

### 3. Clases en línea en estudiantes universitarios: Dificultades, estrategias y el comienzo de la ciudadanía digital en la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco

ALBA CERINO SOBERANES\*

PERLA JANETH CÓRDOVA HERNÁNDEZ\*\*



DOI: <https://doi.org/10.52501/cc.396.03>

#### Resumen

Considerando los cambios drásticos ocurridos en el sector educativo debido a la pandemia por COVID-19 y al cambio a la modalidad virtual de las clases, en donde el contacto con los estudiantes es a través de plataformas virtuales como Teams, Zoom, Google Meet, etcétera, se propone esta investigación con el fin de identificar las dificultades y/o problemáticas que presentan los estudiantes de cinco licenciaturas de la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco en sus clases en línea. Esta investigación pretende intervenir, por medio de estrategias, en situaciones de las clases en línea que a los alumnos de la Licenciatura en Psicología les causen dificultad o que les impidan llevar de manera adecuada su educación virtual y que puedan ocasionar problemas al estudiante en el desempeño de su actividad. Se considera que la importancia de la presente investigación radica en que es un cambio reciente y actual que aún no se ha estudiado lo suficiente desde la perspectiva de los alumnos.

**Palabras clave:** *plataformas digitales, desigualdad digital, clases en línea.*

---

\* Doctora en Psicología. Profesora-investigadora en la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco, México. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1759-9086> ; correo electrónico: alba.cerino@ujat.mx

\*\* Licenciada en Psicología. Brinda atención a pacientes en la Unidad Básica de Rehabilitación de Comalcalco, Tabasco, México. ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-4522-1069>

## Introducción

La *ciudadanía digital* es un nuevo concepto de población y de generación de personas que se distinguen por el conocimiento, uso y aplicación de las tecnologías informáticas y de comunicación, las cuales les permiten desarrollarse en todas las áreas de desempeño, convirtiéndose entonces en su modo de vida.

Para Alva de la Selva (2021), el ciudadano digital es “aquel individuo, ciudadano o no de otra comunidad o Estado, que ejerce la totalidad o parte de sus derechos políticos y sociales a través de la Internet”. Los estudiantes de la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco hicieron una transición un tanto precipitada a la ciudadanía digital a partir del cambio del 2020 al uso de las plataformas para las clases en línea.

La modalidad de educación a distancia, fundamentalmente en soporte digital, vino a ofrecer soluciones de emergencia a la crisis de adaptación educativa durante la pandemia de COVID-19 (García, 2021). Aunque la educación virtual fue prevista de manera temporal, sigue siendo la manera en que se maneja la escolarización debido a la nueva normalidad en que vivimos.

Cabe mencionar que el implemento de las plataformas virtuales ha beneficiado en gran manera la enseñanza-aprendizaje; sin embargo, como García (2021) menciona, los cierres de los espacios educativos y de aprendizaje han afectado al 94 % de la población estudiantil mundial.

Al ser una nueva manera de llevar las clases tanto, los estudiantes como los maestros tuvieron que pasar por un proceso de adaptación al nuevo estilo de enseñanza-aprendizaje; para algunos ha sido más fácil que para otros, sin embargo, es necesario destacar que, a pesar de que la virtualidad es de gran beneficio, muchos de los alumnos están presentando dificultades cuando asisten a sus clases en línea. Talavera y Junior (2020) señalan que las casas se han convertido en escenarios de aprendizaje formal, y algunos de los problemas que presentan los alumnos pueden deberse a esta misma causa, ya que los espacios que utilizan algunos para tomar sus clases en línea pueden ser inadecuados; también la atención y aprendizaje pueden verse interrumpidos por las personas con las que viven al igual

que el ambiente en donde se encuentran. Los alumnos presentan también dificultad en la organización de actividades escolares y labores en casa.

Se puede visualizar un problema más, el cual se trata sobre la desigualdad social entre los alumnos, que está afectando a quienes no cuentan con los recursos suficientes para llevar de manera adecuada sus clases virtuales. Hurtado (2020) hace referencia a que la preocupación siempre existirá en aquellos casos de estudiantes vulnerables que no cuentan con conectividad y aparatos tecnológicos. Siempre habrá una desventaja entre aquellos estudiantes de ciudad con familias con posibilidad económica y aquellos estudiantes de campos o suburbios que no cuentan con recursos y los medios necesarios; esto se convierte en uno de los grandes desafíos: la equidad educativa. Tomando en cuenta la Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnologías de la Información en los Hogares 2019, solo 44.3 % de la población dispone de computadora y 70.1 % de acceso a internet (López, 2020).

