

Descripción de las tendencias del comportamiento, las relaciones sociales y la vida cotidiana, de la población estudiantil universitaria en el contexto de la pandemia del COVID-19

Description of the trends in behavior, social relationships and daily life of the university student population in the context of the COVID-19 pandemic

Carlos Luis Chanto Espinoza¹
Jorge Luis Loáiciga Gutiérrez²
Universidad Nacional de Costa Rica
Costa Rica

Resumen

Los desafíos sociales actuales de contacto y relaciones con otras personas ante la necesaria protección del riesgo de contagio del coronavirus y la vida en mayúscula, requiere de una comprensión por parte de las autoridades de educación superior

¹ Académico, investigador de la Universidad Nacional de Costa Rica. PhD en Proyectos de la Universidad Internacional Iberoamericana (UNINI) – México. MSc. Gerencia en Administración de Proyectos de Desarrollo del Instituto Centroamérica en Administración Pública (ICAP) – Costa Rica. Maestría en Dirección Estratégica. Especialidad en Tecnologías de la Información de Universidad Internacional Iberoamericana UNINI – Puerto Rico, Máster en Dirección Estratégica en Tecnologías de la información. Universidad Europea Miguel de Cervantes (UEMC) - España. Licenciado en Informática con énfasis en Sistemas de Información, de la Universidad Nacional de Costa Rica -(UNA). Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-3420-7259>. Correo electrónico: carlos.chanto.espinoza@una.cr

² Académico, investigador de la Universidad Nacional de Costa Rica. Doctorando en Proyectos con Especialidad en Investigación por la Universidad Internacional Iberoamericana (UNINI-Puerto Rico), Máster en Administración de Proyectos por la Universidad Para la Cooperación Internacional (UCI) - Costa Rica. Licenciado en Administración con énfasis en Gestión Financiera por la Universidad Nacional de Costa Rica (UNA). Bachiller en Administración por la Universidad Nacional de Costa Rica (UNA) Certificación Internacional Green Project Management por el GPM-Global (EEUU). Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-0421-3906>. Correo electrónico: jorge.loaiciga.gutierrez@una.ac.cr



a nivel global. En este artículo se describen las tendencias del comportamiento, en las relaciones sociales y vida cotidiana, por parte de la población estudiantil de la Universidad Nacional de Costa Rica, Sede Región Chorotega, Campus Liberia en el contexto de la pandemia del COVID-19. Se involucraron a 182 estudiantes, bajo un estudio cuantitativo de fase descriptiva. Los resultados del estudio indican que la pandemia de la COVID-19 provocó distanciamientos sociales en la población en estudio, alterando las tendencias del comportamiento, estilo de vida, el cual ante el confinamiento modificó abruptamente el contacto social provocando un aumento exponencial en el uso de herramientas tecnológicas para mediar en la comunicación.

Palabras clave: comportamiento; relaciones sociales; vida cotidiana; COVID-19; TIC.

Abstract

The current social challenges of contact and relationships with other people in the face of the necessary protection from the risk of contagion of the coronavirus and life in capital letters, requires an understanding on the part of higher education authorities worldwide. This article describes the behavior trends, in social relationships and daily life, by the student population from the National University of Costa Rica (UNA), Chorotega Branch Campus Liberia, in the context of the COVID-19 pandemic. 182 students were involved, under a descriptive phase quantitative study. The results of the study indicate that the COVID-19 pandemic caused social distancing in the population under study, altering trends in behavior, lifestyle, which in the face of confinement abruptly modified social contact, causing an exponential increase in the use of technological tools to mediate communication.

Keywords: behavior; social relationships; daily life; COVID-19; ICT.

Introducción

La pandemia provocada por el coronavirus (COVID-19) ha causado una crisis sin precedentes en todos los ámbitos. En el contexto de las relaciones humanas, esta emergencia significa el mayor desafío que ha enfrentado la sociedad, debido a que se han encajado nuevas prácticas sociales y rutinas. Después de 14 meses, desde su inicio en el 2020, aún existe incertidumbre sobre una posible etapa postpandemia. Sin embargo, queda claro que, para afrontar estos cambios, la sociedad depende más de la comunicación digital y las decisiones sociales. Asimismo, [Maeztu \(2020\)](#) indica: “Las relaciones sociales, que tanto nos aportan en condiciones normales, pueden tornarse ahora letales. Y eso lo debemos tener muy presente en cada uno de nuestros actos” (párr. 1).



El COVID-19 ha transformado para siempre la práctica que implica ser empleado, cliente, habitante o incluso persona. Nos enfrentamos a una permuta de comportamiento generalizado que permanecerá. De allí que [Amaya-Castellanos \(2020\)](#) afirma:

La modificación de comportamientos, como hacer un hábito el uso del tapabocas, el distanciamiento físico, el lavado de manos y el confinamiento, en una situación de pandemia (como la actual por COVID-19), puede constituirse en un reto para el individuo y la sociedad, así esto pueda representar una ganancia para la propia salud de las personas. Cuando el individuo no se percibe en riesgo frente a una condición de salud, ni identifican la gravedad de esta, difícilmente generará cambios en sus comportamientos. Esto es más complejo cuando los comportamientos deben cambiar dependiendo los grupos de riesgo, como se requiere durante la pandemia de COVID-19. (p. 337)

Según lo establecido por [Amaya-Castellanos \(2020\)](#), podríamos preguntarnos: ¿Cómo se ha transformado nuestra manera de pensar? ¿Cómo ha afectado esto la forma de convivir, comunicarnos o simplemente el vivir día tras día? Las respuestas a cada uno de estos cuestionamientos dependerán de las percepciones de cada persona, ante el impulso de ejecutar las conductas que provoquen un sentimiento de seguridad (mantener el distanciamiento social, lavarse las manos, entre otras).

Por otra parte, en la esfera de la educación superior, [Lozano-Díaz et al. \(2020\)](#) menciona: “[...] el fuerte impacto que el confinamiento ha tenido para la situación vital del estudiantado universitario en el ámbito psicológico y académico, principalmente, y la relación existente con la satisfacción vital y la resiliencia, fundamentalmente” (p. 96).

En este sentido, se comprende que existen modificaciones drásticas en los comportamientos sociales, con preocupación de las necesidades humanas más “básicas”, como la escasez de alimentos esenciales y suministros de salud. [Vergara Castañeda et al. \(2020\)](#) señalan que “La pandemia por COVID-19 ha sugerido un cambio en las tendencias y los hábitos alimentarios que probablemente continúen después de las medidas que se han tomado para el control de su propagación” (p. 1).

Por su lado, [Ortega-Vivanco \(2020\)](#) establece:

El confinamiento, como una de las medidas emergentes tomadas por los gobiernos ha ocasionado, que los consumos cotidianos de productos,





servicios y actividades que usualmente realizaba la población hayan sido alterados. Conocer esos efectos e impactos son importantes, debido a que han tenido que enfrentarse a cambios sociales, psicológicos, tecnológicos y culturales, que podrían impactar en nuevos hábitos de comportamiento y consumo. (p. 235)

Es fundamental entender que, en el contexto actual del confinamiento que nos ha provocado el COVID-19, las personas estudiantes han presentado posibles cambios físicos y mentales que podrían ser la mala alimentación, los trastornos de estrés, la ansiedad e incluso la depresión. Por lo tanto, en esta investigación se pretende evidenciar cuál ha sido el comportamiento vivido durante la pandemia.

