado con gran aceptación para medir el nivel de ansiedad y, una encuesta semiestructurada. Los resultados obtenidos fueron los siguientes: de los 25 adolescentes a quienes se les aplicó el test, 13 son mujeres, es decir el 52%; y, 12 son hombres, esto es el 48%. El 44% corresponde al grupo de edad de 13-14 años y, el 56% al grupo de edad de 15-17 años. El 16% de los adolescentes presenta una ansiedad mínima, el 32% ansiedad leve, el 44% ansiedad moderada y el 8% severa. Estos resultados, junto con los de la encuesta, revelan que hay una clara relación entre el confinamiento por la pandemia sanitaria y la ansiedad en los adolescentes, evidenciando en la mayoría de ellos un nivel de ansiedad moderada.

Palabras claves: Confinamiento; adolescencia; ansiedad.

Abstract

Confinement as a measure decreed during the sanitary emergency to counteract the impact of Covid-19, although positive, also significantly affects the psychic structure of adolescents. Thus, the main objective of this research is to identify the levels of anxiety in adolescents during the confinement (Covid 19) in the "Santa Clara" neighborhood of the Manta canton, period June-July 2020. For this purpose, we worked with a sample of 25 adolescents aged 13-17 years. The evaluation instrument used was the Beck anxiety test of the authors (Beck, Epstein, Brown, & Steer, 1988), a self-administered questionnaire with great acceptance to measure the level of anxiety, and a semi-structured survey. The results obtained were as follows: of the 25 adolescents to whom the test was administered, 13 were female, i.e. 52%; and 12 were male, i.e. 48%. Forty-four percent corresponded to the 13-14 years age group and 56% to the 15-17 years age group. Sixteen percent of the adolescents presented minimal anxiety, 32% mild anxiety, 44% moderate anxiety and 8% severe anxiety. These results, together with those of the survey, reveal that there

is a clear relationship between confinement due to the health pandemic and anxiety in adolescents, with most of them showing a moderate level of anxiety.

Keywords: Confinement; adolescence; anxiety.

Resumo

O confinamento como medida decretada durante a emergência sanitária para neutralizar o impacto da Covid-19, embora seja positivo, também afeta significativamente a estrutura mental dos adolescentes. Assim, o objetivo principal da pesquisa realizada é identificar os níveis de ansiedade em adolescentes durante o confinamento (Covid 19) no bairro “Santa Clara” do cantão de Manta, período de junho a julho de 2020. Para tanto, trabalhamos com amostra de 25 adolescentes de 13 a 17 anos. O teste de ansiedade de Beck dos autores (Beck, Epstein, Brown, & Steer, 1988), um questionário autoaplicável amplamente aceito para medir o nível de ansiedade e uma pesquisa semiestruturada foram usados como um instrumento de avaliação. Os resultados obtidos foram os seguintes: dos 25 adolescentes aos quais foi aplicado o teste, 13 são mulheres, ou seja, 52%; e, 12 são homens, isso é 48%. 44% correspondem à faixa etária de 13 a 14 anos e 56% à faixa de 15 a 17 anos. 16% dos adolescentes apresentam ansiedade mínima, 32% ansiedade leve, 44% ansiedade moderada e 8% grave. Esses resultados, juntamente com os da pesquisa, revelam que há uma relação clara entre o confinamento devido à pandemia de saúde e ansiedade em adolescentes, com a maioria deles apresentando um nível moderado de ansiedade.

Palavras-chave: Confinamento; adolescência; ansiedade.

Introducción

En los últimos años, las crisis sociales, económicas, políticas y especialmente sanitarias son generalizadas. El planeta está pasando por momentos devastadores, generados por la pandemia del coronavirus. Los estragos en la salud mental de la población son evidentes. Ecuador no está exento de esta realidad; incluso, investigaciones realizadas, testimonian que los efectos psicológicos negativos que se están presenciando en las personas son los síntomas de estrés postraumático, ansiedad, depresión, confusión y frustración, esto debido al temor, pérdidas económicas y humanas (Medina & Jaramillo, 2020).

Con el fin de disminuir el número de contagios, el Estado determinó el confinamiento como medida urgente y necesaria para preservar la vida de los ecuatorianos; más tarde, y ante la necesaria

reactivación del aparato productivo se estableció el distanciamiento social; sin embargo, las políticas educativas y terapéuticas para asegurar la funcionalidad emocional de la familia y de la sociedad no han dado los resultados esperados. Niños, jóvenes, adultos, ancianos, no han estado exentos de perturbaciones cognitivas y emocionales. Específicamente, esta investigación versa sobre la afectación en la salud mental de los adolescentes; y es que, el cambio repentino de estilos de vida y de rutina diaria que muchos de ellos tenían es un fenómeno psicosocial que entraña un complejo contexto de factores que directa o indirectamente constriñen la subjetividad y la interpretación de la realidad. No es fácil asimilar la casi nula realización de actividades que para ellos representaba el mundo de la distracción, relajación, entretenimiento, entre otros aspectos.