Tanto el vivir una pandemia mundial como las dificultades que presentan los alumnos de educación superior para tomar sus clases virtuales pueden influir directamente en su desempeño escolar y emocional (Talavera y Junior, 2020). El impacto de la pandemia afectó emocionalmente a las familias; por ende, a los estudiantes y a su proceso de aprendizaje. Esto se nota en los alumnos con bajo rendimiento escolar, pues presentan dificultad para mantener la atención en clases o incluso estar presentes en ellas.

Esta pandemia no solo ha causado daños en su salud, sino también ha alterado sus comportamientos socioemocionales (Rodríguez, 2020). Se han observado altos niveles de estrés en los alumnos, desmotivación, ansiedad por la carga de tareas, incluso agotamiento emocional, lo que pone en alerta a los centros educativos por posible riesgo de deserción o abandono escolar.

Debido a las situaciones mencionadas, es necesario implementar estrategias adecuadas para las dificultades que presentan los alumnos, así como propiciar la reflexión sobre las situaciones que viven en sus clases en línea y visibilizar las dificultades que están experimentando. También, promover espacios de apoyo para los alumnos con dificultades, donde exista una comunicación activa con profesores, así como elaborar estrategias adecua-

das para los alumnos de acuerdo con la dificultad, así como herramientas que puedan adoptar en su actividad escolar.

## Cansancio y educación virtual

Con la llegada del confinamiento ante la pandemia y el traslado de la educación a la virtualidad, los índices de cansancio han aumentado tanto en estudiantes como en profesores debido a las horas invertidas en el trabajo virtual, en ocasiones de forma ininterrumpida. La Real Academia Española define la palabra *fatiga* como una “molestia ocasionada por un esfuerzo más o menos prolongado o por otras causas, y que en ocasiones produce alteraciones físicas”.

Sklar (2020) afirma que “el cerebro se concentra parcialmente en las palabras que se dicen, pero también extrae significados de decenas de señales no verbales”. En una conversación o una clase normal, el alumno se concentra en lo dicho por el profesor, pero también en los gestos, en el cuerpo que le permite arraigar más el conocimiento. En una videollamada, por lo tanto, resulta más difícil detectar las señales no verbales, por lo que se le exige al cerebro una mayor concentración en las palabras que se escuchan. Esta concentración constante para comprender las clases amplía los problemas de fatiga en los alumnos.

En una investigación realizada por Umeres (2020), se encontró que estudiantes pertenecientes al IEP. Santa Rosa de Quives-Rímac han intentado adaptar espacios físicos y ambientales para mejorar la experiencia de las clases en línea debido a la pandemia; han tomado habitaciones menos concurridas, con comodidades físicas y donde no existan distracciones para poder tener una mejor actitud. Sin embargo, también se encontró que existe un cansancio y aburrimiento por parte de los estudiantes debido a la modalidad virtual. Estos resultados pueden extrapolarse a gran parte la población escolar, ya que el cambio ha sido radical para todos y han intentado adaptarse de la mejor manera posible, pero existe la conciencia de que la dificultad generada por el aprendizaje en línea produce un impacto directo en el alumno. El cansancio solo es uno de los diversos síntomas que podemos encontrar.

## Dificultad en la concentración

Desde el campo de la Neurología, Soprano (2003), considera que la atención es una función esencial para transitar por la vida de un modo adaptado. Por lo general, necesitamos atender para entender y aprender. La mayor parte de los actos de nuestro quehacer cotidiano requiere un mínimo de atención para que se lleven a cabo exitosamente (Soprano, 2009).

Dentro de este concepto, se incluyen habilidades vinculadas a la capacidad de organizar y planificar una tarea, seleccionar apropiadamente los objetivos, iniciar un plan y sostenerlo en la mente mientras se ejecuta, inhibir las distracciones, cambiar de estrategias de modo flexible si el caso lo requiere, autorregular y controlar el curso de la acción para asegurarse que la meta propuesta esté en vías de lograrse, etc. En síntesis, organización, anticipación, planificación, inhibición, memoria de trabajo, flexibilidad, autorregulación y control de la conducta constituyen requisitos importantes para resolver problemas de manera eficaz y eficiente. (Soprano, 2003, p. 44)

En una investigación realizada por Tello Ochoa (2015), en el Colegio de Bachillerato Gualaquiza, se comprobó la existencia de varios distractores de aprendizaje, mediante la observación en clases y una encuesta aplicada. Se observó que los distractores que más influyen en el proceso de aprendizaje son el ruido continuo (bulla), temperatura, celular y la ansiedad. Por estos distractores pierden el interés y deseo de asistir a clases, afectando directamente su rendimiento académico.

