






ARTÍCULO ORIGINAL

Estudio del impacto psicológico de la COVID-19 en estudiantes de Ciencias Médicas de Granma

Study of the psychological impact of COVID-19 on medical science students in Granma

Yunior Meriño Pompa ^{1*} , Sulanys Yainet Naranjo Vázquez ¹ , Madelin Rodríguez Rodríguez ¹ , José Antonio Soler Otero ¹ , Leticia de la Caridad Araluce Estacio ¹ 

¹ Universidad de Ciencias Médicas de Granma. Facultad de Ciencias Médicas “Celia Sánchez Manduley” de Manzanillo. Granma, Cuba.

*Autor para la correspondencia: yuniormp9911@nauta.cu

Recibido: 27 de junio de 2023
Aprobado: 16 de julio de 2023

RESUMEN

Introducción: en estos tiempos de pandemia por COVID-19 se debe hacer frente a una situación inédita en la sociedad, donde se debe de afrontar los efectos directos del virus, como pueden ser la sintomatología de la enfermedad, el miedo al contagio y la preocupación por los seres queridos, también se debe lidiar con las medidas de cuarentena para frenar la pandemia. **Objetivo:** describir el impacto psicológico de la COVID-19 en estudiantes de ciencias médicas. **Método:** se realizó un estudio descriptivo y transversal desde abril a julio de 2020. El universo estuvo constituido por 64 estudiantes y se seleccionó una muestra de 42 estudiantes que realizaron pesquisas activas en los diferentes consultorios de Manzanillo, por muestro no probabilístico intencional. Se les aplicó la escala de resiliencia de Connor-Davidson y la escala para valorar el nivel

de estrés. **Resultados:** el 78,6 % de los estudiantes mantuvo un comportamiento resiliente mientras que solo un 21,4 % mostró bajos niveles de resiliencia. El 23,8 % mantuvo niveles normales de estrés, mientras que el 76,2 % de los estudiantes presentó estrés. **Conclusiones:** la COVID 19 acarrió diversas consecuencias para los estudiantes de medicina, los cuales estuvieron expuestos constantemente al virus mientras ofrecían sus servicios a la población mediante las pesquisas activas. La esfera psicológica de los estudiantes se vio seriamente afectada, aumentando considerablemente los niveles de estrés, el miedo al contagio y a contagiar a los seres queridos, ansiedad, tristeza, sensación de soledad e incluso depresión.

Palabras clave: COVID-19; Impacto psicológico; Estudiantes; Estrés; Resiliencia.

ABSTRACT

Introduction: in these times of pandemic by COVID-19 we must face an unprecedented situation in society, where we must face the direct effects of the virus, such as the symptomatology of the disease, fear of contagion and concern for loved ones, also we must deal with quarantine measures to stop the pandemic. **Objective:** to describe the psychological impact of COVID-19 on medical science students. **Method:** a descriptive and cross-sectional study was conducted from April to July 2020. The universe consisted of 64 students and a sample of 42 students who conducted active research in the different offices of Manzanillo was selected, by intentional

non-probabilistic sampling. The stress level scale and the Connor-Davidson resilience scale were applied to them. **Results:** 78.6% of the students maintained a resilient behavior while only 21.4% showed low levels of resilience. 23.8% maintained normal stress levels, while 76.2% of the students presented stress. **Conclusions:** COVID 19 had several consequences for medical students, who were constantly exposed to the virus while offering their services to the population through active research. The psychological sphere of the students was seriously affected, significantly increasing the levels of stress, fear of contagion and contagion to loved ones, anxiety, sadness, feeling of loneliness and even depression.

Key words: COVID-19; Psychological impact; Students; Stress; Resilience.

