

## 8. Reporte descriptivo del impacto del confinamiento y distanciamiento social en alumnos de un Centro de Bachillerato Tecnológico Agropecuario



DELIA IVETH ENCINAS GERMÁN\*

JOSÉ ÁNGEL VERA NORIEGA\*\*

DOI: <https://doi.org/10.52501/cc.380.08>

### Resumen

El objetivo de la investigación es identificar los riesgos psicosociales que 650 estudiantes de los Centros Bachilleratos Tecnológicos Agropecuarios de los municipios de Ures y Altar, instituciones públicas del norte del estado de Sonora, pudieron sufrir durante el confinamiento derivado de la pandemia provocada por el covid-19. El diseño utilizado es un enfoque descriptivo del resultado de la aplicación de la encuesta “Impact of Covid-19 Lock-down”, donde se analizaron variables como la depresión, ansiedad y estrés en comparaciones estadísticas entre los planteles y sexo de estudiantes involucrados. El contraste de las variables indica que es mayormente significativo para el bienestar emocional, donde se puede estimar el daño psicosocial que los estudiantes de dichas escuelas sufrieron por el confinamiento y su distanciamiento social. Las diversas percepciones de bienestar y satisfacción con la vida presentadas por los estudiantes observados en las comparaciones realizadas en los planteles variaron desde mos-

---

\* Doctora en Educación. Docente del Centro de Bachillerato Tecnológico Agropecuario, México. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6309-863>; correo electrónico: [ivethencinasgerman@gmail.com](mailto:ivethencinasgerman@gmail.com)

\*\* Doctor en Psicología Social. Profesor-investigador de tiempo completo en la Universidad de Sonora, México. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2764-4431>

trarse felices hasta mostrarse satisfechos e interesados con la vida considerando tener algo importante que aportar en la sociedad. Por otro lado, las situaciones de violencia que los estudiantes presenciaron durante la pandemia son: haber sentido burlas o sentir que se difundieron rumores y/o hasta recibir amenazas. La implementación diaria de tecnologías para la realización de actividades tanto didácticas como de comunicación o de ocio fueron fundamentales durante este periodo de confinamiento y distanciamiento social, así como la comunicación entre ellos mismos, o bien, la comunicación entre sus familiares o personas cercanas a ellos. Para el análisis estadístico se utilizó un análisis descriptivo de frecuencias en el software SPSS 23 entre las variables y los factores involucrados, identificando diferencias principalmente en el tiempo destinado a diversas actividades (como son recreativas, didácticas o de ocio) por los estudiantes; asimismo en la parte psicosocial la diferencia entre los planteles se encuentra en los reactivos “sentir que tenían algo que aportar a la sociedad” y “el sentido de pertenencia a una comunidad o grupo social”. La depresión es una variable con diferencias principalmente entre las alumnas mujeres de ambos planteles, así como el estrés y la ansiedad. Las mujeres presentan la mayor afectación en este confinamiento y distanciamiento social sufrido, ya que son las de mayor perceptibilidad a sentimientos adversos causados posiblemente por nervios o baja comunicación entre pares (ya sea amigas-amigas, madre-amiga, amiga-familiar, etcétera).

**Palabras clave:** *bachillerato, comunicación, pandemia, Sonora.*

## Introducción

A finales de 2019, en Wuhan, China, comenzó un brote del virus llamado SARS-CoV-2 o conocido comúnmente como covid-19, este virus a inicios del año 2020 se consideró potencialmente grave para la humanidad, ya que se esparció rápidamente entre las naciones de todos los continentes; comenzando así una pandemia mundial y terminando con la socialización acostumbrada y restringiendo la distancia entre personas y los eventos masivos

(ops, 2010). A mediados de marzo de 2020, a nivel mundial se suspendió la educación presencial por los gobernantes de las naciones, ya que la Organización Mundial de la Salud (OMS) tomó las medidas necesarias para evitar la propagación del virus comenzando con el confinamiento (Vale-ro-Cedeño et al., 2020). Este aislamiento al que la sociedad se vio sometida como medida preventiva pretendía controlar los contagios y evitar se expandiera en mayor cantidad, restringiendo el contacto físico entre personas, lo que afectó determinadamente la salud psicológica, física y hasta espiritual de cientos de niños y adolescentes a nivel mundial, por la cancelación de hábitos y rutinas como protocolos de salud (OMS, 2020). La cancelación de clases presenciales a nivel mundial fue una de las medidas de prevención que los niños, adolescentes y adultos (educación profesional) tuvieron que acatar para evitar mayores contagios de covid-19, aunque los menores de edad no son candidatos a contagio activo, es decir, son asintomáticos, lo que conlleva a ser un puente de contagio entre personas altamente receptivas como son las de la tercera edad.