Entre los efectos secundarios de esta emergencia sanitaria constan: el confinamiento prolongado que dio paso a más ansiedad, estrés, limitación hacia el acceso de las familias a alimentos y a otros artículos esenciales; y los cierres de escuelas que dejaron a los adolescentes sin un entorno importante de protección, afectaron directamente la salud, la seguridad y el bienestar general de los adolescentes y sus familias (Saputra, 2019).

En países como Australia, Brasil, Ecuador, Egipto, Nicaragua, España, Mozambique, Estados Unidos, Zambia, entre otros, mediante una encuesta realizada sobre el impacto del Covid, se evidencia que la mayoría de las niñas, adolescentes y mujeres jóvenes han experimentado altos niveles de ansiedad como resultado de la crisis sanitaria. De las encuestadas, el 88% han experimentado algún nivel de ansiedad entre alto y moderado. Solo el 12% declararon no haberla sentido (Plan Internacional, 2020).

Más allá de las condiciones materiales, en la situación actual, dada la alarma y la incertidumbre en los adolescentes, pueden además experimentar mayores niveles de ansiedad, miedo y preocupación. En 2018, casi el 30% de los jóvenes reportaron haber tenido algún problema de salud mental y ahora en tiempos de pandemia ha aumentado más este índice (Castaño, 2020).

Como se puede apreciar, la inseguridad y miedo que en general vive la población, determinados por los altos riesgos de contagio, constituyen materia prima para que los profesionales de la salud orgánica y de la salud mental se conviertan en un colectivo especializado que, sintonizado con políticas efectivas emanadas desde el gobierno central, puedan desempeñarse de manera eficaz. Sin embargo, voces de protesta del sector de la salud y de la comunidad alertan que las condiciones de desempeño profesional no son las ideales para enfrentar al mortal virus.

La comunidad Santa Clara de la ciudad de Manta, en la provincia de Manabí, al igual que muchos otros lugares deben acatar los protocolos de seguridad para salvaguardar el bienestar de sus habitantes. Al existir la emergencia sanitaria, está prohibido que se realicen actividades o reuniones con excesivo número de personas, pues, se alentaría la diseminación del virus o contagio galopante; justamente, este fenómeno sería una potencial causa de ansiedad en los adolescentes. Así, este estudio plantea como objetivo: Identificar el nivel de ansiedad en adolescentes durante el confinamiento (COVID 19) en el barrio Santa Clara del cantón Manta periodo junio-julio 2020.

Desarrollo

La ansiedad es parte de la existencia humana. Todas las personas alguna vez en su vida han pasado por un periodo de ansiedad, incluso estudios realizados demuestran que esto es parte fundamental para la supervivencia. Cuando se presenta de forma moderada, es funcional y no representa ningún problema de salud, es una respuesta adaptativa, sin embargo según (Galiano Ramírez, Castellanos Luna, & Moreno Mora, 2016), en este sentido, es importante destacar que la ansiedad patológica es más profunda, recurrente, persistente, deteriora el funcionamiento fisiológico y psicosocial, se somatiza, e implica reducción de la independencia.

Como se puede notar, los profesionales de la salud mental deben poseer un bagaje cognitivo-experiencial acerca de las diferentes razones que desencadenan la ansiedad; desde las experiencias vitales, hasta las genéticas y amenazantes; así, se pueden distinguir oportunamente las expresiones ansiosas, como por ejemplo el trastorno obsesivo-compulsivo, la agorafobia, el estrés postraumático, caracterizadas por síntomas psicológicos como la preocupación dominante, problemas de concentración, irritabilidad, y por síntomas físicos como dolores de cabeza y musculares.

En general, la ansiedad es una palabra que se utiliza para describir diferentes condiciones mentales, además es considerada como un fenómeno que se encuentra arraizado en la sociedad moderna; es una emoción de alarma que se experimenta con inquietud, desasosiego, temor indefinido, preocupación desbordante y miedo a perder el control (Rojas,2013).

En la mayoría de las veces, las personas desarrollan algún tipo de ansiedad cuando se encuentran en situaciones que les genera preocupación o estrés. La ansiedad tiene diferentes etapas que van desde la leve hasta la severa. Miller (2019) hace referencia a diferentes tipos de trastorno de

ansiedad entre los más comunes es la ansiedad generalizada o TAG (ansiedad a largo plazo), trastorno de ansiedad social (se manifiesta con el aislamiento).