En consonancia con lo indicado en los párrafos anteriores, la contribución de este estudio tiene su origen desde las medidas implantadas en el confinamiento provocado por la COVID-19, limitando contactos y actividad social, total o casi total, al estudiantado universitario y obligando al cambio en sus comportamientos sociales, su vida cotidiana y la salud mental, lo que, en alguna medida, podría estar repercutiendo en su práctica educativa. Un estudio del Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2019) da a conocer que un 27 % de adolescentes y jóvenes de Latinoamérica y el Caribe, tras el confinamiento, sintió ansiedad; el 46 % estuvo menos motivado para realizar actividades que normalmente disfrutaba; el 36 % se manifestó menos motivado para actividades habituales; el 15% experimentó depresión en los últimos 7 días, y el 73 % tuvo necesidad de pedir ayuda en relación con su bienestar físico y mental. Asimismo, la [Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico \(2020\)](#) señala efectos educativos catastróficos, especialmente en el estudiantado con poco dominio de la habilidad del autoconocimiento, en los que presentan grandes brechas digitales y poco apoyo familiar, lo cual detona en crisis de ansiedad e incapacidad.

En esta perspectiva, surge la necesidad de comprobar si, en medio de la pandemia, la persona estudiante universitaria ha reflejado situaciones que afecten sus relaciones sociales y si tales situaciones tienen consecuencias desde los quehaceres académicos que se han visto mediados por la llamada presencialidad remota. La [Vicerrectoría de Docencia \(2020\)](#), de la Universidad Nacional “no considera este proceso, como una virtualización de la oferta presencial ni un cambio de modalidad, sino más bien una transición de la presencialidad a procesos de enseñanza y aprendizaje de acceso remoto con apoyo tecnológico...” (p. 2). Por lo tanto, el artículo ofrece una contribución al campo de estudio de las ciencias de la conducta, específicamente, en la disciplina de la pedagogía.



Objetivo general

El objetivo de esta investigación consiste en examinar las tendencias del comportamiento, en las relaciones sociales y la vida cotidiana, por parte de la población estudiantil de la Universidad Nacional de Costa Rica, Sede Región Chorotega, Campus Liberia, en el contexto de la pandemia del COVID-19, y sus efectos en la práctica educativa universitaria.

Fundamentación teórica

La pandemia vivida mundialmente, provocada por la enfermedad denominada la COVID, proveniente del coronavirus SARS-CoV-2 originado en Wuhan, provincia de Hubei de la República Popular China, generó una transformación global en el comportamiento social. Lo anterior se estableció el 30 de enero de 2020, cuando el Comité de Emergencia de la Organización Mundial de la Salud (OMS) clasificó a este contagio como una emergencia de salud mundial, asentada en las progresivas tasas de notificación de casos positivos en China y otros países aledaños.

En su defecto, [Huarcaya-Victoria \(2020\)](#) menciona:

Debido a la alta contagiosidad del virus y al número cada vez mayor de casos confirmados y muertes en el mundo, las emociones y los pensamientos negativos se extienden amenazando la salud mental de la población. Según la experiencia de epidemias y pandemias pasadas, se conoce que los pacientes y el personal de salud pueden padecer situaciones de miedo a la muerte y presentar sentimientos de soledad, tristeza e irritabilidad. (p. 327)

Las medidas sanitarias durante la crisis generada por la pandemia del COVID-19 han provocado mucha inseguridad y han dejado una huella en la conducta de cada individuo, sobre todo en la nueva forma de comportarnos y relacionarnos socialmente. En relación con esto, Gómez (s. f.) aduce: “[...] cambiar hábitos, cambiar patrones, y todo aquello que le da sostén a nuestras vidas que son las rutinas. Pero, además, genera temor y peligro, nos genera una reacción de incertidumbre muy grande” (párr. 2). Es decir, a nuestro juicio, estas vulnerabilidades emergentes generan dificultades emocionales ante la angustia, la ansiedad y el temor al contagio, por lo cual se presentan sensaciones de impotencia, irritabilidad y enojo, un cambio de vida cotidiana.

Tal y como [Juarros et al. \(2020\)](#) lo indican:

Los hábitos y prácticas cotidianas que hasta ahora habíamos dado por sentado se cambian de varias maneras o se suspenden por completo.





Simultáneamente, se crean nuevos modos de interacción, sociabilidad y “estar juntos” desde la distancia, modos en los que las distintas pantallas que conforman nuestra cotidianidad —en especial, teléfonos móviles y ordenadores—, adquieren un rol fundamental. Las personas responden en su vida cotidiana y en sus relaciones sociales de múltiples maneras, involucrando emociones, imaginación y creatividad, para (sobre)vivir en tiempos de pandemia. (p. 760)

El impacto socioemocional, incluso psicológico, ante las medidas de confinamiento para la población, representa graves implicancias para la salud mental. Pasar mucho tiempo en hacinamiento es un peligro para las personas; entre estas, se cuenta a la población estudiantil, que trae ya una carga emocional propia por el componente de aprendizaje y que hoy se enfrenta a todo tipo de situaciones de carácter personal y familiar.

Además, [Ferrer y Aguilar \(2020\)](#) afirman:

De esta forma, nos encontramos ante la posibilidad de plantear la idea de un sujeto estudiante auto organizado, que dadas las condiciones ha tenido que hacer uso de sus saberes o bien, irlos construyendo en la práctica; desde el propio esfuerzo de los estudiantes —y, por supuesto, de los docentes—, quienes señalaron la motivación por culminar sus estudios como la mayor razón de continuar estudiando en las condiciones de contingencia sanitaria derivada de la COVID-19. (p. 19)

En vista de ello, es inevitable la pérdida de contacto social y de las actividades diarias que forman parte del quehacer del estudiantado universitario y del profesorado, hecho que tendrá un costo socioemocional y más aún si existían problemáticas previas.

Asimismo, esta emergencia sanitaria ha venido a transformar la vida tal y como era, estableciendo una nueva realidad, definida como una premura radical en los procesos de decisión cotidiana. Sobre esto, [Casco \(2020\)](#) argumenta: “Los consumidores han aprendido a ser más conscientes con el uso de sus recursos. Uno de los cambios es que el hogar ha pasado a ser un lugar de donde se trabaja, se estudia y se relaja”. (p. 103)

En otras palabras, hay un aumento de actividades que normalmente no demandaban tanto tiempo dentro de los hogares, por ejemplo: el uso de Internet, los gastos de servicios públicos, así como las mismas labores hogareñas. Sin embargo, las rutinas están a la orden del día, si no se planifican bien, pueden pasar factura mentalmente, los cambios son constantes.





Es así como [López y Antropólogo \(2020\)](#) señalan:

El mundo desde su extremo oriental, hasta su occidental está parcialmente paralizado. El virus denominado como COVID-19 –acrónimo de Coronavirus disease 2019–, ha sido el causante de dichas transformaciones, dejando a su paso una estela de desgracias y de cambios significativos en la sociedad moderna. Un evento, de características particulares como la pandemia actual, no ha tenido un símil a lo largo de la historia, y resulta imprescindible pensar en torno a ella, para generar respuestas, vías alternas y soluciones al respecto. Además de examinar si las medidas actuales son las óptimas, para de no ser así, transformarlas. (p. 36)

Por ende, dichas transformaciones originan otros hábitos, el uso de alcohol en gel permanente, el distanciamiento social, la educación virtual, el contacto físico, la parte emocional y psicológica que en muchas de las personas y del estudiantado no se mide y todo resulta incierto.