Los adolescentes, comprendidos por algunos investigadores o instituciones mundiales, como la Convención de Naciones Unidas sobre los Derechos del Niño, entre los 11 y los 18 años de edad, los cuales cursan un nivel de educación de secundaria (contemplada como educación básica en México) y preparatoria (educación media superior), son individuos que atraviesan continuos cambios físicos, emocionales y sociales; trasponen contextos como el social, familiar y personal para el desarrollo de su identidad (Sánchez et al., 2019). Es por eso por lo que los niños y adolescentes (antes de cumplir 18 años) son vulnerables en tiempos del covid-19 por el confinamiento que atravesaron en el 2020 y continuó hasta principios del 2021.

Sander (2004) menciona que en la adolescencia, donde la depresión (identificada mayormente en mujeres), los problemas con la imagen corporal, el desarrollo de identidades, la relación con los padres, el apego, la sexualidad, así como la pertenencia a grupos sociales, ciertos grupos de amigos, el ambiente escolar, los niños y adolescentes pueden presentar violencia tanto física como verbal comenzando por un “manoteo” y que aún no están definidas las formas de evaluación de este comportamiento por parte de los adolescentes. Otros tipos de violencia que los estudiantes pueden sufrir son

“los ocasionados por sus propios padres, hermanos o personas cercanas a ellos dentro de su hogar. Se trata de castigo físico donde se utilice la fuerza física y que tenga por objeto causar cierto grado de dolor o malestar, aunque sea leve. Además, en la familia se presentan otras formas de castigo que no son físicas, pero que son sociales, relacionales o verbales; entre estas se cuentan, por ejemplo, los castigos en que se menosprecia, se humilla, se denigra, se convierte en chivo expiatorio, se amenaza, se asusta o se ridiculiza al niño” (CEPAL-UNICEF, 2020).

## Problema

Los niños y adolescentes están presentando problemas de comportamiento, hiperactividad, conductas psicosociales, distanciamiento social y el miedo a contagiarse de enfermedades de infección, en este caso el covid-19. En un estudio presentado por Gómez-Becerra *et al.* (2020) se menciona que el puntaje en SDQ (Cuestionario de Cualidades y Dificultades (SDQ, en inglés, The Strengths and Difficulties Questionnaire) es mayor para los niños y niñas, mientras que las puntuaciones relacionadas con los miedos son más altas en adolescentes; en tanto que los sentimientos, las emociones y la capacidad que tienen los alumnos para adaptarse a nuevas situaciones adversas se observaron mejoradas en jóvenes rurales. Por otro lado, el uso de tecnologías, internet y redes sociales entre los adolescentes durante el confinamiento aumentaron en frecuencia y tiempo de uso. La investigación consistió en estudiar los riesgos psicosociales en los dos planteles rurales con alumnos de preparatoria durante el confinamiento por covid-19.

## Metodología

El método que se siguió para la investigación cuantitativa de carácter descriptivo, transversal *ex post facto* fue a través del uso de encuestas por medios digitales. La investigación fue realizada a 650 estudiantes de primero, cuarto y sexto semestre del subsistema DGETA, como de los centros de Ba-

chillerato Tecnológico Agropecuario de los municipios de Ures y Altar, Sonora, con edades entre 15 y 17 años. Se aplicó la encuesta denominada “Impact of Covid-19 Lock-down” (Flinders University, 2020), utilizando instrumentos como la Escala de Resiliencia Connor-Davidson (CD-RISC) (Serrano-Parra et al., 2012) y la versión corta de las Escalas de Estrés de Ansiedad por Depresión (DASS-21) (Szabó, 2010; Valencia, 2019), incluidos los planteles del Centro Bachillerato Tecnológico Agropecuario de los municipios de Ures y Altar, Sonora. Se implementó por medio del software *qualtrics* con un total de 215 reactivos enfocados a identificar aspectos emocionales, psicosociales, tecnológicos, el tiempo destinado a actividades que se realizaron durante la pandemia, así como los medios de comunicación utilizados, entre otros. La duración de la encuesta fue de alrededor de 10 a 15 minutos, donde los alumnos de 15 a 17 años tuvieron que contar con la autorización de los padres para la contestación de dicha encuesta. Este instrumento fue validado por expertos en el tema aplicando muestras para corroborar que los ítems fueran comprendidos por la población a la cual se aplicó. La medida se aplicó durante los meses de enero-marzo de 2021.

