



Universidad Autónoma del Estado de México  
Facultad de Ciencias de la Conducta  
Licenciatura en Psicología



EFFECTOS PSICOSOCIALES DEL CONFINAMIENTO POR COVID-19 PERCIBIDOS  
POR LAS AMAS DE CASA.

Tesis

Que para obtener el título de  
Licenciada en Psicología

QUE PRESENTA

López Rodríguez Clara Daniela

Número de cuenta  
1314070

Directora de tesis

Dra. En C.S. Rosalinda Guadarrama Guadarrama

TOLUCA, MÉXICO, Noviembre del 2023.

## Índice

Tabla de contenido	
<b>Resumen</b>	<b>7</b>
<b>Presentación</b>	<b>8</b>
<b>Introducción</b>	<b>9</b>
<b>Capítulo 1. COVID-19</b>	<b>12</b>
1.1 Antecedentes	12
1.2 Epidemiología	13
1.3 Prevención y Sintomatología	15
1.4 Vacunas	17
1.5 Pandemia	21
1.6 Cuarentena	23
1.7 Aislamiento	24
1.8 Confinamiento	25
<b>Capítulo 2. Impactos psicosociales por el COVID-19</b>	<b>27</b>
2.1 Impacto económico	27
2.2 Impacto psicológico	30
2.3 Impacto social	32
2.3.1 Aumento de violencia intrafamiliar	36
2.3.2 Aumento de feminicidios	38
2.4 Impacto en el Proceso del Duelo	39
<b>Capítulo 3. Papel de las amas de casa dentro del confinamiento</b>	<b>42</b>
3.1 Educación en casa	43
3.2 Trabajo en casa	46
<b>Capítulo 4. Metodología</b>	<b>48</b>
4.1 Objetivo general	48
4.2 Objetivos específicos	48
4.3 Planteamiento del problema y pregunta de investigación	48
4.4 Planteamiento de hipótesis	49
4.5 Tipo de estudio o investigación	50

4.6 Definición de categorías	50
4.7 Descripción de participantes	52
4.8 Selección, adaptación y/o diseño de Técnica	53
4.9 Diseño de la investigación congruente con todo el método	53
4.10 Captura de información	53
4.11 Análisis de la información	54
4.12 Discusión de resultados	59
<b>Conclusión</b>	<b>68</b>
<b>Sugerencias a partir de los resultados</b>	<b>72</b>
<b>Referencias</b>	<b>73</b>
<b>Anexos</b>	<b>83</b>

## Resumen

El principal objetivo del presente proyecto de tesis fue analizar los efectos psicosociales que ha traído el confinamiento en las familias desde la percepción de las amas de casa, para ello se llevó a cabo una entrevista a profundidad, considerando que la investigación que se realizó es cualitativa, se tomaron en cuenta los efectos psicológicos como la depresión y la ansiedad y los efectos sociales tales como la hipocondría y el aislamiento provocados por el confinamiento por COVID-19, dicha investigación estuvo dirigida a 9 amas de casa debido a que se trata de la integrante dentro del hogar que más conoce y convive con los demás integrantes y por lo tanto pueden dar una mejor percepción de los sentimientos que se experimentaron dentro de casa, tomando como principal espacio geográfico la localidad de Santiaguito Tlalcilcali en el municipio de Almoloya de Juárez en el Estado de México, obteniendo como parte de los resultados un notable aumento de ansiedad, depresión, aislamiento e hipocondría así como un nivel elevado de incredulidad por parte de las entrevistadas respecto a la enfermedad llegando a la conclusión que la pandemia por COVID-19 provocó un impacto en las esferas psicosociales, generó nuevas formas de convivencia y de mostrar apoyo dentro de la comunidad de estudio, permitiendo que la presente investigación alcanzará el objetivo principal.