En su defecto, [Lorenzo-Ruiz et al. \(2020\)](#) señalan:

Son diversos los efectos a nivel socioeconómico que se derivan de la pandemia, en el que se incluye un inevitable detrimento de nuestra 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). (párr. 1)

No obstante, las permutas culturales también forman parte del comportamiento humano; estas constituyen las expectativas que impactan en los individuos. Es importante resaltar que las transformaciones en los valores de la sociedad y las conductas humanas que ya estaban en camino, a menudo, se aceleran en medio de una crisis. Literalmente, lo que se está viviendo hoy. [Lajús \(2020\)](#) afirma que “Los comportamientos encontrados obedecen a un fenómeno causal complejo que conjuga necesidades sentidas insatisfechas, problemas económicos, sociales, infodemia, distorsión de la comunicación y baja percepción de riesgo” (p. 12).

Sin duda alguna, cada persona reacciona distinto ante el distanciamiento social, lo que depende muchas veces de circunstancias en el contexto en el que se vive, como quienes habitan en entornos de riesgo de violencia familiar, desempleo y pobreza. Esto de alguna manera impacta en niveles diferentes, de acuerdo con la situación que se presenta, generando reacciones emocionales y psicológicas que afectan el comportamiento del individuo.





De la misma forma, [Díaz-Sozoranga et al. \(2020\)](#) establecen: “Al estar atravesando esta situación tan difícil, los sistemas de salud y de educación están alertados, cuentan ya con elementos de juicio para trabajar desde ya en programas de fomento a la actividad física, motivándola de manera más adecuada” (p. 59).

Asimismo, [Rico y Plata. \(2020\)](#) determinan que “Frente a esta realidad, su rutina y sus horarios han cambiado drásticamente; por eso, están tratando de ir construyendo una nueva cotidianidad, creando espacios para compartir en familia actividades recreativas (juegos de mesa, ver películas, bailar etc.) y conversar” (p. 8).

En lo que atañe a los párrafos anteriores, las preocupaciones y manifestaciones de ansiedad deben sobrellevarse. Nos encontramos en una época en la cual los niveles de estrés son mayores, todos estamos nerviosos a causa de la COVID-19, pero la tolerancia a la incertidumbre es fundamental y no se trata de eliminar el miedo, sino, más bien, de controlarlo, para afrontar todo de modo saludable.

Metodología

Se empleó una metodología de investigación bajo el enfoque cuantitativo, en una fase de tipo descriptivo, con un estudio no experimental de alcance longitudinal, considerando que los datos del estudio se recopilaron en un tiempo determinado. Las técnicas para la recolección informativa fueron la encuesta y la revisión bibliográfica.

Muestra y procedimiento

La selección de la muestra se ha realizado tomando en cuenta a estudiantes regulares que cursan de I al IV nivel de la carrera de Administración y de Ingeniería en Sistemas. Se encuestó, entre febrero y marzo de 2021, a 182 estudiantes, 74 hombres y 108 mujeres. El muestreo fue intencional, para distribuir uniformemente la muestra entre ambas carreras.

El instrumento utilizado es un cuestionario en línea habilitado desde la plataforma tecnológica de Google Form. Se les envió a sus correos electrónicos institucionales y por la vía telefónica mediante la aplicación digital WhatsApp. Finalmente, la base de los resultados parte de la estadística descriptiva tanto en términos porcentuales como en los absolutos.

Resultados

En primer lugar, se analizaron características de sexo, edad y lugar de residencia de los estudiantes encuestados ($n = 182$).



Tabla 1

Características sociodemográficas de la población encuestada

Sexo	Mujer	59,3 %
	Hombre	40,7 %
	Total	100 %
Edad	De 17 a 22	58,3 %
	23 o más	41,7 %
	Total	100 %
Lugar de residencia	Liberia	51,6 %
	Carrillo	14,3 %
	Upala	7,1 %
	La Cruz	6,6 %
	Santa Cruz	4,9 %
	Cañas	4,9 %
	Tilarán	3,8 %
	Guatuso	2,7 %
	Nicoya	2,2 %
	Hojancha	1,1 %
	Abangares	0,8 %
Total	100 %	

Fuente: Elaboración propia, 2021.

En cuanto al sexo, se establece que hay una mayor participación del femenino (59,3 %), con edades que en mayor promedio se encuentran en el rango de 17 a 22 años y la su mayoría reside en el cantón principal de la provincia de Guanacaste: Liberia.

Por otro lado, como parte de este primer bloque, se consultó a la población en estudio sobre qué tanto fueron afectados los ingresos familiares a raíz del COVID-19. Un 46,7 % afirmó que llega a final de mes, pero que no ahorra; un 35,7 % llega a final de mes y ahorra; un 9,9 % no puede llegar a final de mes y necesita pedir prestado, y, finalmente, un 7,7 %, además de no llegar a final de mes, acude a sus ahorros para resolver sus necesidades de primer orden.

En lo que respecta a la sección de relaciones de amistades y la familia, la población encuestada manifestó que, principalmente en los últimos 9 meses, el 71,6 % ha convivido en el confinamiento con sus padres, un 51,9 % con sus hermanos y un 36,1 % con la mascota. En la figura 1, se muestra el detalle de las respuestas, incluidos todos los ítems:



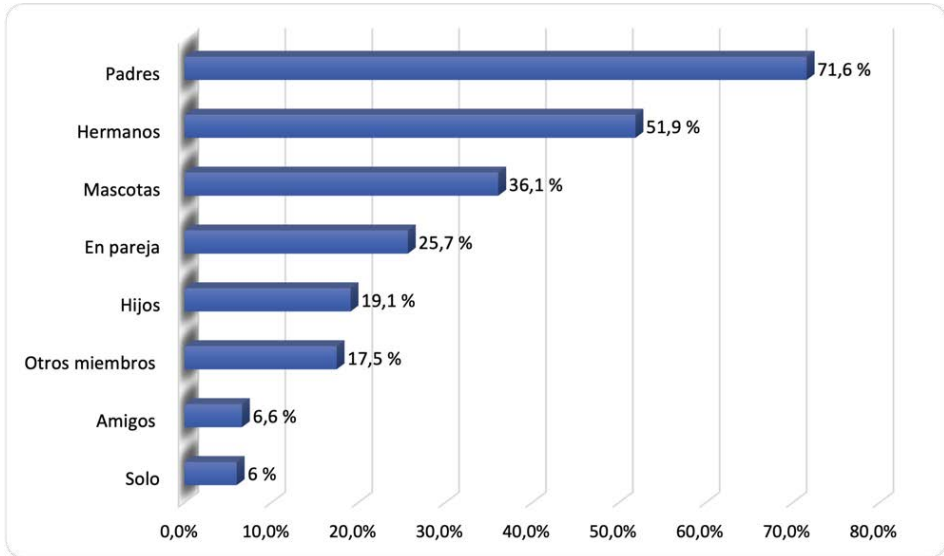


Figura 1. Convivencia, en los últimos 9 meses del año 2020, por los encuestados

Nota: Los porcentajes no suman 100 porque los informantes podían seleccionar más de una opción.

Fuente: Elaboración propia, 2021.

Hay que mencionar que los encuestados señalan que, a inicios del año 2021, su situación de convivencia sigue siendo la misma.

Desde esta perspectiva general, consultando a los estudiantes encuestados, se realizaron varias comparaciones de temporalidad acerca del contacto que han experimentado con otras personas desde lo presencial, Internet o teléfono, antes y durante la crisis de la COVID-19. Los resultados se muestran en los cuadros 2 y 3 (valores en términos absolutos).

Tabla 2

Contacto social experimentado por los encuestados antes de la COVID-19

	Familiares cercanos (padres, hermanos)	Familia extensa (abuelos, tíos, primos)	Amigos	Conocidos (personas con las que trabaja, vecinos)	Compañeros universitarios
Diariamente	122	39	63	57	89
Semanalmente	30	51	59	44	40
Ocasionalmente	28	78	53	65	35
Ninguna	3	15	8	17	19

Fuente: Elaboración propia, 2021.