En la actualidad, se atraviesa una crisis sanitaria mundial que nos mantiene en constante estado de alerta. Por ello, es importante que no permitamos que se desencadenen en nosotros emociones como la ansiedad y la angustia, sin embargo, esto ha sido inevitable y hoy en día niños, jóvenes y adultos padecen de enfermedades psicológicas, al respecto, Cereceda (2020) menciona que:

En épocas de crisis como la que estamos viviendo ahora, además de una constante sensación de incertidumbre, aumentan los niveles de ansiedad. Y es que, como explica el psicólogo y académico de la Universidad Adolfo Ibáñez, Cristóbal Hernández, la ansiedad funciona así: Primero surge la situación o el contexto amenazante. Nosotros, como seres humanos, le prestamos atención a esas situaciones y nuestro cuerpo se activa y se pone en estado de alerta producto del miedo. Mientras más interactuamos con esa situación, más se nos activan los síntomas de la ansiedad. Ese estado de alerta va generar que intentemos buscar señales que nos den seguridad. Y aquí es clave que recurramos a lo correcto, porque, paradójicamente, muchas veces lo que buscamos para sentirnos seguros es lo que termina aumentando la sensación de riesgo. A eso le decimos el loop de la ansiedad.

La ansiedad de estado, consta de cambios, de circunstancias en cuanto a emociones de nerviosismo, inquietud y desconfianza, estas están asociadas al “arousal” del cuerpo. Se debe tener en cuenta que es circunstancial es decir debido al acontecimiento del momento (López & Hernández, 2016).

Si bien es cierto, esta pandemia ha provocado cambios en todos los contextos de la vida diaria de los seres humanos, en donde los adolescentes y sociedad en general se encuentran en situaciones que de una u otra manera afectan su salud mental. Los adolescentes también son grupos vulnerables a sufrir de enfermedades psicológicas incluso puede verse afectado su rendimiento y bienestar. Luciani (2010) señala que tanto la ansiedad como la depresión disminuye la calidad de vida de las personas.

Existen diversas causas que provocan la ansiedad, esta depende mucho de cada persona, en este sentido según lo propuesto por Saila (2002) existen las siguientes causas:

- Unas personas tienen problemas con la ansiedad porque tienen tendencia a reaccionar exageradamente ante las dificultades.

- Otras se vuelven ansiosas como consecuencia de un acontecimiento especialmente desagradable. En otros casos, la aparición de un problema importante o la acumulación de pequeños problemas causa la ansiedad.

En ocasiones, la ansiedad aparece justo cuando se han resuelto una serie de problemas y, por tanto, era de esperar que esa persona se encontrase mejor

La ansiedad puede traer consigo sentimientos de infelicidad, depresión, irritabilidad, alteraciones de sueño, desavenencias en las relaciones de pareja, consumo de tóxicos, etc. Por ello, es muy importante aprender a manejarla (Saila, 2002).

Por otro lado, Guerrero (2010) menciona que “el trastorno de ansiedad puede acabar afectando la vida de las personas en muchos aspectos, trayendo consecuencias en el trabajo, en las relaciones conyugales e incluso en el cuerpo, todo eso contribuyendo mucho al empeoramiento del cuadro de ansiedad”.

Adolescencia y confinamiento

Por lo general, las personas que soportan una situación de emergencia sufren antes, durante y después de la situación, problemas psicológicos que afectan en su estabilidad emocional y bienestar psicosocial. Las situaciones de emergencia causan malestar a la mayoría de las personas, que se manifiesta, por ejemplo, en forma de ansiedad y tristeza, desesperación, trastornos del sueño, cansancio, irritabilidad o ira y/o dolor, depresión (OMS, 2019).

La pandemia COVID-19 ha conllevado un confinamiento que puede haber afectado al bienestar social y emocional en la infancia y adolescencia. El miedo y la ansiedad por una enfermedad pueden ser abrumadores y causar emociones fuertes, incluso el impacto emocional de una emergencia en una persona puede depender de las características y experiencias de la persona, las circunstancias sociales y económicas personales y de la comunidad, y así como de la disponibilidad de recursos locales (Gómez et al., 2020).

Durante la pandemia del COVID-19, tanto los adolescentes como la población en general, presentan problemas de estrés, ansiedad, miedo, tristeza y soledad. Es posible que, a causa de esto, empeoren los trastornos de salud mental, incluyendo la ansiedad (Mayo Clinic, 2020)

La adolescencia es un periodo que es parte del desarrollo del ser humano donde este alcanza la madurez biológica y sexual y lo que le sigue es alcanzar la madurez social y emocional, por ende,

al hablar del concepto en si hace referencia al proceso de adaptación incluyendo niveles de tipo cognitivo, conductual, social y cultural más complejo que el simple nivel biológico.