**Palabras clave:** confinamiento por COVID-19, efectos psicosociales, amas de casa, percepción.

## **Presentación**

La enfermedad por COVID-19 marcó un antes y un después, a finales del 2019 se presentó como una enfermedad desconocida, con sintomatología similar a la de otras enfermedades, sin embargo, se iban presentando complicaciones en los pacientes, en algunos llegando hasta el fallecimiento y poco a poco se iba extendiendo en los demás países. Las investigaciones que se realizaron fueron determinando la sintomatología exacta de la enfermedad, así como indicadores para diferenciarla de otras enfermedades como la influenza o una gripe estacional, permitió darle un nombre como tal, así como generar un tratamiento acorde a los síntomas, evitando la hospitalización de los pacientes y permitiendo una recuperación desde casa.

Sin embargo, generó muchos cambios en todos los países, enfocado en México demostró varias deficiencias en ámbitos laborales y escolares, peligrando el avance económico del país y en cada familia temiendo por el sustento diario para aquellos que vivían de lo que se ganaban al día, afectando emocionalmente a los integrantes de familia en especial a los proveedores del hogar, el estrés por trabajo afecto a los padres de familia y el estrés escolar afecto a niños, adolescentes y adultos jóvenes cambiando la forma de convivir dentro de casa y con otros.

Es por ello que en la presente tesis se abordaron dichos aspectos desde la percepción de las amas de casa, siendo quienes tienen conocimiento sobre como son los integrantes y los cambios que sufrieron desde el inicio de la cuarentena por COVID-19, estando conformada por un marco teórico enfocado en el origen de la enfermedad, sintomatología, vacunas, diferencias entre aislamiento, cuarentena, pandemia y confinamiento, conociendo el impacto social, psicológico y económico así como el papel que tiene la ama de casa y como durante la cuarentena fue evolucionando.

Como parte final del documento se encuentra la metodología usada para la investigación así como los resultados de la misma, discusión, conclusión y las sugerencias a partir de los resultados para las siguientes investigaciones, la lista de referencias utilizadas para sustentar la investigación y los anexos que son la carta de consentimiento informado y la entrevista a profundidad con la que se logró obtener los resultados.

## Introducción

La enfermedad por COVID-19 es uno de los padecimientos que más ha marcado una diferencia entre el final del 2019 e inicios del 2020, dado que se fue expandiendo a diferentes países, dicha enfermedad tuvo su origen en la provincia de Wuhan, China; misma que tuvo un nivel de contagios tan alto que nadie lo imaginó. Generó incertidumbre en el país de origen, temiendo por los síntomas de los primeros casos confirmados; a nivel mundial, por parte del área de la salud comenzaba una posible impotencia debido a la imposibilidad de brindar un tratamiento oportuno, así como una gran incertidumbre para los investigadores sobre el origen del virus y de igual manera las características físicas e historial de salud de cada paciente que se contagió.

Rápidamente se comenzaron a buscar estrategias que pudieran evitar la propagación y de acuerdo con la similitud de algunos síntomas equivalentes a otras enfermedades, la Secretaría de Salud en conjunto con las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS) se decidió colocar a la población en cuarentena en varios países. En un inicio solo serían dos semanas, sin embargo con el aumento de casos, el incremento de personas que fallecieron por la enfermedad y la falta de una vacuna preventiva, esta misma cuarentena se fue extendiendo de semanas a meses; con muchos establecimientos que permanecieron cerrados y eventos que se fueron posponiendo debido a las condiciones en las cuales se realizarían.

A partir de estas circunstancias se presentaron diferentes problemáticas en la población, algunas estaban encaminadas a situaciones económicas, pues varias familias dentro del territorio mexicano se mantenían de lo que ganaban al día. Por otro lado, otro grupo de familias pasaron situaciones difíciles en cuanto a la organización de su tiempo, debido a que algunos padres de familia debían de equilibrar su tiempo entre su trabajo en línea (home office) y la educación de sus hijos en línea. Algunas otras no estaban acostumbradas a convivir en familia, muchos solo coincidían en las noches durante poco tiempo después de un día rutinario, situación específica que generó algunos disgustos y posibles discusiones, para otra parte, varias familias llevaron una convivencia más agradable, a pesar de ello algunos integrantes de diversas comunidades iniciaban con

algunos trastornos, los cuales aparecían a raíz de las noticias sobre la pandemia y la imposibilidad de salir de sus hogares.