Cómo citar este artículo:

Meriño-Pompa Y, Naranjo-Vázquez SY, Rodríguez-Rodríguez M, Soler-Otero JA, Araluce-Estacio LC. Estudio del impacto psicológico de la COVID-19 en estudiantes de Ciencias Médicas de Granma. Gac Med Est [Internet]. 2023 [citado día mes año]; 4(3):e318. Disponible en:<http://www.revgacetaestudiantil.sld.cu/index.php/gme/article/view/318>

INTRODUCCIÓN

La pandemia de la COVID-19 en Cuba y en el mundo ha puesto de manifiesto una nueva forma de comportarnos y de convivir, pero también ha dado tiempo suficiente para mirarnos por dentro y a nuestro alrededor, buscando qué es lo mejor y lo que podemos modificar para ser mucho mejores. Esta pandemia ha permitido librar una batalla personal y ha contribuido a su vez, a librar una batalla social, con la actuación de todos como una barrera frente a la COVID-19 para que no se siga propagando. Según la Directiva No. 1 del Consejo de Defensa Nacional (CDN), esta nueva pandemia se cataloga en Cuba como un desastre de origen sanitario.⁽¹⁾

Son diversos los efectos a nivel socioeconómico que se derivan de la pandemia, en el que se incluye un inevitable detrimento de la salud psicológica, que a corto o a largo plazo debe ser abordado por el propio sistema sanitario. Estos efectos pueden ser aún mayores



en grupos vulnerables (personas de mayor edad), en personas que se ven sometidas a mayores situaciones de estrés (contagiados y profesionales sanitarios).⁽²⁾

Según lo reseña el *Manual Merck* de 2020 la COVID-19 “es una enfermedad respiratoria aguda, a veces grave, causada por un nuevo coronavirus SARS-CoV-2”. De igual manera, referencia que los primeros casos de COVID-19 se relacionaron con un mercado de animales vivos en Wuhan, China, lo que sugiere que el virus se transmitió inicialmente de los animales a los seres humanos. La diseminación de persona a persona se produce a través del contacto con secreciones infectadas, principalmente a través del contacto con gotitas respiratorias grandes, pero también podría ocurrir a través del contacto con una superficie contaminada por gotitas respiratorias.⁽³⁾

Unas de las medidas más importantes asumidas en este tiempo de pandemia ha sido el distanciamiento social, pero existen otras más restrictivas como es el caso de la cuarentena.

Cuba no se encuentra exenta de ello. Estas medidas se asumen para aquellas personas mayores de 60 años, enfermos o convalecientes, niños y otros que por su condición son dianas perfectas a enfermar o pueden llegar a tener complicaciones graves. Otras acciones ha sido el cierre total de escuelas y universidades. En el caso de las universidades de Ciencias Médicas (UCM) los estudiantes se han incorporado a las comunidades de su territorio, ubicados por consultorios médicos de familias, a realizar el pesquisaje activo de todas las personas que presenten síntomas respiratorios.

El estrés desde el enfoque transaccional se define como “un proceso de interacción entre individuo y entorno, que se produce cuando el sujeto evalúa situaciones de la vida como amenazantes o desbordantes de sus recursos, y que puede poner en peligro su bienestar”.⁽⁴⁾

De ahí, que para cualquier persona que tenga que enfrentar una situación de estrés, como condiciones difíciles o extremas de su vida habitual, emergencias y desastres, le sea importante para su actuación desarrollar las siguientes cualidades psicológicas: resistencia psicológica; disposición emocional favorable y alta motivación; autocontrol y autodominio; adaptabilidad; voluntad, independencia, confianza y seguridad en sí mismo; capacidad para la comunicación; restablecimiento y recuperación, entre otras.⁽⁵⁾

Muchas de estas categorías se incluyen en la definición de la resiliencia, que no es más que la capacidad humana para enfrentar, sobreponerse y salir fortalecido o transformado de esas experiencias adversas importantes.⁽⁶⁾

Por la actividad que realizan los estudiantes de ciencias médicas en Cuba es importante que desarrollen estas cualidades psicológicas incluidas en la definición de resiliencia, a la vez, que se hace necesario poder evaluar su nivel de estrés. Es el objetivo del presente

estudio describir el impacto psicológico de la COVID- 19 en estudiantes de ciencias médicas.

MÉTODO

Se realizó un estudio descriptivo y transversal en el período de febrero a mayo del 2021 en el municipio Manzanillo, Granma.

El universo estuvo constituido por 64 estudiantes y se seleccionó una muestra de 42 estudiantes que realizaron pesquisa activa en los diferentes consultorios de Manzanillo, a través del muestreo no probabilístico intencional.