Este periodo, es reconocido en casi todas las culturas a nivel mundial y según Coon (1998) está determinado por 4 factores:

1. La dinámica familiar.
2. La experiencia escolar.
3. El marco cultural que ha estructurado el ambiente social para la puesta en práctica de normas y límites.
4. Las condiciones económicas y políticas del momento.

El adolescente se encuentra en una etapa de búsqueda, la misma que le produce ansiedad, inseguridad, soledad e inestabilidad, a ello se le suma el no poder tener ninguno de sus factores de protección y apoyo para esta etapa al encontrarse en confinamiento, ya que el confinamiento como una de las medidas adoptadas a nivel mundial para combatir el virus está impidiendo el contacto que ellos podrían tener con otros lo cual les genera, preocupación, incertidumbre y por ende mayores niveles de ansiedad.

Al respecto, Brukner (1975) señala que, en la adquisición de actitudes, normas y comportamientos, la sociedad es de gran influencia, este proceso se denomina socialización, el cual pasa por una etapa conflictiva durante la adolescencia.

Materiales y Métodos

La investigación realizada es de tipo descriptiva de corte transversal. Se utilizó el método científico, con el apoyo del psicométrico y estadístico. Se trabajó con una población de 25 adolescentes en edades de 13-17 años del barrio “Santa Clara” del cantón Manta-Manabí, Ecuador, quienes cumplían con los criterios de inclusión en la investigación realizada. Se logró identificar los niveles de ansiedad durante el confinamiento (COVID 19); para el efecto se empleó como instrumento de evaluación una encuesta semiestructurada en la plataforma Google forms que permitió recaudar información específica de cada uno de los adolescentes y el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) utilizado tanto en población adulta como en adolescentes. Este inventario cuenta con un cuestionario de 21 preguntas, proporcionando un rango de puntuación entre 0 y 63 puntos clasificando los niveles de ansiedad de acuerdo al puntaje como: mínima, leve, moderada

y severa. Una vez obtenidos los resultados del test se procedió a realizar el análisis estadístico mediante el programa de Excel, para ser presentados mediante tablas estadísticas.

Resultados e interpretación

Tabla 1: Distribución de Adolescentes por Sexo y Edad

Grupo de Edad (en Años)	Sexo Femenino		Sexo Masculino		Total	
	Cantidad	%	Cantidad	%	Cantidad	%
13-14	4	16%	7	28%	11	44%
15-17	9	36%	5	20%	14	56%
Total	13	52%	12	48%	25	100%

Fuente: elaboración propia

Nota: En la tabla 1 se observa que el 44% estuvo representado por adolescentes de 13 y 14 años, mientras el 56% en edades de 15 a 17 años de edad. El 52% pertenece al sexo femenino y el 48% al sexo masculino.

Tabla 2: Distribución De Adolescentes según Nivel de Ansiedad

<i>Nivel de ansiedad</i>	<i>Cantidad</i>	<i>Porcentaje</i>
Mínima	4	16%
Leve	8	32%
Moderada	11	44%
Severa	2	8%
Total	25	100%

Fuente: Elaboración Propia

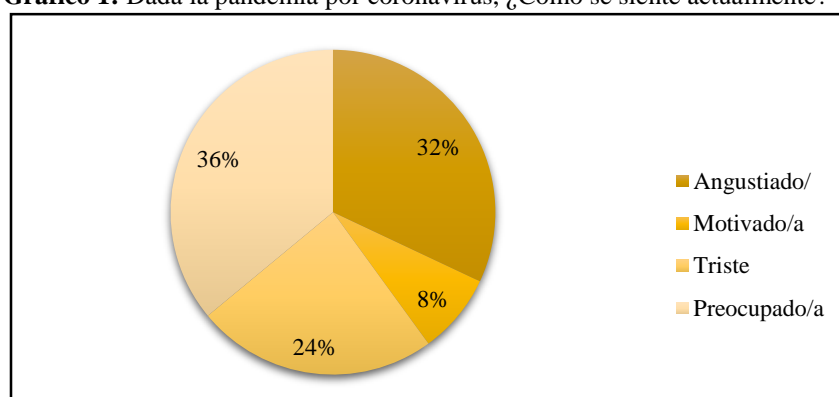
En la tabla 2 se evidencia los niveles de ansiedad en la población objeto de estudio. El 16% de los adolescentes (4 casos) presenta un nivel de ansiedad mínima, mientras que el 32% (8 casos) tiene un nivel de ansiedad leve, no obstante, el 44% (11 casos), presenta ansiedad moderada; y, el 8% (2 casos), presenta un nivel de ansiedad severa. Se establece que un porcentaje significativo de adolescentes (44%) presenta un nivel de ansiedad moderada: Resultados obtenidos en el marco del confinamiento de los adolescentes, motivado por la pandemia sanitaria por Covid-19.