Con el inicio de la cuarentena se dio paso a una nueva manera de convivir en espacios cerrados, como lo fueron centros comerciales, empresas, hospitales, restaurantes y escuelas, entre otros; limitando durante un tiempo las salidas y permitiendo el acceso de manera gradual, sin embargo para que ello sucediera pasaron algunos meses y solo era con el uso de cubrebocas, respetando una mínima distancia y con el lavado de manos o el uso de gel antibacterial de forma constante. Estas condiciones comenzaron a afectar a una parte de la población llegando a provocar temor por el contacto prolongado con otras personas, el uso de remedios caseros, visitas al médico ante síntomas pequeños y el distanciamiento de familiares, amigos y conocidos.

Los cambios sociales tuvieron efecto en el comportamiento de algunas familias y dichos cambios dieron como resultado temores, desencadenando temas de ansiedad y depresión en los integrantes de las familias, ya sea por la escuela, el trabajo, la economía dentro del hogar o simplemente las noticias desafortunadas sobre la enfermedad y las consecuencias que la misma tuvo dentro del país y a nivel mundial.

Lo que en un inicio serían semanas de confinamiento, se convirtieron en meses sin tener contacto físico con personas externas o en casos específicos limitando la convivencia, al inicio se presentaron noticias sobre compras de pánico generando desabastecimiento de productos de limpieza y víveres en algunas tiendas y centros comerciales, las formas de enseñanza en escuelas fueron cambiadas y un temor nuevo estaba presente sobre los conocimientos que serían adquiridos en los diferentes niveles, a la par se exhibía el temor de cómo se cambiaría la forma de socializar en especial para los niños que apenas iniciaban una educación formal dentro de las instituciones.

Los cambios que generó la enfermedad a finales de 2019 tuvieron y siguen teniendo repercusiones en la sociedad, desde los cambios de cuidados en salud y prevención de enfermedades, la forma de conocer nuevas personas, la convivencia en espacios cerrados y abiertos, las limitantes en eventos masivos y la conciencia de cuidar de la salud de otros se convirtieron para algunos en una prioridad, especialmente tratándose de familiares y personas cercanas; la información que fue recopilada por investigadores

desde los primero meses en los que se dio a conocer la enfermedad, dieron la oportunidad de llevar a cabo la presente tesis para conocer sobre los efectos psicosociales que tuvo y que posiblemente seguirá teniendo la pandemia por COVID-19 dentro de las familias desde la percepción de las amas de casa.