Se incluyeron a los estudiantes de la Universidad de Ciencias Médicas de Granma que participaron en la pesquisa activa en los diferentes consultorios del municipio Manzanillo y que tuvieron disposición de participar en el estudio. Se excluyeron a los que no dieron su consentimiento informado y aquellos que se encontraban ejerciendo la pesquisa fuera del municipio.

Se estudiaron variables como: el comportamiento de las variables sociodemográficas (sexo, edad, estado civil y enfermedad crónica) y las variables profesionales (facultad de medicina, especialidad y año que cursa) con respecto a los niveles de estrés mediante una encuesta realizada por los autores.

Se aplicaron dos instrumentos: escala para valorar el nivel de estrés, que consta de 20 ítems. El resultado final se busca en la tabla y depende de la puntuación, si tiende a ser alta significa mayor nivel de estrés.⁽⁶⁾

Se calificó con una puntuación de uno a cinco según la frecuencia que el paciente evalúa cada actividad con que realiza cada una de las afirmaciones o el grado que se corresponda con la situación de acuerdo a la escala de evaluación descrita (anexo 1). Los resultados fueron evaluados, para lo cual se consideró las siguientes categorías:

- Normal: 0-2 puntos. - Ha pasado el límite: 3-6 puntos. - Excesivo estrés: 7-10 puntos. - Demasiado estrés. 11-14 puntos.

El otro instrumento fue: escala de resiliencia de Connor-Davidson (CD-RISC).⁽⁷⁾ Esta es una escala que consta de 25 ítems que se responden en valores desde 0 = “en absoluto” hasta 4 = “siempre”.

El constructo se compone de cinco factores: persistencia-tenacidad-autoeficacia (ítems: 10,12, 16, 17, 23, 24 y 25); control bajo presión (6, 7, 14, 15, 18, 19, 20); adaptabilidad y redes de apoyo (1, 2, 4, 5, 8); control y propósito (13, 21, 22) y espiritualidad (3, 9). Las puntuaciones de cada ítem se suman y su interpretación es que a mayor puntuación en cada dimensión, más indicadores de resiliencia muestra el individuo.

El estudio fue realizado con el cumplimiento de los principios éticos básicos: autonomía, la beneficencia, la no maleficencia y el de la justicia. Se respetó la privacidad de los estudiantes y se realizó la investigación con el consentimiento informado de los mismos. La información obtenida solo será utilizada con fines científicos.

RESULTADOS

Predominó el sexo femenino con un 59,5 % y el rango de edad que prevaleció fue el de 18 a 20 con 47,6 %. El 95,2 % eran solteros. En el grupo de estudiantes estudiados se pudo apreciar que la enfermedad de base constituyó un factor que desencadenó un aumento de los síntomas psicológicos. La enfermedad que predominó fue la alergia para un 45,2 %

Tabla 1. Distribución de los estudiantes según el sexo, edad, estado civil y enfermedades que presentaban.

Variables Sociodemográficas		Medicina		Enfermería		Tecnología de salud		Total	
		No	%	No	%	No	%	No	%
Sexo	Masculino	14	33,3	1	2,4	2	4,8	17	40,5
	Femenino	20	47,6	1	2,4	4	9,5	25	59,5
Total		34	80,8	2	4,8	6	14,3	42	100
Edades	18-20 Años	18	42,9	2	4,8	0	0	20	47,6
	21-23 Años	10	23,8	0	0	5	11,8	15	35,7
	23-26 Años	6	14,3	0	0	1	2,4	7	16,7
Total		34	38,1	4,8	6	14,2	42	100	
Estado Civil	Soltero	32	76,2	2	4,8	6	14,2	40	95,2
	Casado	2	4,8	0	0	0	0	2	4,8
Total		34	38,1	4,8	6	14,2	42	100	
Enfermedades Asociadas (No=42)	Alergia	0	35,7	0	2,4	3	7,1	19	45,2
	Asma	13	30,9	0	0	2	4,8	15	35,7
	Gastritis	4	9,5	0	0	1	2,4	5	11,9
	Otras enfermedades	2	4,8	1	2,4	0	0	3	7,1

Fuente: encuesta

En la siguiente tabla 2 se evidenció que el 52,4 % de los estudiantes mantuvieron niveles elevados de estrés. Dentro de los indicadores que más puntuaron se observaron los siguientes: el sentirse contrariado cuando se retrasan o lo hacen esperar, el sentir desasosiego cuando no tienen algo en concreto que hacer, el sentirse indebidamente cansado al finalizar la jornada, el sufrir dolores de cabeza, dificultades con el sueño, el andar con prisa para terminar las cosas, sentimiento de cansancio que no le permite concentrarse en pensar y sentirse molesto ante las personas que trabajan o hablan despacio.