## Resultados y discusión

El propósito principal fue identificar los riesgos socioemocionales que los estudiantes de estas instituciones sufrieron con más frecuencia durante el confinamiento derivado de la pandemia provocada por el Covid-19. Los estudiantes encuestados fueron un total de 650, de los que 580 corresponden al Centro Bachillerato de Ures y 70 al Centro Bachillerato de Altar; 287 fueron del género masculino y 341 del sexo femenino, las edades promedio variaron de 15 a 17 años. En primer término, se exponen las formas de violencia de las que fue víctima el adolescente encuestado: 61 alumnos (9.4 %) reportaron sentirse expuestos de ser llamados por nombres ofensivos; 51 (7.8 %) estudiantes indicaron haber sido excluidos por alguien más, y 42 (6.5 %) informaron haber sido molestados. El 5 % de los alumnos declaró que fueron “cruels” entre ellos, golpeados, pateados o empujados y haber recibido amenazas.

En relación con factores de riesgo psicosocial que fueron evaluados en la encuesta, el 51.1 % (333) de los alumnos respondió haber sentido dificultad en relajarse, siendo sus respuestas de pocas a muchas ocasiones. Un porcentaje considerable 35.2 % (229) de alumnos comentó que en pocas o en muchas ocasiones no podían sentir ningún sentimiento positivo. Otro síntoma fue reaccionar exageradamente a ciertas situaciones, donde el 38.9 % (253 alumnos) reportó esta situación y el haber sufrido temblores. Otro de los sentimientos experimentados por los alumnos fueron los nervios y haber estado preocupados por las situaciones en las que se podía tener pánico. Continuando en el aspecto psicosocial, el 29.5 % (192) de los alumnos menciona que de pocas a muchas ocasiones la mayor parte del tiempo sintió que no tenía nada que esperar. Sentirse deprimidos o tristes fue señalado por 49.1% de alumnos (319), y el 21.1 % (137) de los estudiantes encuestados reportaron sentir que estaban a punto de entrar en pánico en pocas o muchas ocasiones. El 31.8 % (207) de los alumnos mencionó que de pocas a muchas ocasiones/mayoría del tiempo no se podían entusiasmar por nada, mientras que el 31.8 % (207) indicó que sintió que no vale mucho como persona. Mencionaron también que se sintieron muy irritables y comentaron sentir los latidos del corazón a pesar de no haber hecho ningún esfuerzo físico; o que sintieron miedo sin motivo además de sentir que la vida no tenía ningún sentido. Los alumnos fueron cuestionados por su capacidad de adaptación a cambios, dando como resultado que el 55.1 % (358) no la tienen, y el 54.5 % (354) no tienen la capacidad de afrontar cualquier cosa que se les presente, siendo sus respuestas de “nada cierto a algo cierto”.

Otras de las afirmaciones que realizaron los estudiantes en porcentajes considerables (36.5 %) fue el recuperarse de enfermedades, lesiones u otras adversidades, así como creer que no pueden lograr sus objetivos, incluso si hay obstáculos; pero estar bajo presión y permanecer centrado/a y pensar con claridad, el 64.6 % (420) de los alumnos encuestados comenta (“de nada cierto a algo cierto”) no estar de acuerdo con esta afirmación. Por otro lado, ante el hecho de intentar ver el lado positivo de las cosas cuando se enfrentan con un problema, el 39.7 % (258) no está de acuerdo con esta afirmación, seleccionando respuestas como “nada cierto a algo cierto”, y el hecho de ser