Resultados de la encuesta

Tabla 1: Dada la pandemia por coronavirus, ¿Cómo se siente actualmente?

Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
a. Angustiado	8	32,00 %
b. Motivado	2	08,00%
c. Triste	6	24,00%
d. Preocupado	9	36,00%
TOTAL	25	100%

Gráfico 1: Dada la pandemia por coronavirus, ¿Cómo se siente actualmente?



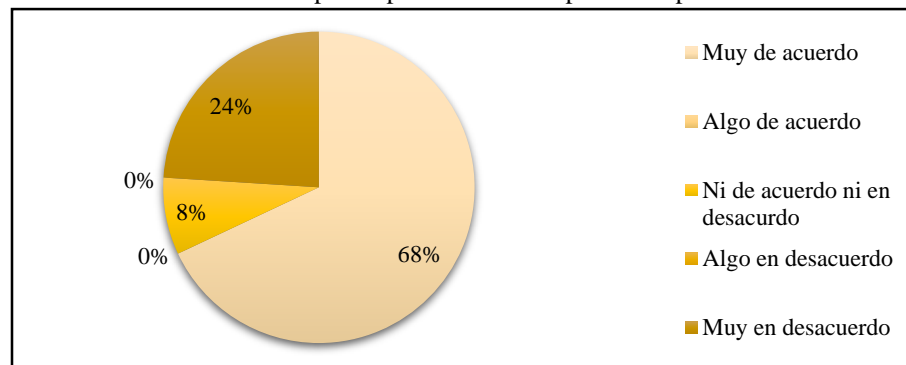
Análisis e Interpretación de los resultados del cuadro y gráfico N° 1

Procesados los datos obtenidos en la pregunta N° 1: Dada la pandemia por coronavirus, ¿Cómo se siente actualmente?, se obtuvieron los siguientes resultados: el 36% (9 casos) respondió sentirse preocupados, por otra parte, el 32% (8 casos) señaló estar angustiados; el 24% (6 casos) destacó sentirse tristes; mientras que, el 8% (2 casos) se siente motivado positivamente. Lo cual refleja que, en la actualidad los adolescentes están experimentando sentimientos encontrados, prevaleciendo los de preocupación, angustia y tristeza; estos resultados guardan relación con una encuesta de UNICEF donde se manifiesta que, 4 de cada 10 niños y adolescentes menores de 18 años se sentían muy angustiados o tensionados.

Tabla 2: En verdad me preocupa demasiado la pandemia por coronavirus

Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
a. Muy de acuerdo	17	68,00 %
b. Algo de acuerdo	0	0,00%
c. Ni de acuerdo ni en desacuerdo	2	08,00%
d. Algo en desacuerdo	0	0,00%
e. Muy en desacuerdo	6	24,00%
TOTAL	25	100%

Grafico 2: En verdad me preocupa demasiado la pandemia por coronavirus



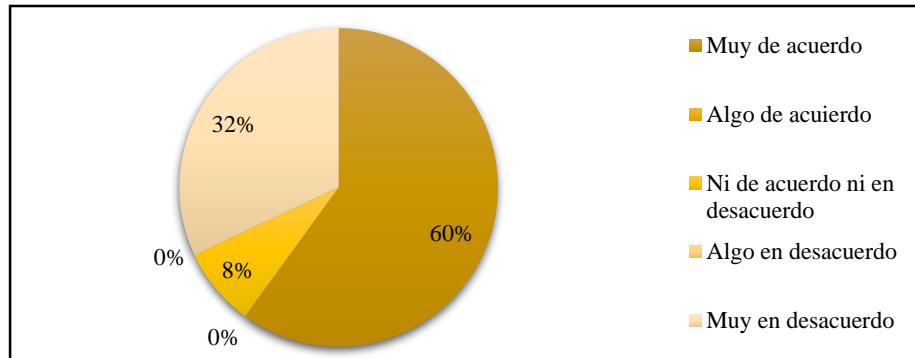
Análisis e Interpretación de los resultados del cuadro y gráfico N° 2

De los resultados obtenidos en la pregunta N° 2: En verdad me preocupa demasiado la pandemia por coronavirus, se evidencia que de los 25 adolescentes el 68% (17 casos) respondió estar muy de acuerdo; es decir experimentan demasiada preocupación por la covid-19; el 24% (6 casos) menciona muy en desacuerdo, lo que significa que no les preocupa demasiado; y, el 8% (2 casos) señala ni de acuerdo ni en desacuerdo. Es notorio que el nivel de preocupación que experimentan los adolescentes, frente a la pandemia sanitaria, es muy elevado; en estas condiciones, el equilibrio emocional, la toma de decisiones y la salud mental en general tiende a resentirse.