Tabla 2. Distribución de los estudiantes de ciencias médicas según los niveles de estrés.

Niveles de estrés de los estudiantes	No	%
Normal	10	23,8
Pasado de límite	22	52,4

Excesivo estrés	8	19
Demasiado estrés	2	4, 8
Total	42	100

Fuente: encuesta

Teniendo en cuenta la autoeficacia y tenacidad, de 42 estudiantes, 24 mantuvieron dimensiones de resiliencia normales para un 57, 1 %. En cuanto al control bajo presión 18 estudiantes mostraron dimensiones de resiliencia normales para un 42, 9 %. En relación a la adaptabilidad-uso de redes de apoyo, 17 estudiantes para un 40, 5 % manifestaron dimensiones de resiliencia normales. En cuanto al control y pronóstico, 22 estudiantes para un 52,4 % mostraron dimensiones de resiliencia normales.

Tabla 3. Distribución de los estudiantes de las ciencias médicas según las dimensiones de la resiliencia.

Dimensiones de resiliencia	Bajo (No=42)		Normal (No=42)		Alto (No=42)	
	No.	%	No.	%	No.	%
Autoeficacia – Tenacidad	7	16, 7	24	57, 1	11	26, 2
Control bajo presión	14	33, 3	18	42, 9	10	23, 8
Adaptabilidad-Usos de redes de apoyo	10	23, 8	17	40, 5	15	35, 7
Control y Propósito	7	16, 7	22	52, 4	13	31, 0
Espiritualidad	12	28, 6	16	38, 1	14	33, 3

Fuente: encuesta

En la tabla 4 se puede evidenciar que 22 estudiantes para un 52,4 % tuvieron niveles normales de resiliencia (Tabla-2).

Tabla-4. Distribución de los estudiantes de ciencias médicas según los niveles de resiliencia en.

Niveles de resiliencia	No (No= 42)	%
Bajo	9	21, 4
Normal	22	52, 4
Alto	11	26, 2
Total	42	100

Fuente: encuesta

DISCUSIÓN

Los niveles de estrés pueden aumentar en las siguientes situaciones:

– Tener que adaptarse a la incertidumbre de posibles cambios de fechas de exámenes o trabajos, así como a nuevas demandas como consecuencia del cambio de docencia presencial a telemática.

– Adaptarse al cambio de su lugar habitual de convivencia a espacios donde posiblemente los universitarios estén confinados con personas con las que no suelen convivir. Por lo que poder ajustarse al nuevo contexto dependerá de con quién convivan y el grado de cercanía emocional con esas personas, que pueden ser sus padres, sus compañeros de piso, amigos, hijos, pareja, o personas a su cargo. Esto implica que tenga el estudiante que

adecuarse a otras normas que no le permitan decidir libremente aspectos de la vida cotidiana como puede ser cuando vivía fuera de casa de sus progenitores.⁽⁸⁾

Los resultados obtenidos en el presente estudio coincidieron con investigaciones realizadas en España donde el 15 % de las personas tuvieron dificultad para dormir durante varios días. Por su parte, un estudio en China reportó que de una población de 1210, el 8,1 % informó niveles de estrés de moderados a graves. En otro estudio realizado en la Comunidad Autónoma Vasca (situada al norte de España) obtuvieron como resultado, y en contra de lo que se esperaba, medias superiores en estrés, ansiedad y depresión en edades de 18 – 25 años, seguidos del rango de 26 - 60 años, con una media en las tres dimensiones inferior en los mayores de 60 años, dado que la muestra más joven de este estudio era mayormente estudiante. Los autores consideran que esto puede deberse al estrés añadido que viven los jóvenes estudiantes, ante la necesidad de adaptarse al nuevo contexto educativo sin clases presenciales, además de vivir una situación que nunca habían experimentado.⁽⁹⁾