Tabla 3

Contacto social experimentado por los encuestados durante la COVID-19

	Familiares cercanos (padres, hermanos)	Familia extensa (abuelos, tíos, primos)	Amigos	Conocidos (personas con las que trabaja, vecinos)	Compañeros universitarios
Diariamente	112	24	26	27	19
Semanalmente	28	29	32	20	22
Ocasionalmente	36	110	100	92	89
Ninguna	7	20	25	44	53

Fuente: Elaboración propia, 2021.

Como resultado de esta comparación, se encuentra que disminuye el contacto diario con familiares cercanos (padres y hermanos) y se presenta un aumento ocasional de interacción con la familia extensa (abuelos, tíos, primos), los amigos, conocidos y compañeros universitarios. Por lo tanto, la pandemia de la COVID-19 provocó distanciamientos sociales en la población en estudio.

Por otra parte, continuando con la misma temática comparativa, los estudiantes encuestados señalan qué actividades de la vida cotidiana les hacía sentir bien antes de la pandemia, en contraste con la realidad actual. En las figuras 2, 3 y 4, se muestra las comparaciones (valores en términos absolutos):

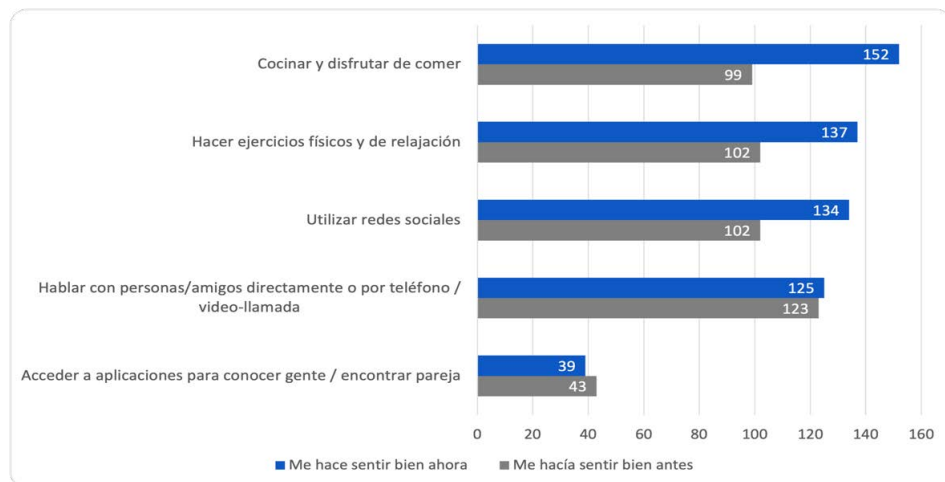


Figura 2. Primeras comparaciones de actividades cotidianas en los estudiantes encuestados

Nota: Los porcentajes no suman 100 porque los informantes podían seleccionar más de una opción.

Fuente: Elaboración propia, 2021.



Entre este grupo de actividades, resulta importante destacar que todos los ítems aumentaron a raíz del efecto pandémico, a excepción del acceso a aplicaciones para conocer personas. Pero, ahora los estudiantes disfrutaban cocinar y comer en mayores cantidades, hacer ejercicios físicos, utilizar redes sociales, entre otros.

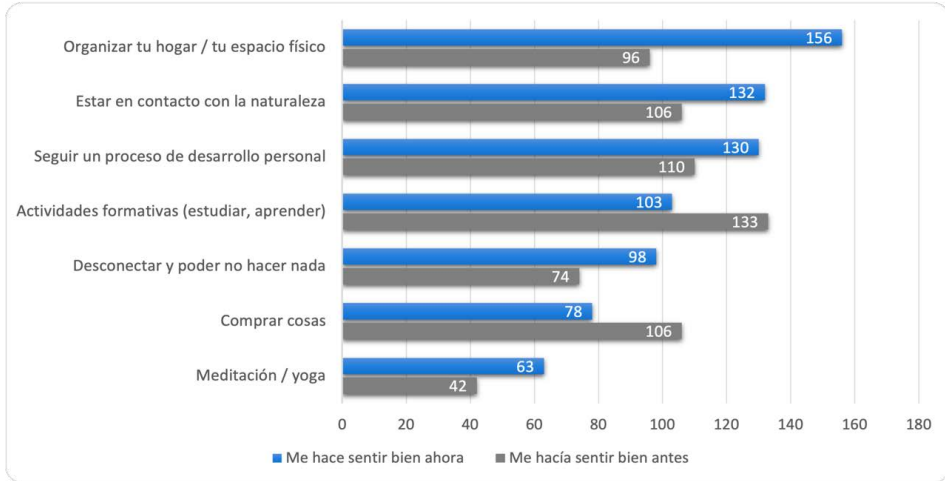


Figura 3. Segundas comparaciones de actividades cotidianas en los estudiantes encuestados

Nota: Los porcentajes no suman 100 porque los informantes podían seleccionar más de una opción.

Fuente: Elaboración propia, 2021.

Paralelamente, en la figura 3, las comparaciones sitúan, de igual manera, un incremento en actividades como organizar el hogar, estar en contacto con la naturaleza, el desarrollo personal, la meditación y poder no hacer nada, en contraste con otras actividades que con anterioridad les hacían sentir bien, como las formativas (estudiar) e ir de compras.

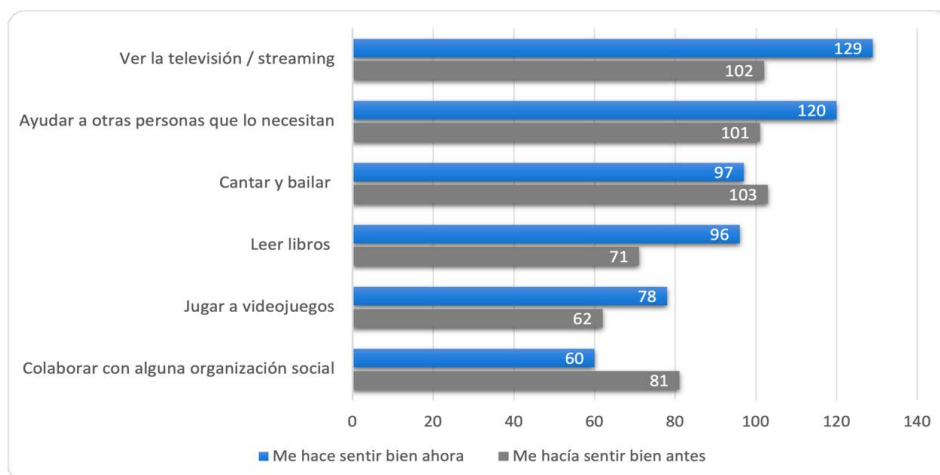


Figura 4. Terceras comparaciones de actividades cotidianas en los estudiantes encuestados.

Nota: Los porcentajes no suman 100 porque los informantes podían seleccionar más de una opción.

Fuente: Elaboración propia, 2021.

En relación con la figura 4, actividades como ver la televisión, ayudar a otras personas que lo necesitan, los videojuegos y leer libros aumentaron en la cotidianidad del estudiantado; sin embargo, bajó el comportamiento en cuanto a la participación de eventos culturales, el cantar y bailar, la colaboración con organizaciones sociales.

En este orden de ideas, se revisó el estado de ánimo antes y durante la pandemia de la COVID-19, a lo que las personas encuestadas indicaron su posición del antes en la figura 5 y del después en la figura 6.