## Capítulo 1. COVID-19

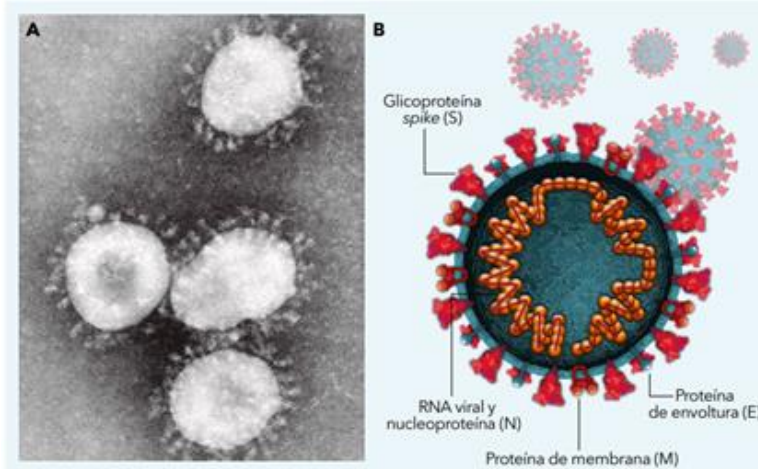
### 1.1 Antecedentes

El confinamiento actual de acuerdo con Torres (2020, p.1) ha sido provocado por el brote del COVID-19 el cual es el séptimo virus con la capacidad de infectar a los humanos, ha sido considerado como un surgimiento natural, ya que se encontraba dentro de un huésped animal, posteriormente transmitido al ser humano cuando ese fue consumido, así mismo el Ministerio de Sanidad en el 2020 en conjunto con Maroto y Piédrola (2019, p.239) expresan que el virus por medio de diversos estudios realizados se logró obtener un tropismo de acuerdo a las células de diferentes órganos y sistemas produciendo principalmente cuadros respiratorios y gastrointestinales, indicando que la transmisión del animal a humanos pudiera ser a través de secreciones respiratorias y/o material procedente del aparato digestivo, además de que el virus se desarrolla en el citoplasma de las células infectadas, que son clasificadas en cuatro géneros como el alfa, beta, gamma, delta-coronavirus, existiendo actualmente siete variedades conocidas como patógenos humanos, pertenecientes a alfa coronavirus y beta coronavirus, detectando únicamente tres brotes, uno identificado como un síndrome respiratorio agudo y grave en China en Noviembre del 2002, el segundo detectado en el 2012 como un síndrome respiratorio en Arabia Saudita, finalmente se detectaron varios casos de neumonía el 31 de diciembre del 2019 en algunos mercados de animales en Wuhan, que de acuerdo con las autoridades se trataba de un virus no identificado y distinto a todos los demás conocidos, por lo que las autoridades dieron a conocer el nuevo coronavirus adquiriendo el nombre provisional de 2019-nCoV, clasificado dentro de los beta coronavirus.

Lo cual de acuerdo con Díaz y Toro (2020, p.185) y la Sociedad Argentina de Virología en el 2020 mencionan que el virus del COVID-19 proviene de la familia Coronaviridae, los cuales tienen un tamaño de 118-136 nm, teniendo una estructura viral esférica irregular, constituido por un genoma RNA de cadena sencilla positiva, posee una cápside de simetría helicoidal, una de las características más destacadas es la presencia de proyecciones prominentes o espículas que sobresalen de la superficie viral, el genoma viral tiene de 26-27 proteínas, incluidas 16 no estructurales y 4 estructurales, conformada

por una proteína N o proteína Nucleocápside, la cual adopta una estructura helicoidal de ovillo rodeado de proteínas virales S, M y E (Figura 1).

Figura 1. Estructura Viral



Fuente: Adaptado de Díaz, F., & Toro, A. (2020). *SARS-CoV-2/COVID-19: el virus, la enfermedad y la pandemia*. Recuperado el 11 de noviembre de 2020, de <http://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/05/1096519/covid-19.pdf>

## 1.2 Epidemiología.

La Organización Panamericana de la Salud (OPS) en el 2020 menciona que el 31 de Diciembre del 2019 en el municipio de Wuhan en China se presentaron diferentes casos de neumonía, con un virus desconocido para la mayoría de los científicos e investigadores, posteriormente el 9 de Enero del 2020 identificaron que se trataba de un nuevo virus proveniente de la familia coronavirus, por lo que con 9,700 casos confirmados en este país y 106 casos confirmados en personas que habían viajado en 19 países, la Organización Mundial de la Salud declaró que se trataba de una emergencia internacional, sin embargo el 11 de febrero del 2020 esta misma organización denominó al virus como COVID-19 que quiere decir enfermedad por coronavirus 2019, posteriormente el 11 de marzo del mismo año fue declarada la enfermedad como pandemia.