Pool Cibrián, Wilson Jesús y Martínez Guerrero (2013) obtuvieron como resultado, en su investigación sobre autoeficacia y uso de estrategias para el aprendizaje en alumnos universitarios, que el efecto directo de la variable problemas de concentración en las estrategias metacognitivas y de dominio sugiere que los alumnos necesitan generar un ambiente interno y externo adecuado para lograr concentrarse en sus estudios, así como reflexionar y monitorear las estrategias utilizadas, con el fin de adecuarlas a exigencias del contexto.

## Pensamientos y sentimientos intrusivos

Los pensamientos intrusivos son pensamientos inconscientes que interrumpen la atención, y pueden convertirse en obsesiones difíciles de eliminar. Existen dos tipos de pensamientos intrusivos: negativos y positivos. Los pensamientos intrusivos negativos pueden deteriorar el estado de ánimo; son los que se dan cuando se padece algún desorden mental. Los pensamientos intrusivos negativos pueden deteriorar el estado de ánimo.

Amsel define la *frustración* o *contraste negativo* como el estado o respuesta del organismo que se desencadena cuando un sujeto experimenta una devaluación sorpresiva en la calidad o cantidad de un reforzador apetitivo, en presencia de señales previamente asociadas a un reforzador de mayor magnitud (Amsel, 1992). Este concepto también incluye situaciones de demora o impedimento de llegar a reforzadores apetitivos. La mayoría de las teorías de la frustración considera que es una respuesta que involucra mecanismos emocionales semejantes a la presentación de estímulos aversivos y que desencadena respuestas análogas al estrés (Amsel, 1958; Flaherty, 1996). Gray (1987) afirma que el miedo y la frustración activan los mismos mecanismos neurales. Por otro lado, algunos procedimientos que incluyen una combinación entre exposiciones a omisiones sorpresivas del reforzador (OSR) o castigo y reforzamiento positivo llevan a producir respuestas de mayor persistencia y “coraje” ante la extinción de reforzadores apetitivos.

La desmotivación es el fenómeno psicológico en el que hay una discrepancia entre el objetivo que teóricamente aspiramos a alcanzar, por un lado, y nuestro estado disposicional real, por el otro. Es decir, es lo que ocurre cuando hay serios problemas a la hora de intentar invertir en una iniciativa los esfuerzos suficientes para conseguir algo, o cuando ni siquiera se llega a empezar esa tarea y se cae en la procrastinación.

La ansiedad es un aspecto normal del estado emocional de los seres humanos, en el cual existe un alto grado de actividad del sistema periférico. La palabra *ansiedad* proviene del latín *anxietas*, que refiere a un estado de angustia o aflicción que puede sufrir una persona sin necesidad de existir motivo alguno para tener realmente una preocupación o estrés que

conlleve a la pérdida de control o sensación de no tener solución al problema presentado.

## **Metodología**

Este trabajo se basó en el método cualitativo con enfoque en el abordaje clínico del relato, es decir que está estructurado en términos de una narrativa donde el consultante relata de forma consciente durante las sesiones (Guidano, 1991, como se cita en León y Tamayo, 2011, p. 53). La técnica del relato oral permite abordar de manera esencial la relación del narrador con el evento narrado, como testigo o como partícipe.

## **Características del proyecto**

### **La población**

El proyecto se llevó a cabo con siete estudiantes de cinco licenciaturas de la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco. La población objeto de estudio participó en un proyecto de investigación con folio 821, realizado en 2021, denominado “Determinación de necesidades psicopedagógicas en estudiantes de la UJAT”, cuyo objetivo fue detectar las necesidades educativas propiciadas por la digitalidad y la transición de la educación presencial a digital, en estudiantes de la institución educativa antes mencionada. Las edades de los alumnos se hallaban entre los 18 y 21 años, y pertenecían a las licenciaturas en Enfermería, Psicología, Administración, Arquitectura e Idiomas. Este grupo se caracterizó por ser en su totalidad del plan de estudios 2018, el cual inició por ser presencial, transitó a clases en línea y terminó en clases híbridas.