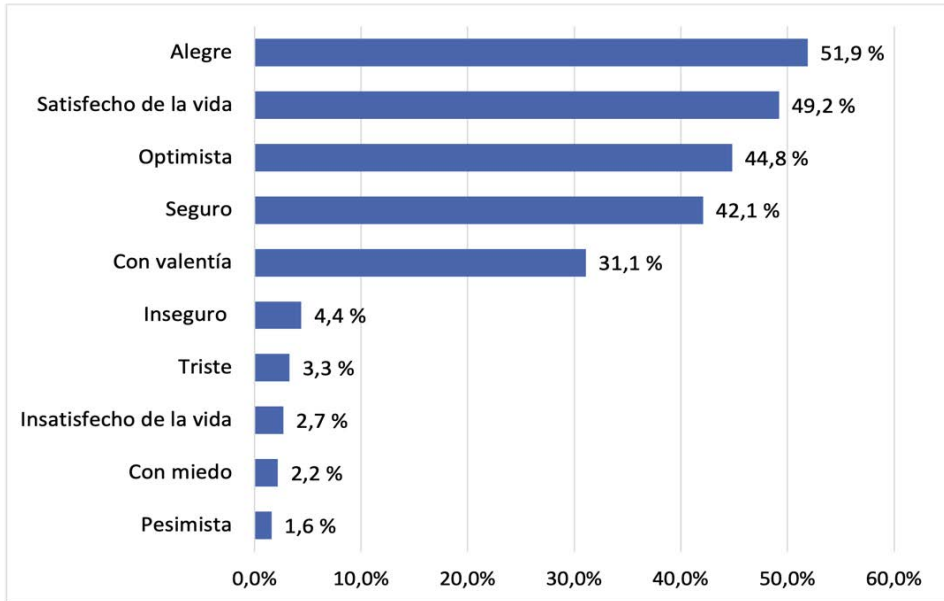


Figura 5. Estados de ánimo, antes de la COVID-19, en los estudiantes encuestados

Nota: Los porcentajes no suman 100 porque los informantes podían seleccionar más de una opción.

Fuente: Elaboración propia, 2021.

La figura 5 muestra que antes de la COVID-19 los estados de ánimo en el estudiantado eran muy positivos, especialmente la alegría, con un 51,9 %, lo que permitía relevancia en la satisfacción de la vida, el optimismo, la seguridad y la valentía. Por otra parte, aparece un pequeño porcentaje en el pesimismo, con un 1,6 %, que sin duda afecta en lo mínimo estados de inseguridad, tristeza, miedo y la insatisfacción de la vida.

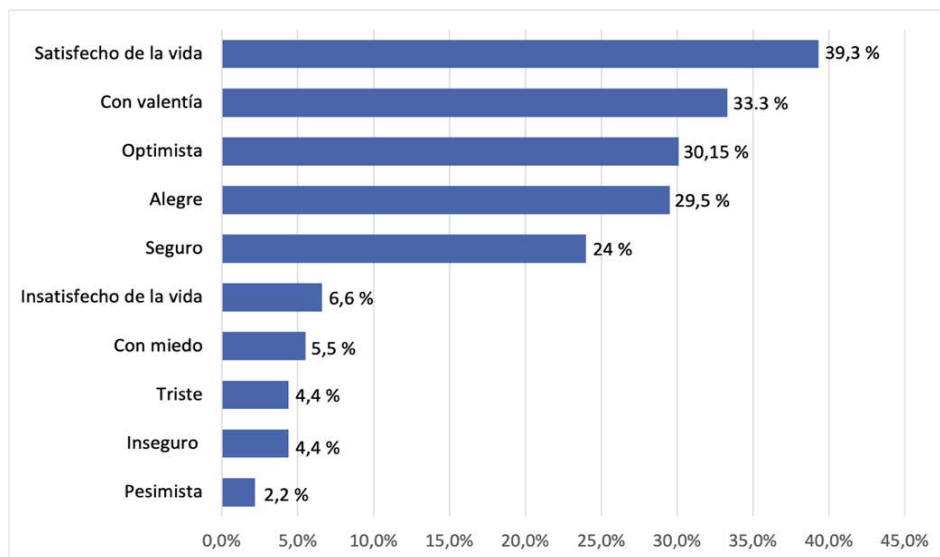


Figura 6: Estados de ánimo en los estudiantes encuestados al momento de recopilar la información

Nota: Los porcentajes no suman 100 porque los informantes podían seleccionar más de una opción.

Fuente: Elaboración propia, 2021.

Considerando la figura 6, el estudiantado cree, en mayor relevancia, sentirse satisfecho de la vida (39,3 %) y esto conlleva una sensación de optimismo, seguridad, alegría y valentía, y, en menor porcentaje, situaciones de pesimismo (2,2 %), del mismo modo, la inseguridad, la tristeza, el miedo y la insatisfacción de la vida.

Podríamos resumir que, antes de la pandemia, los estudiantes encuestados, se sentían mayormente alegres, promoviendo una mejor satisfacción de vida. Bajo la realidad actual, ese ímpetu se ha visto disminuido y dio un poco cabida tanto a la inseguridad como al miedo, tras el confinamiento vivido en los últimos 9 meses del 2020.

En este orden de ideas, a las personas estudiantes que llenaron la encuesta les preocupa la situación pandémica (ver figura 7).

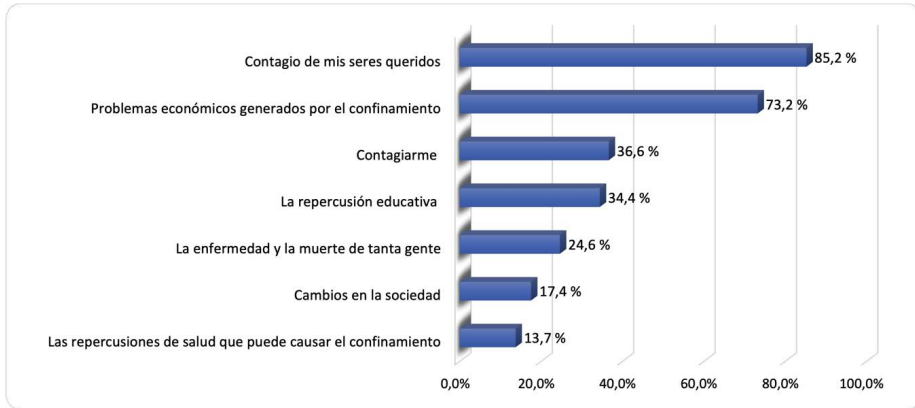


Figura 7. Razones de preocupación de la crisis de la COVID-19 en los estudiantes encuestados

Nota: Los porcentajes no suman 100 porque los informantes podían seleccionar más de una opción.

Fuente: Elaboración propia, 2021.

Evidentemente, que se contagien los seres queridos fue señalado en un 85,2 % y representa la mayor preocupación para este grupo de estudiantes, además del 73,2 % referente a problemas económicos generados por la pandemia; en un tercer plano, surgió el contagiarse (36,6 %) y, sin duda alguna, la repercusión educativa (34,4 %).

En consonancia con el análisis anterior, se deduce que las razones principales expresadas por los participantes provienen del brote de coronavirus (COVID-19) que se estableció como una amenaza real para la sociedad. De allí, que la pandemia nos afronta al peligro de contagio de una enfermedad frente a la cual, lastimosamente, poseemos más interrogantes que respuestas. Últimamente, en muchos países del mundo y en Costa Rica, se han pronunciado restricciones totales o parciales para limitar la movilidad y reducir la propagación del virus. Frente a este contexto, tala el temor ante el propio contagio y el de allegados, a la pérdida de familiares, así como, frente a la mínima disponibilidad de recursos básicos y la amenazadora disminución de las finanzas, de una parte, importante de nuestra cotidianidad. Se suma a esto la preocupación de la discontinuidad, en una extensa escala, de procesos económicos, institucionales y de educación. Todos son resultados de temores impredecibles e incontrolables.