Para el mes de abril del 2020 a nivel mundial fueron reportados aproximadamente 1.000.000 de casos positivos al virus del COVID-19, el cual se fue propagando rápidamente, no sólo provocando la presencia de los síntomas así como también la

muerte de miles de personas, la mayoría de los contagios reportados han sido más frecuentes en otros países, a diferencia del país de origen, en el cual ha disminuido la tasa de infectados, resaltando que la mayoría de los primeros casos que se presentaron fueron en personas que habían viajado o tenido contacto con personas procedentes de la zona geográfica, provocando la presencia de infectados en Italia, Irán o México (Asociación de Neumología & Cirugía Torácica del SUR, 2020, p.2).

De igual manera la OPS (2020, p.2) informa que los primeros casos confirmados por COVID-19 fueron en Estados Unidos, Canadá, Brasil y México (Cuadro 1), cada uno de los 4 países con casos confirmados, logrando que los demás países mejoren las medidas para detectar y controlar la transmisión del virus y así evitar la propagación y el contagio de más personas, ya que al ser un virus que ha tenido una transferencia de persona a persona en un corto tiempo varios países han tomado distintas medidas para lograr controlar tanto a los pacientes infectados, como a las personas que se encuentran libres del virus.

Cuadro 1: Primeros casos por COVID-19

País	Fecha	Casos confirmados	Con antecedentes de viajes	Sin antecedentes de viajes	Sospechosos
Estados Unidos	21 de enero de 2020	15	12	3	0
Canadá	25 de enero de 2020	15	3 viajaron a Irán 8 viajaron a China	4	0
Brasil	26 de febrero de 2020	1	1 viajó a Italia	0	182
México	28 de febrero de 2020	1 en Sinaloa 1 en Ciudad de México	2 con antecedentes a Italia	0	0

Fuente: Adaptado de OPS. (2020). *Actualización Epidemiológica, Nuevo coronavirus (COVID-19)*. Recuperado el 12 de Noviembre de 2020, de <https://www.paho.org/sites/default/files/2020-02/2020-feb-28-phe-actualizacion-epi-covid19.pdf>

### **1.3 Prevención y Sintomatología**

El COVID-19 se transmite de persona en persona a través del contacto directo con secreciones respiratorias de personas infectadas, principalmente con gotas respiratorias de más de 5 micras emitidas con la tos o estornudos, además con el contacto de manos contaminadas con la mucosa de la boca, nariz u ojos, debido a que una infección es considerada con una alteración en el funcionamiento de las plaquetas, daño indirecto por invasión de las células madre hematopoyéticas de la médula ósea y la inflamación producida en el pulmón, junto con la hipoxia de los casos con neumonía (Maguiña et ál, 2020, p.126 y Ávila, 2020, p.5).

Algunas de las acciones preventivas que recomienda el Instituto de Salud Pública en el 2020 para lograr evitar el contagio y también el entrar en pánico sobre el confinamiento es identificar en las unidades de atención de salud cuáles son los medicamentos con los que se cuenta o en dado caso gestionar el envío de más medicamentos para que todas las personas que acudan puedan ser atendidas adecuadamente, separar a las personas que presentan síntomas de las que no y colocarlas en distintas áreas para evitar la propagación, asegurarse de que cada una de las personas que se encuentren dentro de un área cumplan con cada una de las medidas necesarias como lavarse las manos, aplicarse gel antibacterial, el uso correcto del cubrebocas y careta o en dado caso proporcionarles los materiales necesarios, así mismo es relevante mantener una adecuada limpieza dentro de las distintas áreas, desinfectando la mayor parte de los lugares que tengan contacto con las personas y para cada uno de los médicos que se encuentren en constante contacto utilizar detalladamente toda las medidas recomendadas por las autoridades.