Tabla 3: Considero que la pandemia me ha afectado emocionalmente

Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
a. Muy de acuerdo	15	60,00 %
b. Algo de acuerdo	0	0,00%
c. Ni de acuerdo ni en desacuerdo	2	08,00%
d. Algo en desacuerdo	0	0,00%
e. Muy en desacuerdo	8	32,00%
TOTAL	25	100%

Gráfico 3: Considero que la pandemia me ha afectado emocionalmente



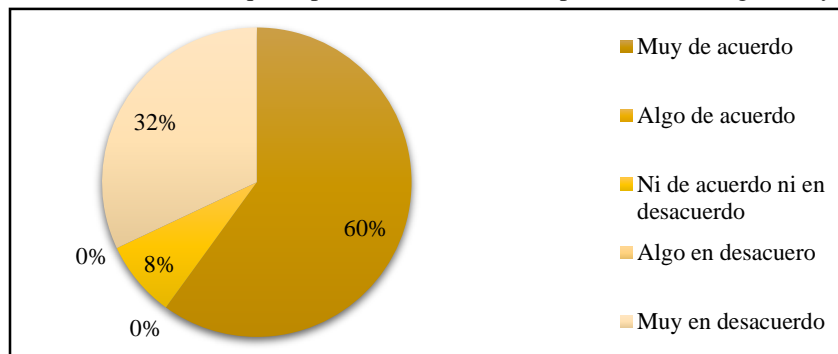
Análisis e Interpretación de los resultados del cuadro y gráfico N° 3

De los resultados obtenidos en la pregunta N°3: Considero que la pandemia me ha afectado emocionalmente, el 60% (15 casos) de los adolescentes manifestó estar muy de acuerdo; es decir, que el problema sanitario por Covid-19 sí les afecta emocionalmente; el 32% (8 casos) respondió muy en desacuerdo; es decir, no experimentan algún desajuste emocional; y, el 8% (2 casos) indicó ni de acuerdo ni en desacuerdo. Se demuestra que un porcentaje significativo de adolescentes está consciente que el evento pandémico les ha afectado en su vida, repercutiendo en el bienestar psíquico y en la calidad de vida.

Tabla 4: Considero que la pandemia me ocasiona pensamientos negativos y miedo

Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
a. Muy de acuerdo	15	60,00 %
b. Algo de acuerdo	0	0,00%
c. Ni de acuerdo ni en desacuerdo	2	08,00%
d. Algo en desacuerdo	0	0,00%
e. Muy en desacuerdo	8	32,00%
TOTAL	25	100%

Gráfico 4: Considero que la pandemia me ocasiona pensamientos negativos y miedo



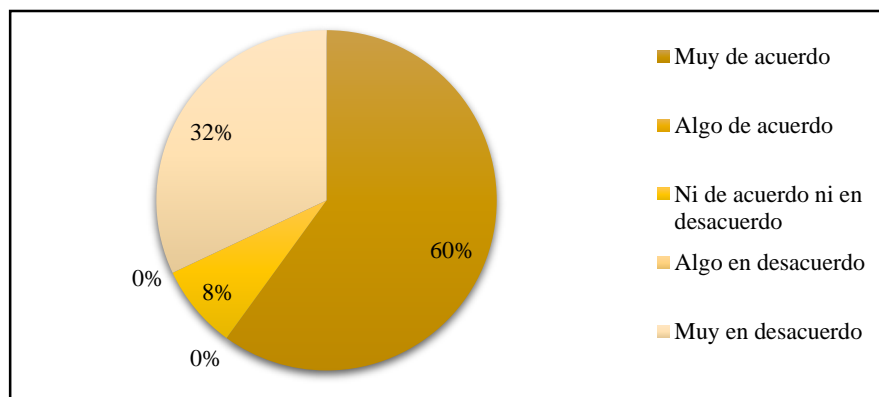
Análisis e Interpretación de los resultados del cuadro y gráfico N° 4

De los resultados obtenidos en la pregunta N° 4 Considero que la pandemia me ocasiona pensamientos negativos y miedo se desprende que, de los 25 adolescentes encuestados, el 60% (15 casos) respondió estar muy de acuerdo es decir que esta situación les provoca pensamientos negativos y miedo, el 32% (8 casos) menciona estar en desacuerdo es decir que no han experimentado estos sentimientos; mientras que, el 8% (2 casos) manifiesta ni de acuerdo ni en desacuerdo. Como se logra apreciar, más de la mitad de los adolescentes admite experimentar ansiedad ante la pandemia; algunos quebrantos cerebrales como el surgimiento de los pensamientos negativos y el miedo son el reflejo de tal fenómeno. El confinamiento les ha alterado el sistema nervioso provocando taquicardia, falta de aire, opresión en el pecho, entre otros.