En el presente estudio el sexo femenino fue el más afectado coincidiendo con una investigación realizada por Ozamiz Etxebarria y *et al*⁽⁹⁾ donde entre los participantes de la muestra un 81,1 % (n = 792) eran mujeres y un 18,9 % (n = 184) hombres. Además, los rangos más altos de estrés se observaron en el sexo femenino, en el rango de edad de 18 – 20 años, los casados y quienes padecían enfermedades crónicas. Esto puede deberse a la juventud de los participantes, al estar en la etapa de confección de su proyecto de vida, el tener que enfrentarse a situaciones desconocidas como la presente contingencia epidemiológica, el pobre conocimiento que tienen aún de los temas médicos, algunas dimensiones bajas de la resiliencia producto de la edad, el abandono del hogar para incorporarse a otro nivel de enseñanza y la falta de apoyo familiar y grupal, así como la incertidumbre en torno al futuro personal y profesional.

En cuanto al estado civil, según los datos arrojados, se observó que las parejas que se encontraban casadas tuvieron mayor estrés que aquellas que no lo estaban. Cuando se tiene que vivenciar momentos de pandemia donde la cuarentena es necesaria, se debe tener un cuidado mayor en la comunicación, ambos miembros de la pareja deben tener la capacidad de identificar estados emocionales en el otro, para que no surjan conflictos que puedan terminar en divorcio.

Se observó que en China tras el confinamiento las cifras de divorcio se dispararon, la mayoría fueron solicitados por las mujeres. Esto se extendió a 12 ciudades que informaron sobre el auge de las peticiones.⁽¹⁰⁾ Así sucedió con otros países como Argentina donde se registró un aumento del 30 % en consultas sobre divorcios, en Estados Unidos, particularmente en New York, se esperaba una avalancha de presentaciones en los tribunales. En Italia, España y Rusia aumentaron también las peticiones de divorcio y en Francia, 1 de cada 10 personas pensaban separarse al terminar la cuarentena.⁽¹¹⁾ Los estudiantes que poseían enfermedades crónicas fueron los más estresados. Este resultado coincidió con otras investigaciones que expresaron que las personas con enfermedades

crónicas presentaron niveles más altos de síntomas psicológicos. La COVID-19 tiene la tendencia de manifestarse con más severidad en personas con múltiples enfermedades subyacentes y en las que tienen enfermedades graves, y son las que manifiestan niveles más altos de síntomas psicológicos ante esta situación de crisis.

La pandemia y el confinamiento pueden desencadenar un importante estrés emocional que se precisa conocer para poder ayudar a mitigarlo. Si bien las enfermedades mentales afectan a gran parte de la población durante y después de la cuarentena, existen los siguientes estresores, que son parte de esta experiencia y pueden generar estos cuadros: el periodo de duración de la cuarentena, el miedo de infectarse o infectar a otros, la frustración o aburrimiento debido al confinamiento o pérdida de rutina, así como la pérdida de contacto social y físico con otros.⁽¹²⁾

En la actual investigación se evaluaron 5 dimensiones importantes para mantener un comportamiento resiliente: autoeficacia - tenacidad, control bajo presión, adaptabilidad y redes de apoyo, control y propósito y la espiritualidad. Se pudo observar que las dimensiones que más puntuaron a lo bajo, con un mismo nivel de puntuación, fueron control bajo presión y espiritualidad.

En el estudio se observó que pocos estudiantes mostraron puntuaciones bajas con respecto a mantener control bajo presión. Además, es una manera de mostrar que se está trabajando en el tema de los grupos vulnerables y en este sentido ha sido una gran oportunidad la preparación que tiene el sistema de salud en función de la pesquisa activa. El trabajo en la preparación de los recursos humanos ha permitido que esos jóvenes que cambiaron sus rutinas, que han ido a las casas y se han convertido en los amigos de los vecinos, hayan podido superar el miedo con que empezaron a realizar su labor.⁽¹³⁾ Se conoce que el miedo puede bloquear y llevar a conductas compulsivas como no comer o mirar internet de forma pasiva y de manera continua para intentar llenar la sensación de vacío y de falta de control.⁽⁸⁾