## **Educación presencial vs educación virtual**

La Universidad Juárez Autónoma de Tabasco (UJAT), antes de la pandemia por COVID-19, mantenía clases presenciales en la mayoría de sus carreras

y asignaturas, contando con una matrícula que ronda los 30 mil alumnos y manteniendo un aproximado de 30 alumnos por grupo. En la Licenciatura en Psicología se encuentran activos dos planes de estudio; por lo tanto, aproximadamente la mitad de los alumnos inscritos actualmente cuentan con horarios mixtos y materias saturadas; el resto, con horarios definidos (matutino o vespertino). Durante la primera etapa del confinamiento, a mediados del ciclo febrero-julio, la adaptación a la virtualidad fue complicada porque no se tenía preparado un plan de emergencia para una situación así. Los profesores optaron por utilizar las plataformas que más conocían, como Classroom, Microsoft Teams, Edmodo y Chamilo, dificultando así la organización de los estudiantes que debían tomar clases en diferentes plataformas. Para el ciclo septiembre-febrero 2021, se optó por el manejo de una sola plataforma para todas las clases: Microsoft Teams. La plataforma es bastante amigable para el uso; sin embargo, suele tener algunos problemas en la calidad de la conexión. Aun así, la decisión de usar una sola plataforma para todas las clases permite llevar una mejor agenda y evitar las dificultades detectadas en el primer ciclo cursado en línea.

En entrevistas realizadas a estudiantes de segundo ciclo a mediados de junio del 2020, se encontró que el cambio y la adaptación a la nueva modalidad fue difícil para la mayoría. Para muchos, las clases resultaban tediosas al ser llevadas de manera virtual, y se distraían fácilmente con estímulos en casa. Se mencionaba una dificultad en el entendimiento de los temas y una sobrecarga de tareas que no favorecían el aprendizaje.

## Áreas de conocimiento de la gestión

### Dimensión técnica

Para la realización correcta de las entrevistas diagnósticas se ha realizado una revisión de los conocimientos teóricos y prácticos de los entrevistadores, con el fin de encontrar puntos débiles y fortalecerlos antes de la realización de las entrevistas obtener mejores resultados, para que permitan realizar un diagnóstico más acertado y apegado a la realidad.

Así mismo, para la realización del apartado de “características del proyecto”, se revisaron las bases teóricas que comprenden temas como la virtualización de la educación, el trabajo en el aula presencial y el aula virtual, y el impacto del confinamiento en el aprendizaje escolar. Estas bases teóricas, en conjunto con el diagnóstico obtenido a partir de las entrevistas, fueron integradas para la búsqueda y selección de estrategias que permitan cumplir con los objetivos de este proyecto de intervención.

### **Dimensión económica**

Debido al carácter virtual de la investigación, los gastos económicos se redujeron al pago de servicios de internet para mantener la conectividad entre el equipo de trabajo. Se consideró la utilización de la plataforma Microsoft Teams para las entrevistas virtuales y las sesiones de intervención; al ser la plataforma a la que actualmente la universidad otorga acceso, no implica un gasto extra.

### **Dimensión gestora**

- a) Revisión de conocimientos y habilidades.
- b) Búsqueda de información que otorgue las bases teóricas para el proyecto.
- c) Revisión de plataformas para la conexión virtual durante las entrevistas y las sesiones.
- d) Contacto con los participantes del proyecto de intervención
- e) Asignación de fechas y horarios para las entrevistas individuales.
- f) Revisión de los resultados de las entrevistas realizadas para obtener el diagnóstico
- g) Preparación de las sesiones de intervención.
- h) Búsqueda y selección de estrategias para el trabajo en intervención.
- i) Realización del cronograma para las sesiones de intervención.
- j) Concretar fechas y horarios para sesión 1 y 2 de intervención con el grupo participante.
- k) Realización de las sesiones de intervención.