Tabla 5: Te consideras una persona que sabe controlar sus emociones o sabe sobreponerse frente a un momento de crisis.

Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
a. Muy de acuerdo	15	60,00 %
b. Algo de acuerdo	0	0,00%
c. Ni de acuerdo ni en desacuerdo	2	08,00%
d. Algo en desacuerdo	0	0,00%
e. Muy en desacuerdo	8	32,00%
TOTAL	25	100%

Gráfico 5: Te consideras una persona que sabe controlar sus emociones o sabe sobreponerse frente a un momento de crisis.



Análisis e Interpretación de los resultados del cuadro y gráfico N° 5

Frente a la pregunta #5: Te consideras una persona que sabe controlar sus emociones o sabe sobreponerse frente a un momento de crisis, se obtuvieron los siguientes resultados: el 60% (15

casos) manifestó estar muy de acuerdo; es decir que creen poder controlar sus emociones y sobreponerse a un momento de crisis, el 32% (8 casos) manifiesta muy en desacuerdo; es decir no se creen capaces de sobreponerse a un momento de crisis; mientras que, el 8% (2 casos) menciona ni de acuerdo ni en desacuerdo. Se puede decir que la mayoría de los adolescentes cree controlar sus emociones o ser resilientes frente a situaciones de cambio o crisis emocional.

Discusión

El presente trabajo investigativo identifica los niveles de ansiedad en adolescentes durante el confinamiento (COVID 19), De acuerdo a los resultados obtenidos del test y la encuesta, el (44%) es decir 11 adolescentes del total de la muestra tomada para esta investigación presentan un nivel de ansiedad moderada, encontrando un mayor porcentaje en el subgrupo de edad comprendida entre 15-17 años y del sexo femenino. Así mismo en la encuesta aplicada, se confirma que los sentimientos con más porcentaje que están presentando los adolescentes son: de preocupación, angustia y tristeza, sentirse afectados emocionalmente y que ante esta situación se ponen ansiosos con pensamientos negativos y de miedo; sin embargo, un gran porcentaje cree poder controlar sus emociones ante situaciones de cambio. Esto quiere decir que la situación de confinamiento ha provocado un aumento de ansiedad en los adolescentes, por ende, presentan más síntomas ansiosos que antes de la pandemia, estos resultados guardan relación con lo que manifiesta (Plan Internacional, 2020). En una encuesta realizada en diferentes países entre ellos Ecuador, se constata que niñas, adolescentes y mujeres jóvenes han experimentado altos niveles de ansiedad como resultado de la crisis sanitaria, asimismo Cereceda (2020) refiere que en épocas de crisis como la que se vive en la actualidad, existe una constante sensación de incertidumbre y aumentan los niveles de ansiedad. Ahora bien, más allá de lo normal y ventajoso que pueda resultar la ansiedad, la preocupación exagerada va a derivar en serios trastornos; esto se relaciona con la ansiedad leve –la padece el 32%, 8 casos- misma que, constructivamente estimulada, favorecerá el aprendizaje funcional, la originalidad y la creatividad; sin embargo, representa un estado emocional que podría desencadenar niveles o estados anímicos severos, si se la ignora. Lo que se acota está vinculado con eventos realmente preocupantes como la agorafobia y fobias específicas, que propenden hacia la irracionalidad. Contrastando estos resultados se confirma que el confinamiento ha generado un mayor porcentaje de ansiedad en los adolescentes, durante esta pandemia, prevaleciendo síntomas de preocupación, angustia y tristeza. Un gran porcentaje de

adolescentes está consciente de la afectación emocional que experimentan, lo cual les dificulta el cumplimiento óptimo de las actividades escolares como también de las rutinarias; sin desconocer la importancia de las relaciones afectivas y de las interacciones en general que en tal etapa evolutiva deben darse y atenderse en términos de orientación y educación efectiva.

Conclusión

El confinamiento como una de las medidas preventivas, necesarias y efectivas producto del Covid-19, hoy en día es una realidad de preocupación exponencial, ya que la población se está viendo severamente afectada, trayendo consecuencias en la salud de las personas tanto a nivel físico como mental; dentro de este grupo están los adolescentes, quienes, según los resultados obtenidos, forman parte de una cifra con prevalentes niveles de ansiedad, incrementada durante el confinamiento, a diferencia de cifras anteriores a la pandemia, donde ya se evidenciaba adolescentes con ansiedad. Hay que reconocer que la ansiedad es una emoción normal y natural de las personas, la cual les permite reaccionar para poder luchar, huir ante posibles amenazas; es importante que esta no se desborde ya que puede traer consigo problemas físicos y psicológicos, al igual que conductuales cognitivos y sociales especialmente en la adolescencia donde las redes de apoyo y la parte social son una parte fundamental para esta etapa de la vida.