capaz de manejar sentimientos desagradables y dolorosos como la tristeza, el miedo o el enfado, casi la mitad de los estudiantes (48.3 %, 314) encuestados comentó no estar en disposición de cómo manejar esos sentimientos. Por la parte de tecnología, se indagó que los estudiantes en sus hogares confirmaran la conexión a internet durante la pandemia o confinamiento, el 78.6 % (511) mencionó haber tenido conexión a internet, también se les preguntó si contaban con computadora o con algún dispositivo inteligente para realizar actividades académicas para conectarse, de acuerdo con esto, el 44.3 % (288) no cuenta con laptop; el 31.5 % (205) no tiene un celular inteligente (Smartphone); el 68.5 % (445) sí tiene; el 61.1 % (397) de estos estudiantes tuvo conexión a internet por este medio. El medio más utilizado fueron las videollamadas, ya sea por Facetime, Snapchat o, WhatsApp, utilizados por el 91.1 % (592) de los estudiantes, el 27.4 % (178) lo utilizó de “casi a diario a cada hora”. Lo más convencional que utilizaron para estar en contacto fueron las llamadas telefónicas, utilizadas por el 91.1 % (592) de los estudiantes. Otros de los medios que se utilizaron en menor volumen para comunicación entre los alumnos fueron las aplicaciones para reuniones o grupos, como Houseparty o Zoom (aplicaciones de videoconferencias con conexión a internet).

Un tema también expuesto en la encuesta fue el tiempo, ya sea para utilizarlo en cuestiones académicas, de comunicación, de recreación o de ocio por los alumnos durante su confinamiento. Comenzando por el tiempo dedicado a la realización de las actividades académicas, el 34.0 % (221) dijo dedicar “más o menos el mismo” tiempo que antes del confinamiento y el 42.7 % (278) mencionó dedicar de “más que antes a mucho más tiempo que antes” del aislamiento en tareas escolares. Las actividades donde los alumnos comentaron dedicar “más que antes a mucho más tiempo que antes” del aislamiento es el relacionarse con sus amigos/as ya sea hablando, enviando mensajes, etc. Acerca del uso de redes sociales y navegar por internet, el 55.2 % (359) de alumnos mencionó dedicar de “más que antes a mucho más tiempo que antes” del aislamiento a navegar por internet, a divertirse viendo películas, televisión u otro tipo de entretenimiento, y a hacer ejercicio físico. En los indicadores de bienestar y satisfacción con la vida los estudiantes mencionaron sentirse felices durante la pande-

mia en la mayoría del tiempo (98.8 %) al igual que sentirse interesados en la vida o sentir que tenían algo importante que aportar a la sociedad (97.1 %).

Al cuestionar a los estudiantes sobre el sentido de pertenencia, el 83.5 % (543) comentó que sí se sintió perteneciente a una comunidad o a un grupo social, colegio o vecindario, al igual que pensar que nuestra sociedad es un buen lugar o se está convirtiendo en un lugar mejor para todas las personas. Continuando con los indicadores de bienestar y satisfacción con la vida, el 93.7 % (609) de los alumnos piensa que las personas son buenas. Los estudiantes sintieron que aceptaban sus propios estilos de personalidad de “casi a todos los días” de la cuarentena. También, el 95.8 % (623) sintió que era bueno manejando las responsabilidades de la vida diaria. En relaciones personales afectuosas y de confianza con otras personas, el 89.5 % (582) comentó que sí tenía ese tipo de relaciones afectuosas la mayor parte del tiempo y sintieron que tenían experiencias que suponían un desafío para crecer y ser mejores personas; se sintieron seguros/as para pensar o expresar sus propias ideas u opiniones. El 95.1 % (618) sintió que su vida tiene sentido o significado; el caso contrario fue que el 76.9 % (500) se sintió asustado de contagiarse de coronavirus de “casi a todos los días” del aislamiento.

La pandemia ocasionada por el SARS-CoV-2 o covid-19 enfermedad respiratoria que desde diciembre de 2019 se ha superado día con día a nivel mundial; ha venido a cambiar la vida de toda la humanidad, pero principalmente en niños y adolescentes que han aprendido a vivir y cuidarse de este virus (UNICEF, 2020). Cambió situaciones políticas y económicas, de salud, sociales, de comunicación y de empatía entre la propia humanidad al no querer estar junto a personas por miedo a posibles contagios, generó también problemas de educación por el cierre de todos los niveles educativos, afectando a los niños y adolescentes en temprana edad de aprendizaje, utilizando tutores docentes virtuales para la guía del aprendizaje, los cuales han venido a cambiar sus hábitos de enseñanza centrándose en nuevas herramientas digitales para la correcta y propicia impartición del conocimiento. Tan-Choi A et al. (2020) hacen una serie de cuestionamientos que los docentes deberían hacerse para el diseño y mejora de estrategias tecnológicas, de comunicación y seguimiento, sin dejar a un lado la parte emocional por la que están pasando los niños y adolescentes.