Pérez et al. (2020, p.) recomienda que para poder evitar que las personas puedan infectarse al realizar las actividades que, por cierta situación sea imposible posponer, eviten estar en constante contacto con muchas personas o en lugares que tengan una

gran concentración de personas, siempre tratar de mantener un metro y medio o dos de distancia, tanto de las que pueden tener algún síntoma de la enfermedad como de las que no, esto para evitar que alguna persona asintomática pueda infectar a las demás personas, acudir seguidamente al sanitario para lavarse las manos o colocarse alcohol aproximadamente de entre 30 a 60 segundos aunque las manos se encuentren aparentemente limpias, así mismo para las personas que lleguen a presentar algún síntoma cada una de las medidas de higiene se incrementaran para evitar posibles contagios y finalmente al salir a algún sitio con muchas personas evitar saludar o estar en contacto físico, no tocarse la nariz o boca y siempre utilizar la mascarilla adecuadamente, es decir, cubrir nariz y boca completamente, ya sea que tenga o no síntomas de la enfermedad.

De acuerdo con Pérez-Abreu et al. (2020, p.3) los síntomas que provoca el COVID-19 son similares a los que se presentan con una gripe leve, la cual puede incluir fiebre, tos, disnea, mialgia y fatiga, sin embargo en un nivel moderado de contagio se agrega la pérdida de olfato y el gusto, en algunos casos más graves y severos se puede producir una neumonía, síndrome de dificultad respiratoria aguda, sepsis y choque séptico. Naranjo y Valdés (2020, p.2) destacan que dentro de la asociación de enfermedades el virus se encuentra catalogado como una enfermedad cardiovascular y diabetes mellitus entre otras condiciones.

Como consecuencia de los síntomas que provoca la enfermedad del COVID-19, el Instituto Nacional de Salud Pública en el 2020 por medio de la página oficial del Gobierno de México, refiere que las personas que se encuentran en más riesgo de contraer la enfermedad son las mujeres embarazadas, niños menores de 5 años, adultos mayores a 65 años, personas con VIH, cáncer, enfermedades autoinmunes, diabetes mal controlada, cardiopatía y obesidad, donde los signos más comunes que las personas han llegado a presentar son síntomas respiratorios, fiebre, tos, dificultad para respirar, dolor en las articulaciones, dolor muscular, dolor de garganta, escurrimiento nasal, conjuntivitis, o dolor en el pecho, de igual manera dentro de los casos más graves la infección puede llegar a causar algún tipo de neumonía, síndrome respiratorio agudo severo o insuficiencia renal, hasta incluso la muerte de algunas personas; especialmente los

ancianos y los pacientes con otras enfermedades pueden llegar a presentar síntomas atípicos como lo puede ser un choque séptico (Naranjo & Valdés, 2020, p.3)

Así mismo es importante hacer referencia a lo mencionado en el 2020 por el Consejo Superior de Investigaciones Científicas, el cual se ha percatado de que la mayoría de los pacientes infectados han transmitido el virus durante un periodo presintomático de 2 a 3 días después de haber mostrado los primeros síntomas, es decir, la mayor capacidad de infección se muestra en las primeras 48 horas, por otro lado las personas asintomáticas o las que de alguna manera no llegan a presentar síntomas son los principales transmisores del virus, ya que en Wuhan el 87% eran asintomáticos siendo la clave de la rápida propagación del virus, debido a que las personas al no presentar algún síntoma no tomaban las medidas necesarias de higiene, ni mucho menos hacían uso de la mascarilla, provocando que existiera una mayor propagación del virus.

#### **1.4 Vacunas**

El desarrollo de una vacuna es un proceso complicado y que puede tardar mucho tiempo para que sea utilizada en la población, por lo tanto es necesario que la vacuna deba poseer una gran eficacia para combatir la trasmisión del virus, que sea efectiva y tenga una cobertura vacunal, es decir, que la vacuna pueda brindar una respuesta inmune después de haberse aplicado, para lo cual se debe de vacunar a una gran cantidad de la población que ha sido infectada por el virus ya sea que se trate de personas sintomáticas o asintomáticas, para así tener la facilidad de identificar cuáles son las respuestas que tienen y establecer la eficacia de la vacuna para combatir la propagación y el contagio del virus, además se debe de considerar la duración, el tipo de dosis, la efectividad y el proceso de vacunación (Picazo, 2020, p.3).