## **Identificación de necesidades o problemáticas en alumnos**

### **Problemáticas sociales**

La población estudiantil general de la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco no pertenece específicamente a dicha entidad federativa o a un solo municipio de esta; las y los alumnos provienen de diversas regiones, lo que dificulta, entre otras cosas, enumerar todas las problemáticas sociales existentes. En cuanto al grupo con el que se trabajó, estuvo constituido por mujeres en su totalidad; se trata de un grupo activo a que procura la interacción y el compañerismo en el aula. En las siete alumnas incluidas en este proyecto no se identificaron problemas de violencia, pobreza o carencia de vivienda, tampoco han sido afectadas por las recientes inundaciones en el estado, lo que ha permitido la continuidad de su educación.

### **Uso de servicios**

Centros comerciales, transporte público, hospitales de alta especialidad, bibliotecas, fondas, restaurantes, comercios pequeños, consultorios médicos, panaderías, reposterías, mercados, supermercados y, central de abastos.

### **Recursos**

#### **Recursos materiales**

- a)* Computadora
- b)* Internet (wifi)
- c)* Datos de calificaciones
- d)* Libretas

## **Recursos humanos**

Con el apoyo de las siete alumnas entrevistadas, se llevó a cabo este trabajo sin olvidar que se estuvo en contacto en todo momento con los entrevistados para poder realizar el trabajo deseado.

## **Técnicas cualitativas**

El relato oral: que permite abordar de manera esencial la relación del narrador con el evento narrado, como testigo o como partícipe.

## **Informadores clave**

Esta técnica consiste en recoger información sobre el tema en concreto entrevistando a personas que tienen un grado de conocimiento respecto al tema.

## **Entrevistas virtuales**

Las entrevistas con las participantes del proyecto fueron programadas entre los días 16 y 17 de diciembre del año 2020 por medio de la plataforma Microsoft Teams, por la facilidad de acceso que tiene. Los horarios fueron concretados por la entrevistadora y las entrevistadas un día antes para asegurar la presencia de ambos. Se les solicitó a las participantes que pudiesen narrar sus experiencias como estudiantes ante el confinamiento y las clases en línea.

## **Resultados**

### **Necesidades o problemas detectados**

De acuerdo con la información obtenida en las entrevistas realizadas a las participantes del proyecto, destacaron las siguientes problemáticas y necesidades que han estado viviendo las alumnas:

- a) Dificultades en la conectividad
- b) Necesidades originadas por el tipo de clases impartidas
- c) Dificultad para concentrarse en las clases o las tareas debido a distracciones
- d) Falta de organización para la realización de actividades
- e) Pensamientos y sentimientos intrusivos (frustración, desmotivación, ansiedad)
- f) Cansancio originado por el tiempo frente a la computadora.

De las seis problemáticas detectadas, se trabajaron en este proyecto de intervención las encontradas a partir del punto tres al seis, por ser situaciones en las que fue posible intervenir para mejorar la calidad del aprendizaje de las estudiantes.

Se realizaron dos talleres a través de las plataformas Zoom y Microsoft Teams en un horario de 12:00 a 2:00 p.m., para brindarles a las participantes estrategias relacionadas con las problemáticas identificadas, para que las pudieran implementar en su vida diaria.

En las reuniones realizadas se contó con una participación entusiasta por parte de las estudiantes; de igual manera, se mostraron abiertas para hablar de sus experiencias y la manera en que las estrategias que se les estaban brindando les podrían ayudar a mejorar su situación.

## **Conclusión**

El cambio a una modalidad virtualidad por la pandemia de COVID-19 en la estructura educativa ha dejado como secuela un desajuste en los estudiantes del nivel superior, así como dificultades de aprendizaje como externas, las cuales están afectando el rendimiento escolar e incluso se observaron afectaciones emocionales en las alumnas de la Licenciatura en Psicología. Todo esto se ve reflejado en las narrativas o experiencias de las participantes del proyecto. Se encontró que algunos estudiantes muestran preocupación debido a que han presentado problemas de conexión, lo que les impide poder estar en todas las clases. Sin embargo, algunos han tratado siempre

de mantener datos móviles en caso de que les suceda esta situación, lo que provoca gastos económicos en recargas móviles.

Sobre las materias prácticas, que inicialmente debían haber cursado de forma presencial, debido a la pandemia por la COVID-19, algunos maestros optaron por enseñar lo teórico o trabajos de investigación, decisión que generó insatisfacción en las estudiantes entrevistadas por desconocimiento y la costumbre de trabajar siempre de forma presencial.