Además de enfrentar una serie de situaciones emocionales por su etapa y edad, juegan un papel importante y fundamental en la sociedad, ya que son un elemento esencial para el desarrollo de la población (García et al., 2017). También, la violencia que pueden sufrir los estudiantes en sus casas en su mayoría por sus propios familiares o personas allegadas a la familia (CEPAL-UNICEF, 2020), afectando claramente su integridad física, social y emocional. Evidentemente hay muchos factores que orillan a una violencia dentro del hogar del adolescente, como es el cierre de escuelas, disminución de la actividad económica y bajo ingreso familiar. El distanciamiento físico del entorno habitual del estudiante (plantel escolar y amigos en la escuela), el incremento de la vulnerabilidad del estudiante a la violencia; esto sin contar las discusiones que pueden presenciar (sin ser víctimas directas) entre sus padres, ya sea por disputas que pueden salirse de control y pasar de gritos a posibles golpes (CEPAL-UNICEF, 2020); algunas situaciones se encontraron en este estudio, donde ciertos alumnos muestran desánimo, nerviosismo y posible miedo, lo que origina ambientes de vulnerabilidad, como consecuencia del confinamiento que vivieron en los últimos meses.

Otro tipo de alteraciones fue el uso de las TIC, utilizadas con mayor frecuencia durante el confinamiento por los alumnos encuestados, debido a que tuvieron más tiempo para usar diferentes plataformas en la comunicación y educación a distancia, por lo que también pudieron o se sometieron a mayores posibilidades de violencia en el entorno digital (CEPAL-UNICEF, 2020); entre las mayores diferencias encontradas en el uso de medios digitales están las redes sociales, aplicaciones grupales como el Zoom o Houseparty, video-llamadas por FaceTime o WhatsApp o las convencionales llamadas telefónicas o mensajes de texto, las cuales (aplicaciones) son funcionales solo con el uso de internet o compra de datos. El acceso a las redes y juegos en su mayoría fue por medio de teléfonos inteligentes, pues la mayoría de los alumnos no cuentan con laptop, computadoras de escritorio, tablets y consolas de videojuegos.

Uno más de los indicadores medidos fueron los de bienestar y satisfacción con la vida, principalmente se observa que se sintieron mayormente felices, interesados y/o satisfechos con la vida, así como tener algo importante que aportar a la sociedad, lo que refleja condiciones de bienestar con

las personas al considerarlas generalmente buenas y evaluar como adecuada a su propia comunidad. Lo anterior está vinculado con las rutinas de la zona rural en la que se encuentran los planteles y habitan los alumnos, ya que el distanciamiento social y el confinamiento fueron asumidos de manera más flexible y los gobiernos municipales cerraron la comunicación con las ciudades, permitiendo a los jóvenes un mayor grado de libertad y seguridad.

## Conclusiones

En este capítulo se observaron las diversas situaciones que las personas han vivido a causa del confinamiento a partir de marzo de 2020, cuando se declaró oficialmente el coronavirus; se comenzaron a sentir incomparables emociones, invadió la incertidumbre, los miedos y otros sentimientos que han afectado a las personas en diferente medida. Claramente la influencia del aislamiento en los menores de edad ha afectado de manera considerable, ya que ellos tuvieron que lidiar con la separación de todos sus entornos y solo convivir en un ambiente familiar, lo que en algunos casos fue una situación de estrés, donde en esos contextos suelen suceder situaciones de peligro. Las circunstancias encontradas suelen causar alteraciones en las personas y hacerlas reaccionar de manera violenta, ya sea consigo mismas o con sus allegados; la forma en que cada persona enfrenta sus sentimientos provocados por el confinamiento es la clave para sobrellevar esas emociones, por lo que expertos han recomendado tener ciertas actividades, como entrenamientos físicos en casa, guiados en ocasiones por instructores virtuales o realizar actividades de recreación o buscando terapias en internet.

## Agradecimientos

Se agradece a la Dirección General de Educación Tecnológica Agropecuaria y a los planteles de Ures y Altar por el apoyo administrativo para el desarrollo del estudio.