De igual forma, el brote de la COVID-19 ciertamente es una amenaza para la integridad psicológica propia, además de física. No obstante, personifica una intimidación confusa sobre la cual no poseemos el control, es decir, no sabemos si verdaderamente nos vamos a infectar, ni si las medidas de precaución que





tomamos de forma individual y social estarán siendo prácticas efectivas para delimitar la propagación. No podemos adivinar con precisión cuándo ni cómo conseguiremos superar la pandemia, ni los resultados, a gran nivel, que esto ocasionará en los campos de la educación, la salud, la economía, la política, entre otros.

Por su parte, como acciones planteadas para incentivar el cuidado de la salud colectiva y la vida desde el compromiso comunitario y familiar, la empatía y el soporte para no exponerse infundadamente, establecemos algunas acciones:

- El autocuidado también es cuidado colectivo.
- Utilizar los medios de comunicación confiables, como canales de noticias y páginas de los organismos de salud estatales.
- Asumir el compromiso de las mayorías que aceptan las medidas sanitarias.
- Afrontar las múltiples dificultades (económicas, laborales, psicológicas) basadas en datos históricos, los cuales logran analizarse para predecir conductas. No obstante, el comportamiento del virus es impredecible y causado por muchos elementos. Uno de los factores es la peripecia del virus para mutar durante su tiempo de vida.
- Es importante mencionar que también se advierten nuevos métodos educativos híbridos, ya que la formación online y virtual ha justificado ser eficiente; causa resultados satisfactorios y eficaces para la edificación de conocimiento. Estas nuevas formas de evolución en el ámbito educativo, en el de los negocios, así como en el de la vida social provocarán el ecosistema social e influirán en otros campos de este.
- Establecer los problemas bajo la realidad, como oportunidades de innovar, reinventarse y ser resilientes, vinculándose con redes de amigos, familiares y la comunidad.
- Instaurar mecanismos de ahorro y economizar el uso de recursos consumibles, evitando compras innecesarias.

En otro orden de ideas, se les preguntó a los sujetos encuestados su opinión acerca de las esperanzas e ilusiones para su futuro. Tras el análisis realizado, afirman en un 82,5 % sentirse con esperanzas de un mejor futuro y piensan que todo cambiará, pero tienen la incertidumbre de cómo. Cerca del 17,5 % indicó no sentirse tan convencido del buen porvenir, no tanto por la emergencia sanitaria mundial, sino por situaciones en temas políticos, sociales y económicos.



Asimismo, se planteó a los estudiantes encuestados las acciones por tomar en consideración para que el futuro sea mejor y no empeore (figura 8):

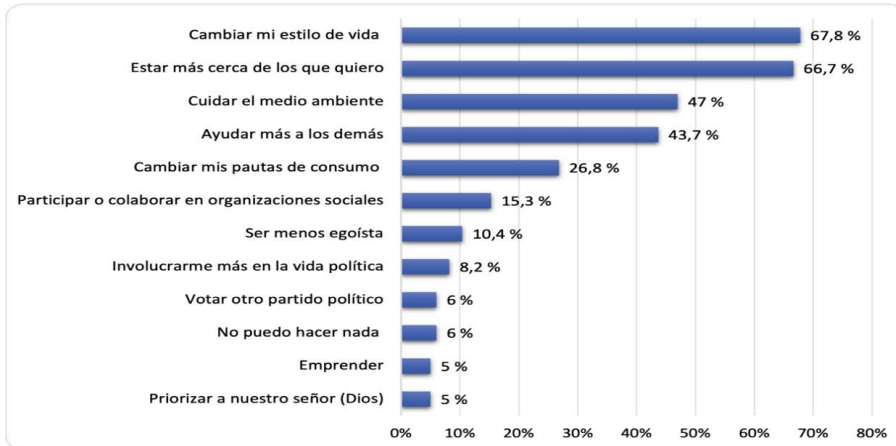


Figura 8: Acciones sugeridas para un futuro promisorio por los estudiantes encuestados.

Nota: Los porcentajes no suman 100 porque los informantes podían seleccionar más de una opción.

Fuente: Elaboración propia, 2021

Cabe destacar que, según nos muestra la figura 8, la acción sugerida con una calificación más alta fue la de cambiar el estilo de vida (67,8 %), seguida de estar más cerca de los que quiero (66,7%); a la baja continuaron recomendaciones para cuidar el medio ambiente y ayudar más a los demás, entre otras. Por otra parte, las acciones con menor calificación fueron el emprender y priorizar a nuestro señor (Dios) (5 %) y muy próxima el votar por otro partido político (6 %).

Grosso modo y como se ha venido indicando, las causas provienen de la pandemia, haciendo hincapié en una transformación de la conducta social hacia un horizonte no igualitario de la vida habitual del estudiantado y de las personas, cuando estas comparten en hábitats humanos normales. En este contexto, es impensado anticipar el futuro provocado por el impacto de la COVID-19. La ciencia de datos pronostica ese porvenir fundamentándose en datos históricos, los cuales logran analizarse para predecir comportamientos. No obstante, la conducta del virus es impredecible y provocada por muchos elementos. Uno de estos últimos es la peripecia del virus para mutar mientras vive.

Se puede mencionar, sin duda alguna, que el mundo se transformó para siempre y germinará una nueva forma de vida social. Sin embargo, estas mutaciones no



florecerán dramáticamente desiguales a cómo vivimos hoy. Gracias al avance de la vacunación mundial, el virus quedará bajo control, a través de precisas medidas de distanciamiento social. Los comercios tendrán su apertura gradual, con una capacidad limitada para conservar la seguridad de la salud pública, obedeciendo a las medidas gubernamentales. Los sectores privados y gubernamentales continuarán alentando a sus colaboradores a ejecutar sus ocupaciones y trabajar desde casa. Se originarán permutas importantes para las personas y las empresas, ya que ambas partes poseerán un beneficio mutuo, pero, hasta entonces, se debe de trabajar en la salud mental de todos y, específicamente, de la persona estudiante.

Es importante resaltar que también se advierten nuevos métodos híbridos en la educación, ya que la online y virtual ha justificado ser eficiente, causa resultados satisfactorios y eficaces para la edificación de conocimiento. Las formas novedosas evolutivas en la educación y los negocios, así como en la vida social provocarán un ecosistema social e influirán en otros campos.

Discusión

Los hallazgos reconocen que la cuarentena y el distanciamiento social han fundado alteraciones reveladoras en el comportamiento individual del estudiantado. Se destaca que, en momentos de emergencias sanitarias, los estados de comportamiento, las relaciones sociales y la vida cotidiana de la población estudiantil se ven transformados por la incertidumbre y el aislamiento que ha generado la COVID-19. De acuerdo con los resultados de la investigación, se ha manifestado que durante los inicios de la pandemia fue habitual la presencia de depresión, ansiedad y estrés en la población de estudiantes, incitando permutas en sus comportamientos cotidianos y sus relaciones sociales.

Por su parte, los estudiantes participantes, ante el confinamiento y en comparación con situaciones de la vida diaria o la práctica educativa, han convivido menos tiempo con su familia más cercana fuera de su burbuja social. Además, actividades cotidianas que no eran tan determinantes ahora han sufrido cambios, por ejemplo: cocinar y disfrutar de comer; compartir con las personas una buena conversación; eventos formativos. Todas son situaciones que conllevan una reconfiguración de aspectos físicos y de salud mental; es posible mencionar depresión, ansiedad, aumento del estrés, carga de quehaceres domésticos (principalmente, en el género femenino), entre otras. Se suman a las anteriores la transformación en las relaciones sociales (causada por el aislamiento) y otros factores también de índole social (problemas familiares, cambios de hábitos alimentarios, disminución de la economía y el ascenso del sedentarismo).