Hay dos maneras constructivas de afrontar cualquier reto: lidiar con los problemas y lidiar con las emociones, ambos tienen la misma importancia. En el caso del problema se deben seguir las pautas como el distanciamiento social y el aislamiento. El tema de las emociones implica tomar medidas para reducir el estrés. Estas maneras de actuar son a las que se les llama tomar el control.⁽¹⁶⁾ El no conocer estrategias que le hagan frente a las emociones o reacciones psicológicas que puedan surgir durante este tiempo de pandemia puede provocar en los estudiantes futuros problemas psicológicos con repercusión en su estado físico y las distintas esferas de la vida.

Atendiendo a la espiritualidad se pudo apreciar que existieron pocos estudiantes con puntuaciones bajas. Esta dimensión habla como un factor que favorece la salud y el bienestar emocional. Muestra tres ejes fundamentales derivados de las relaciones que la persona establece consigo misma a través de la búsqueda de sentido con los demás. Las cuestiones sobre el sentido de la vida suelen aflorar en momentos límite, de intenso

sufrimiento como lo son la enfermedad o cercanía a la muerte.⁽¹⁵⁾ Luego de la declaración de emergencia en China, un estudio reveló un incremento de las emociones negativas (ansiedad, depresión e indignación) y una disminución de las emociones positivas (felicidad y satisfacción).⁽¹⁶⁾

De manera general se apreció que el mayor por ciento de los estudiantes tuvo un comportamiento resiliente. Las dimensiones autoeficacia - tenacidad, control y propósito y adaptabilidad y redes de apoyo contribuyeron a que estos estudiantes no lleguen a presentar mayores niveles de estrés, se vieron afectadas las dimensiones control y propósito y espiritualidad.

CONCLUSIONES

La COVID 19 acarrió diversas consecuencias para los estudiantes de medicina, los cuales estuvieron expuestos constantemente al virus mientras ofrecían sus servicios a la población mediante las pesquisas activas. La esfera psicológica de los estudiantes se vio seriamente afectada, aumentando considerablemente los niveles de estrés, el miedo al contagio y a contagiar a los seres queridos, ansiedad, tristeza, sensación de soledad e incluso depresión.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Lorenzo Ruiz A, Díaz Arcaño K, Zaldívar Pérez D. La psicología como ciencia en el afrontamiento a la COVID-19: apuntes generales. Rev Anales de la Academia de Ciencias de Cuba. [Internet] 2020 [citado 4 Feb 2023]; 10(2). Disponible en: <http://www.revistaccuba.cu/index.php/revacc/article/view/839>
2. Ausín B, González Sanguino C, Castellanos MA, López Gómez A, Saiz J, Ugidos C. Estudio del impacto psicológico derivado del covid-19 en la población española (psi-covid-19). Rev Infocop. [Internet] 2020 [citado 4 Feb 2023]. Disponible en: http://www.infocop.es/view_article.asp?id=8833
3. Piña Ferrer L. El COVID 19: Impacto psicológico en los seres humanos. Revista Arbitrada Interdisciplinaria de Ciencias de la Salud. Salud y Vida. [Internet] 2020 [citado 6 Feb 2023];4(7):188-199 Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7407744>
4. Grau Abalo JA, Cobián Mena AE. El control del estrés y la ansiedad ante la pandemia por COVID 19. Mochila COVID-19. 17 jun. [Internet] 2020 [citado 6 Feb 2023];(14). Disponible en: <https://instituciones.sld.cu/psicologiadelasalud/files/2020/05/14-Estrés.pdf>
5. Espinosa Ferro Y, Mesa Trujillo D, Díaz Castro Y, Caraballo García L, Mesa Landín MÁ. Estudio del impacto psicológico de la COVID-19 en estudiantes de Ciencias Médicas,



Los Palacios. Rev Cub Sal Púb [Internet]. 2020 [citado 7 Feb 2023]; 46(Suppl 1): e2659. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-34662020000500006&lng=es.