La exacerbación de los estilos de vida ajustados a la construcción de un funcional salud mental debe constituir no solo una latente preocupación de la familia y la sociedad, sino también el sustrato humano que exige la atención indelegable de las instituciones nombradas, instaurando estrategias psico-sociales, con base científica, para garantizar el desarrollo apropiado de las habilidades inter e intrapersonales.

Referencias

1. Beck, A. T., Epstein, N., Brown, G., & Steer, R. (1988). Un inventario para medir la ansiedad clínica: propiedades psicométricas. *Revista de consultoría y psicología clínica*. <https://psycnet.apa.org/record/1989-10559-001>
2. Castaño, V. (2020). el impacto DE la crisis del covid-19 en la Adolescencia EN ESPAÑA. *Plan International*, 16. <https://plan->

- international.es/sites/default/files/el_impacto_de_la_crisis_del_covid-19_en_la_adolescencia_en_espana_-_plan_international.pdf
3. El Universo. (10 de 2020). En Ecuador, alumnos y docentes se sienten muy angustiados por pandemia del COVID-19; cuatro de cada diez, tensionados. En Ecuador, alumnos y docentes se sienten muy angustiados por pandemia del COVID-19; cuatro de cada diez, tensionados.
 4. Gómez-Becerra, I., Flujas, J. M., Andrés, M., Sánchez-López, P., & Fernández-Torres, M. (2020). Evolución del estado psicológico y el miedo en la infancia y adolescencia durante el confinamiento por la COVID-19. *Revista de Psicología Clínica Con Niños y Adolescentes*, 7(3), 11–18. <https://doi.org/10.21134/rpcna.2020.mon.2029>
 5. Luciani, J. (2010). *Como superar la ansiedad y depresión*. Editorial AMAT. <https://books.google.com.ec/books?id=LxxnN7l8cJOC&pg=PA41&dq=ansiedad+medicacion+severa&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwj7zoyQvpXpAhWYl3IEHcMxDIEQ6AEIPDAD#v=onepage&q=Sin%20embargo%2C%20no%20hay%20duda%20sobre%20ello%2C%20la%20ansiedad%20y%20la%20depresi%C3%B3n%2C%20moderada%20o%20severa%2C%20siempre%20disminuye%20la%20calidad%20de%20vida.&f=false>
 6. Mayo Clinic. (05 de abril de 2020). COVID-19 y tu salud mental. <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/coronavirus/in-depth/mental-health-covid-19/art-20482731>
 7. Marco Teórico adolescencia. (s.f.). Obtenido de Marco teorico adolescencia: <http://tesis.uson.mx/digital/tesis/docs/21996/capitulo1.pdf>
 8. Medina, Rosemary Marquina; Jaramillo-Valverde, L. (2020). Covid Estres Posttraumatico. Preprint-Scielo, 1, 12.
 9. Miller, L. (2019). *Ansiedad: Supere la Ansiedad naturalmente y disfrute de su vida y tenga éxito*. Editorial Babelcube. <https://books.google.com.ec/books?id=WeWTDwAAQBAJ&pg=PT9&dq=la+ansiedad+es&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwju26jXu5XpAhWlj3IEHcmBAng4ChDoAQgtMAE#v=onepage&q=La%20ansiedad%20tiene%20diferentes%20etapas%2C%20las%20cuales%20van%20desde%20la%20..&f=false>
 10. OMS. (24 de febrero de 2010). ¿Qué es una pandemia?. https://www.who.int/csr/disease/swineflu/frequently_asked_questions/pandemic/es/

11. Plan Internacional (2020). El impacto de la COVID-19 en niñas y mujeres jóvenes. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 24(3), 100–120
12. Rojas, E. (2013). *La ansiedad*. Editorial Planeta Spain. https://books.google.com.ec/books?id=n9aiG1z6zbgC&printsec=frontcover&dq=la+ansiedad+es&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwiM6PDLu5XpAhU5g3IEHXf_ABgQ6AEIJjAA#v=onepage&q=la%20ansiedad%20es&f=false
13. Saputra, R. (2019). La respuesta a la emergencia del Covid. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
14. Sierra, J., Ortega, V., & Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Mal-estar E Subjetividade*, 3(1), 7.

© 2020 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons
Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0)
(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).