Es atinente recordar que, mientras perdure la crisis sanitaria con impacto en el quehacer vital diario, se han de tomar decisiones que demandan un aumento extremo de sensatez bajo una atmósfera de incertidumbre. No obstante, la misma crisis solicita una permuta de conductas a gran escala, que beneficien formar el comportamiento humano con las recomendaciones sanitarias y de convivencia.

De esta manera, [Urrea-Arroyave y Cañon-Montañez \(2021\)](#) indican:

A la batalla por mantenerse saludable física y mentalmente, con los pocos o muchos recursos que se tengan, se suma la exigencia de adaptarse a una “nueva normalidad” que plantea el “reinventarse” y hacer parte de la reactivación para poder obtener recursos y calidad de vida. Factores que pueden potenciar la ansiedad o el temor de ser contagiado y al mismo tiempo de no lograr obtener los recursos necesarios. (p. 7)

Dicho de otro modo, los autores aseveran que la pandemia ha transformado las relaciones sociales, alimentando una brecha social cada día más distante (que depende de los medios tecnológicos para comunicarse) y modificando una serie de comportamientos adheridos en nuestras vidas. En esta perspectiva, se modifica hábitos, se varía patrones y todo aquello que envuelve la existencia y se establece como rutina. Adicionalmente, surge peligro y temor, se nos funda una renuencia de incertidumbre a la hora de tomar decisiones, presentando emociones que antes no eran tan latentes en las personas.

Retomando lo extraído del análisis, el estudiantado universitario participante argumenta debilidades sociales que afectan y modifican su aprendizaje desde la modalidad presencial remota, por lo que se afirma que el estar lejos de las aulas ha provocado un desinterés en parte de la población para formarse adecuadamente. Junto a esto, llama la atención el crecimiento exponencial de consumir tiempos en plataformas *streaming*, la televisión, las redes sociales, los videos juegos, entre otros. Es comprensible notar que si se pasa mucho tiempo dentro del hogar los pasatiempos se vuelven más protagónicos, originando excesos. Adicionalmente, se halló menos satisfacción por la vida, en una comparación entre el antes y durante de la COVID-19, sumada a un incremento del miedo y a una disminución de la felicidad.

Los resultados obtenidos permiten ilustrar un escenario poco alentador, de seguir con el confinamiento provocado por la pandemia de la COVID-19. Sí existe algo esperanzador: las vacunas. Ante este panorama, se requiere trabajo por parte de los involucrados dentro de las universidades (profesores, administrativos, autoridades), en procura de recobrar las relaciones interpersonales, por parte de los



estudiantes. Aunque medie la tecnología, hay que reinventarnos en cuanto a cómo trabajar aspectos emocionales, de salud mental, de motivación, del manejo del estrés, de la resolución de conflictos y del trabajo en equipo. Todo ello, hasta donde se permita desde la distancia y hasta que la emergencia sanitaria comience a disminuir, pensando, claramente, en una nueva forma de convivir e interactuar con las personas.

Conclusiones

La pandemia de coronavirus transformó radicalmente la manera en que las personas actúan, viven y laboran; es la primera vez que la historia ha visto permutas tan sustanciales. En estos instantes, es significativo, en nuestra vida cotidiana, tomar varios elementos de vista en toda su profundidad y entender el filtro mental que a menudo empleamos para dilucidar la realidad, así como investigar con la mayor apertura mental.

En el contexto actual, se evidencia que la COVID-19 no ha afectado simplemente la economía, la salud física, las dinámicas de interacción, sino que también ha deslumbrado la salud mental como un elemento finito, en tanto fue afrontado por las réplicas emocionales, cognoscitivas y comportamentales asociadas a la falta de interacción, al aislamiento social, a la inquietud o incertidumbre frente al futuro, a la vida o la proximidad de la muerte y, consiguientemente, permeado por fenómenos sociales como la exacerbación de reacciones agrupadas de las *fake news*, el desempleo, entre otros. Frente a este horizonte, se hace indispensable reconocer que la salud mental demanda nutrirse o cultivarse desde las capacidades propias, colectivas, familiares y estatales.

Por otro lado, la articulación mundial formó un sumario de innovación de los Estados y gobiernos, frente a la prontitud de atender o anular la pandemia, situaciones que implicaron aciertos en contraste con muchos otros que demostraron la impremeditación de las acciones. En ese sentido, más que razonar dichas decisiones, la pandemia creó estados o reacciones desiguales de las personas y entrevió, adicionalmente, acciones de tensión, pero también de acomodo inherente en el desarrollo de la vida de cada quien. Desde esta representación, la resiliencia se establece como el principal recurso para activar la salud mental, en tanto atenuó la búsqueda de nuevas opciones que consintieron, de manera colectiva, acomodarse a los desafíos que el entorno estaba presentando.

Los resultados alcanzados en esta investigación muestran, en la población estudiantil sujeta al estudio de la UNA-SRCH, Campus Liberia, un cambio abrupto,





experimentado en el ámbito de las tendencias del comportamiento, las relaciones sociales y la vida cotidiana. Ello ha modificado los estados de ánimo y las emociones en el contexto de la pandemia del COVID-19, en comparación con el antes de la emergencia sanitaria.

La pandemia ha creado en los estudiantes un sentimiento de incertidumbre, no solo en sus procesos académicos, sino en relación con los aspectos que implican la familia y la vida misma. De igual forma, esa incertidumbre, la angustia, el miedo, la desesperación, como sentimientos, han brotado en los procesos cotidianos, con sus particularidades específicas en esta etapa de pandemia. Los educandos se ven exigidos a compartir más tiempo con su grupo familia, a cumplir con las responsabilidades académicas y establecer el tiempo de actividades personales.

Las percepciones se evidencian a través de los resultados de la investigación, en los cuales se manifiestan los esperanzados retos de la época pandémica provocada por la COVID-19, afines con los procesos académicos y los peligros de contagio, que han creado innegable incertidumbre entre los estudiantes. Sin duda alguna, la nueva realidad denota múltiples desafíos académicos que implican un innovador profesional para hacerles frente, así como una nueva cultura pedagógica.

En consonancia con el párrafo anterior, concebiremos que la salud mental es un recurso con posibilidades de modelar, de convenio con las circunstancias y que se completa con la crisis, un elemento congénito del ciclo de la vida. Esta pandemia implicó no solo al estudiantado de educación superior, sino a todos los seres humanos, sin distinción de género, raza, edad, nivel educativo y, consiguientemente, demostró los disímiles modos de aporte, permuta, innovación, entre otros.

La pandemia indujo a transformaciones significativas en la vida, desde la forma de saludar hasta la distribución de mesas y asientos; los modos de entretenimiento; las actividades deportivas y artísticas; las reglas de la conducta tradicional en la sociedad. Asimismo, la ética laboral y social más las medidas tomadas para afrontar el virus han remodelado los protocolos de etiqueta y comunicación cotidianos en torno a la vida social y familiar del estudiantado.

Igualmente, la crisis sanitaria es sistémica y social e incide de forma perspicaz en la salud mental de la sociedad. Enfrentarla requiere medidas que van más allá de la simple aceptación individual. Por ende, se necesita un enfoque global del problema, principiado por las preferencias culturales que atenúan las actitudes relacionales negativas.