## Referencias

- Comisión Económica para América Latina y el Caribe [CEPAL], y FONDO DE LAS NACIONES UNIDAS PARA LA INFANCIA [UNICEF]. (2020). *Protección social para familias con niños, niñas y adolescentes en América Latina y el Caribe: un imperativo frente a los impactos del COVID-19. Informes COVID-19*. UNICEF. <https://www.unicef.org/lac/media/20391/file>
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe [CEPAL], y Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO]. (2020). *La educación en tiempos de la pandemia de covid-19. Informe covid-19 cepal-unesco*. <https://www.cepal.org/es/publicaciones/45904-la-educacion-tiempos-la-pandemia-covid-19>
- COMISIÓN ECONÓMICA PARA AMÉRICA LATINA Y EL CARIBE [CEPAL], y Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO]. (2020). *Violencia contra niñas, niños y adolescentes en tiempos de covid-19. Informe covid-19 cepal-unesco*. <https://repositorio.cepal.org/handle/11362/46486>
- Flinders University. (2020). *Impact of covid-19 LockDown: Wellbeing and aggression in lock-down survey for Young people aged 11-16*. Global Research Alliance. <https://research-all.org/Projects.php>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF]. (2020). *Para cada niño, reimaginemos un mundo mejor. Informe Anual de UNICEF 2019*. <https://www.unicef.org/peru/sites/unicef.org/peru/files/2020-06/UNICEF-informe-anual-2019-para-cada-nino-reimaginemos-mundo-mejor.pdf>
- García-Santillán, A., Schnell, J., y Ramos-Hernández, J. (2017). Factores que determinan el nivel de ansiedad hacia la matemática en alumnos de nivel superior. *Dialnet*, 7(1), 165-179. <https://dialnet.unirioja.es/metricas/documentos/ARTREV/6000071>
- Gómez-Becerra, I., Fluja, J. M., Andrés, M., Sánchez-López, P., y Fernández-Torres, M. (2020). Evolución del estado psicológico y el miedo en la infancia y adolescencia durante el confinamiento por el covid-19. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 7(3), 11-18. DOI: 10.21134/rpcna.2020.mon.2029
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2020, 27 DE ABRIL). COVID-19: CRONOLOGÍA DE LA ACTUACIÓN DE LA OMS. /[HTTPS://WWW.WHO.INT/ES/NEWS/ITEM/27-04-2020-WHO-TIMELINE---COVID-19](https://www.who.int/es/news/item/27-04-2020-who-timeline---covid-19)
- Organización Panamericana de la Salud [ops]. (2010, 24 de febrero). ¿Qué es una pandemia? [https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com\\_content&view=article&id=15756:who-characterizes-covid-19-as-a-pandemic&Itemid=1926&lang=es](https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=15756:who-characterizes-covid-19-as-a-pandemic&Itemid=1926&lang=es)
- Sánchez Acosta, D., Castaño Pérez, G. A., Sierra Hincapié, G. M., Moratto Vásquez, N. S., Salas Zapata, C., Buitrago Salazar, J. C., y Torres de Galvis, Y. (2019). Salud mental de adolescentes y jóvenes víctimas de desplazamiento forzado en Colombia. *CES Psicología*, 12(3), 1-19. <https://doi.org/10.21615/cesp.12.3.1>
- Sander, J. B. (2004). Investigación en adolescencia, tópicos y tendencias contemporáneas. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 36(3), 383-389. <https://www.redalyc.org/pdf/805/80536302.pdf>
- Serrano-Parra, M. D., Garrido-Abejar, M., Notario-Pacheco, B., Bartolomé-Gutiérrez, R., Solera-Martínez, M. y Martínez-Vizcaino, V. (2012). Validez de la escala de Resiliencia

- de Connor-Davidson (CD-RISC) en una población de mayores entre 60 y 75 años. *Revista Internacional de Investigación Psicológica*, 5(2), 49-57. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=299025051006>
- Szabó, M. (2010). The Short Version of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS-21): Factor Structure in a Young Adolescent Sample. *Journal of Adolescence*, 33(1), 1-8.
- Tan-Choi A., Tinio, V. L., Castillo-Canales, D., Ping Lim, C., y Modesto, J. (2020). Guía docente para el aprendizaje remoto durante el periodo de cierre de escuelas y más allá. *Perfiles Educativos*, 42(170). <https://doi.org/10.22201/iisue.24486167e.2020.170.60162>.
- Valencia, P. D. (2019). Las Escalas de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21): ¿Mide algo más que un factor general? *Avances en Psicología*, 27(2), 177-190. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2019.v27n2.1796>
- Valero-Cedeño, N. J., Mina-Ortiz, J. B., Veliz-Castro, T. I., Merchán-Villafuerte, K. M., y Perozo-Mena, A. J. (2020). Covid-19: La nueva pandemia con muchas lecciones y nuevos retos. Revisión Narrativa. *Kasmera*, 48(1). <https://doi.org/10.5281/zenodo.3745322>