En las alumnas se pudieron detectar dificultades a la hora de la organización de su tiempo, tanto para la realización de sus actividades escolares como de sus actividades en el hogar y recreativas, lo que generó que en algunas ocasiones no pudieran cumplir oportunamente con sus compromisos escolares.

Al ser las clases de manera virtual, las casas se convirtieron en espacios para el aprendizaje. Sin embargo, muchas de ellas no contaban con las condiciones adecuadas para que el alumnado pudiera concentrarse (exceso de ruido que distraía al alumno, el lugar donde se sienta el alumno pudo estarle provocando dolores musculares en la espalda, cuello o brazos; y por el tiempo de estar sentado en una misma situación alrededor de siete horas, los alumnos terminaban con mucho cansancio).

Con el cambio a modalidad virtual, las participantes manifestaron sentirse desmotivadas, con ansiedad y frustración por pensar que no estaban aprendiendo. También, al tratarse de una nueva forma de trabajar, expresaron tener dificultad para mantener la atención y la necesidad de convivir de forma presencial con sus compañeros.

Por último, es importante destacar la necesidad de estrategias adecuadas para los alumnos, así como ciertos espacios de apoyo para quienes presentan mayores problemáticas.

## Referencias

- Alva de la Selva, A. R. (2020). Escenarios y desafíos de la ciudadanía digital en México. *Revista Mexicana de Ciencias Políticas y Sociales*, 65(238). <https://doi.org/10.22201/fcpys.2448492xe.2020.238.68337>
- Belloch, A. et al. (2007). Obsession subtypes: Relationships with obsessive-compulsive

- symptoms, dysfunctional beliefs and thought control strategies. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 11, <https://doi.org/10.5944/rppc>
- García Aretio, L. (2021). COVID-19 y educación a distancia digital: Preconfinamiento, confinamiento y posconfinamiento. *RIED. Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 24(1), pp. 09-32.
- Hurtado Talavera, F. J. (2020). La educación en tiempos de pandemia: Los desafíos de la escuela del siglo XXI. *Revista Arbitrada del Centro de Investigación y Estudios Gerenciales*, 172-187.
- Kamenetzky, G. V. et al. (2009a). Respuestas de Frustración en Humanos. *Terapia Psicológica*, 27(2). <https://doi.org/10.4067/s0718-48082009000200005>
- León Uribe, A. y Tamayo Lopera, D. (2011, julio-diciembre). La psicoterapia cognitiva posracionalista: un modelo de intervención centrado en el proceso de construcción de la identidad. *Katharsis*, (12), 37-58. <https://revistas.iue.edu.co/index.php/katharsis/article/view/153>
- Marvassio, M. A. (2014). *Dificultades de atención en el aula: Aportes de la Psicopedagogía* [Tesis]. Universidad Abierta Interamericana. <https://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC114820.pdf>
- Miguel, J. (2020). La educación superior en tiempos de pandemia: Una visión desde dentro del proceso formativo. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*, 50, 13-40.
- Pool-Cibrián, W. J. y Martínez-Guerrero, J. I. (2013). Autoeficacia y uso de estrategias para el aprendizaje autorregulado en estudiantes universitarios. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 15(3), 21-36. [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1607-40412013000300002&lng=es&esytlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1607-40412013000300002&lng=es&esytlng=es)
- Rodríguez, L. et al. (2020). Impacto emocional por COVID-19 en estudiantes universitarios. Un estudio comparativo. *Educa UMCH*, 1(16), 5-22.
- Skalar, J. (2020, 24 de abril). 'Zoom fatigue' is taxing the brain: Here's why that happens. *National Geographic*. <https://www.nationalgeographic.com/science/article/coronavirus-zoom-fatigue-is-taxing-the-brain-here-is-why-that-happens>
- Soprano, A. M. (2009). *Cómo evaluar la atención y las funciones ejecutivas en niños y adolescentes*. Paidós.
- Tello, C. I. (2015). Análisis de distractores en el proceso de enseñanza-aprendizaje en la materia de química de los estudiantes del segundo año de bachillerato del Colegio de Bachillerato de Gualaquiza, año lectivo 2014-2015. *Universidad Politécnica Salesiana*, 71.
- Umeres, M. (2020). *Percepción del estrés académico y hábitos de estudios en la virtualidad de estudiantes de secundaria de I. E. Privada Santa Rosa de Quives-Rímac, 2020* [Tesis de maestría]. Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500>