De la misma manera, se presenta un desconocido contexto subyugado por la sensación de poseer algo pendiente siempre, ya que aún no se han logrado las nuevas rutinas que sellan las medidas protocolarias. Para muchos estudiantes, en ese desconocido contexto, salir a la calle involucra cierto grado de agobio, estrés, irritabilidad y agotamiento, por lo tanto, cada salida demanda altos niveles de concentración, para no romper ninguna de las normas determinadas. Sumado a todo esto, el riesgo del contagio.

En último lugar, referente a la experiencia vivida por las personas participantes en esta investigación, se hace indudable e ineludible formar escenarios de dinamización de la salud mental. Ello como una precedencia no solo en las crisis producto de la pandemia, sino en fenómenos desiguales a los que quedan expuestos los seres humanos, y como una apertura de realidad referente a la salud colectiva, que merece el trabajo vinculado de varios sectores y actores, con la intención de orientar la transformación.

Debido al limitado contacto socioemocional, datos arrojados en el presente estudio confirman que los estudiantes sufrieron elementos importantes como ansiedad, estrés, desmotivación, incertidumbre, entre otros, afectando negativamente su nivel cognitivo, conductual y emocional. Resulta significativo subrayar que el alumnado está viviendo un período difícil, en el cual la COVID transformó las formas de aprender, en el que la transición deja consecuencias emocionales y conductuales tanto en lo personal como en lo académico.

Finalmente, el aislamiento y la virtualidad han generado una desafección al estudio. La falta del contacto humano ha fundado desmotivación en los educandos; por ende, la educación psicoemocional es fundamental para que los estudiantes fortalezcan sus estrategias de resistencia y las establezcan, generando su progreso integral, aumentando la productividad, corrigiendo su autoestima, mejorando su motivación orientada al estudio y desplegando resiliencia, para buscar ser competentes y anteponerse a las disímiles adversidades que se muestran en la vida cotidiana.

Recapitulando, la pandemia devela nuevas conductas en las personas estudiantes, ante cuarentenas obligatorias. En materia educativa, las reacciones del estudiantado no se quedan atrás; son evidentes los impactos que, de no ajustarse en el corto plazo, generarán consecuencias en los procesos educativos.





Referencias

- Amaya-Castellanos, C. (2020). Comportamientos individual y social: Estrategias para mantener acciones preventivas en tiempos de epidemia. *Revista Salud UIS*, 52(3), 337-340. <https://doi.org/10.18273/revsal.v52n3-2020015>
- Casco, A. (2020). Efectos de la pandemia de COVID-19 en el comportamiento del consumidor. *Innovare: Revista de Ciencia y Tecnología*, 9(2), 98-105. <https://doi.org/10.5377/innovare.v9i2.10208>
- Díaz-Sozorange, D., Heredia-León, D., Ávila-Mediavilla, C. y Torres-Palchisaca, Z. (2020). Comportamiento alimentario, actividad física e intención de práctica en estudiantes de bachillerato durante la pandemia. *Polo del Conocimiento*, 5(11), 147-162. <http://dx.doi.org/10.23857/pc.v5i11.1915>
- Ferrer, E. H. y Aguilar, Ó. V. (2020). Cómo están pasando la pandemia los estudiantes de la Universidad Pedagógica Veracruzana: un estudio de caso. *Diálogos sobre educación*, (22). <https://doi.org/10.32870/dse.v0i22.816>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2019). El impacto del COVID-19 en la salud mental de adolescentes y jóvenes. <https://www.unicef.org/lac/el-impacto-del-covid-19-en-la-salud-mental-de-adolescentes-y-j%C3%B3venes>
- Gómez, V. C. (s. f.). *El comportamiento social ante el covid-19. Excelsior*. <https://www.excelsior.com.mx/opinion/carolina-gomez-vinales/el-comportamiento-social-ante-el-covid-19/1415514>
- Huarcaya-Victoria, J. (2020). Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de COVID-19. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 37(2), 327-334. <https://dx.doi.org/10.17843/rpmpesp.2020.372.5419>
- Juarros, V. M., Belli, S. y Márquez, I. (2020). La COVID-19, pantallas y reflexividad social: Cómo el brote de un patógeno está afectando nuestra cotidianidad. *RES. Revista Española de Sociología*, 29(3), 759-768. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7540816.pdf>
- Maeztu, M. C. (2020). (29 de octubre de 2020). Relaciones sociales, protección de vida y covid-19. *Diario de Noticias Navarra*. <https://www.noticias-denavarra.com/opinion/tribunas/2020/10/29/relaciones-sociales-proteccion-vida-covid/1090434.html>



- Lajús Barrabeitg, G. (2020). Análisis de algunos comportamientos nocivos de la población cubana frente a la COVID-19. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*, 19(6), 1-15. <http://www.revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/article/view/3709/2755>
- López, A. E. G. y Antropólogo, U. C. V. (2020). La Pandemia en la cotidianidad: El COVID-19 y las nuevas dinámicas globales. In Covid-19 Caos 2.0: Ensayos desconfiados. Ideas de debate para la post pandemia (pp. 35-50). Anthropi-Qa. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/libro/765841.pdf#page=35>
- Lorenzo-Ruiz, A., Díaz-Arcaño, K. y Zaldívar-Pérez, D. (2020). La psicología como ciencia en el afrontamiento a la COVID-19: apuntes generales. *Revista Anales de la Academia de Ciencias de Cuba*, 10(2), 839. <http://www.revistaccuba.cu/index.php/revacc/article/view/839>
- Lozano-Díaz, A., Fernández-Prados, J. S., Canosa, V. F. y Martínez, A. M. M. (2020). Impactos del confinamiento por el COVID-19 entre universitarios: Satisfacción Vital, Resiliencia y Capital Social Online. *International Journal of Sociology of Education*, (Especial). 79-104. <https://doi.org/10.17583/rise.2020.5925>
- Ortega-Vivanco, M. (2020). Efectos del Covid-19 en el comportamiento del consumidor: Caso Ecuador. *RETOS. Revista de Ciencias de la Administración y Economía*, 10(20), 233-247. <http://scielo.senescyt.gov.ec/pdf/retos/v10n20/1390-6291-Retos-10-20-00233.pdf>
- Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico. (2020). A framework to guide an education response to the COVID-19 Pandemic of 2020. https://read.oecd-ilibrary.org/view/?ref=126_126988-t631xosohs&title=A-framework-to-guide-an-education-response-to-the-Covid-19-Pandemic-of-2020
- Rico, D. A. P. y Plata, G. E. Z. (2020). Reinención de la vida cotidiana en mujeres cucuteñas en tiempos de COVID-19. *Psicoperspectivas*, 19(3), 1-11. <https://www.psicoperspectivas.cl/index.php/psicoperspectivas/article/viewFile/2046/1242>
- Urrea-Arroyave, N. y Cañon-Montañez, W. (2021). Impactos sociales de las medidas de cuarentena y poscuarentena por COVID-19 en contextos de inequidad. *Revista Ciencia y Cuidado*, 18(1), 5-8. <https://revistas.ufps.edu.co/index.php/cienciaycuidado/article/view/2795>





- Vicerrectoría de Docencia. (2020). *Orientaciones metodológicas y evaluativas para apoyar la adaptación de los cursos presenciales a sesiones con apoyo tecnológico*. Heredia: Universidad Nacional. <https://documentos.una.ac.cr/bitstream/handle/unadocs/11533/De-la-%20presencialidad-al-trabajo-academico-remoto-2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Vergara Castañeda, A., Lobato Lastiri, M. F., Díaz Gay, M. y Ayala Moreno, M. D. R. (2020). Cambios en el comportamiento alimentario en la era del COVID-19. <https://repositorio.lasalle.mx/bitstream/handle/lasalle/1767/Cambios%20en%20el%20comportamiento%20alimentario%20en%20la%20era%20del%20COVID-19.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