6. Arias Molina Y, Herrero Solano Y, Cabrera Hernández Y, Guyat Doralvis C, Mederos Yohani G. Manifestaciones psicológicas frente a la situación epidemiológica causada por la COVID-19. Rev haban cienc méd [Internet]. 2020 [citado 7 Feb 2023]; 19(Suppl 1): e3350. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-519X2020000400012&lng=es.

7. Machuca Huamán LM, Velarde Guevara KF. Resiliencia y proyecto de vida en adolescentes. Tesis. [Internet], 2021. [citado 7 Feb 2023]. Disponible en: <http://repositorio.upagu.edu.pe/handle/UPAGU/1529>

8. Pedrosa G. El COVID-19 puede acentuar las tasas de suicidio entre las personas confinadas dado el impacto emocional de la pandemia. Periódico Universitario Aula Magna. [Internet]. 2020 [citado 8 Feb 2023]. Disponible en: <http://www.aulamagna.com.es/entrevistaimpacto-emocional-confinamiento-universidad-jaen/>

9. Ozamiz Etxebarria N, Dosil Santamaria M, Picaza Gorrochategui M, Idoiaga Mondragon N. Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España. Cad. Saúde Púb. [Internet]. 2020 [citado 8 Feb 2023]. ;(36)4. Disponible en: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102311X2020000405013

10. Taramona. #Mundo Post-COVID: se disparan los divorcios en China tras el confinamiento. Rewisor.com. [Internet]. 2020 [citado 8 Feb 2023].. Disponible en: <https://www.revisor.com/mundopost-covid-se-disparan-los-divorcios-en-chinatras-elconfinamiento/>

11. Minuto Uno. Efecto Cuarentena: Aumentaron un 30% las demandas de divorcio. El observador del sur. Noticias Nacionales [Internet]. 2020 [citado 9 Feb 2023]. Disponible en: <https://m.elobservadordelsur.com/efecto-cuarentena-aumentaron-un-30-las-demandasdivorcion20882>

12. Brooks SK, Webster RK, Smith LE, Woodland L, Wessely S, Greenberg N, Rubin GJ. El impacto psicológico de la cuarentena y cómo reducirlo: una rápida revisión. Revista The Lancet. [Internet]. 2020 [citado 9 Feb 2023].395:912-20. Disponible en: <https://fundacionelementos.org/2020/03/17/el-impacto-psicologico-de-la-cuarentena-ycomo-reducirlo-una-rapida-revision/>

13. Izquierdo Ferrer L. Cuba contra la COVID–19: La psicología y su contribución en el enfrentamiento a la pandemia. Cubadebate. [Internet]. 2020 [citado 9 Feb 2023].



Disponible en: <http://www.cubadebate.cu/noticias/2020/05/08/cuba-contra-la-covid-19-la-psicologia-y-sucontribucion-en-el-enfrentamiento-a-la-pandemia/#.XueJi3hq3IU>

14. Migala J, Rae Miller K. Como desarrollar resiliencia ante el estrés del coronavirus. AARP; [Internet]. 2020 [citado 9 Feb 2023]. Disponible en: <https://www.aarp.org/espanol/salud/enfermedades-y-tratamientos/info-2020/developar-laresilencia-en-tiempos-de-covid-19.html>

15. Redondo Elvira T, Ibañez del Prado C, Barbas Abad S. Espiritualmente resilientes. Relación entre espiritualidad y resiliencia en cuidados paliativos. Clínica y Salud [Internet]. 2017 [citado 16 Feb 2023]. 28(3): 117-121. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1130-52742017000300117&lng=es.

16. Huarcaya Victoria J. Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de COVID-19. Rev. perú. med. exp. salud pública [Internet]. 2020 Abr [citado 16 Feb 2023].; 37(2): 327-334. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-46342020000200327&lng=es.

Declaración de conflictos de intereses:

Los autores declaran que no existen conflictos de intereses.

Contribución de los autores:

SYNV, YMP, MRR, JASO y LCAE: redacción-borrador original, redacción, revisión y edición.
YMP: conceptualización, curación de datos, análisis formal, metodología, recursos, supervisión, validación, verificación, visualización.
JASO: administración del proyecto.

Financiación:

No se recibió financiación para el desarrollo del presente artículo.