León y Otero en el 2020 expresaron que con la gran propagación que ha tenido la pandemia por el COVID-19, el desarrollo de una vacuna es una de las grandes prioridades que se tiene, donde las que se han encontrado son a base de epítomos, ácidos nucleicos, vectores virales, es decir, las vacunas basadas en epítomos contienen coproteínas S trimétrica como inmunógeno la cual promueve la entrada del virus en la célula blanco por la unión al receptor de angiotensina II y determina el tropismo del

huésped, lo cual impide la unión del virus con el receptor en la célula blanco, por otro lado las vacunas de proteínas recombinantes contienen la proteína S con tecnología recombinante, lo cual implica insertar la secuencia de ADN que codifica la proteína en células bacterianas, levaduras, mamíferos y después puede ser probada como vacuna, así mismo las vacunas de vectores virales están compuestos de vectores recombinantes vivos, los cuales administran antígenos de agentes infecciosos contra una respuesta inmunitaria protectora, de la misma manera las vacunas basadas en ácidos nucleicos consisten en hacer copias de la proteína para poderse considerar como ensayo de la vacuna.

Así mismo según De Francisco en el 2021 hace mención sobre la existencia de muchas vacunas que han surgido para terminar con la propagación del virus por COVID-19, como por ejemplo la vacuna Moderna, la cual se trata de una vacuna de ARN centrada en instrucciones genéticas para producir la respuesta inmunitaria del virus, por lo que en enero del 2021 pasó de ser un diseño a la primera compañía estadounidense en vacunar a varios millones de personas, BioNTech, Pfizer de igual manera se centró en tener como mensajero el RNA donde sus estudios en fase 3 demostraron seguridad y eficacia similares a Moderna; al mismo tiempo la Universidad de Oxford, nombró a su vacuna como AstraZeneca misma que se basa en un vector viral no replicante con la secuencia de ADN del coronavirus, la cual se centra en la inmunización mundial para pacientes de edades inferiores de 65 a 55 años de edad, Johnson y Johnson (J&J) también se basa en un vector viral no replicante del ADN del coronavirus a través del vector de adenovirus de tipo 26, la cual puede administrarse mediante una sola inyección, Novax se basa en una proteína producida por las líneas celulares de insectos, extraída y administrada junto con un adyuvante, CureVac, Glaxo Smith Kline (Alemania) se basa en el mensajero de ARN donde las proteínas genéticas del coronavirus están codificadas en ARNm a través de partículas lipídicas, por otro lado la División Prevención y Control de Enfermedades et al. en el 2021 refiere que CanSino tiene como principio activo la proteína S, como excipientes está el manitol, sacarosa, cloruro de sodio, cloruro de magnesio, polisorbato 80, glicerina, N-(2-hidroxietil) piperazina-N-(ácido 2-etanosulfónico) (HEPES) y agua estéril para inyección como disolvente.

Para que una vacuna sea considerada para la administración a la población, requiere de 5 diferentes fases de desarrollo, donde la primera fase preclínica se caracteriza por realizar pruebas en animales y así identificar si son seguras, no tóxicas, en la segunda fase clínica I se realizan pequeñas aplicaciones de 20 a 100 personas sanas para ver la respuesta inmunológica que brindan después de las diferentes dosis, por lo que para la vacuna del COVID-19 este proceso duró aproximadamente 3 meses, dentro de tercera fase clínica II el estudio se realiza de 100 a 300 personas, se evalúa la eficiencia e informa sobre la dosis óptima y el calendario de vacunación, en la cuarta fase clínica III se realiza con miles de personas, para después identificar cuáles de las personas aún se infectan, comparándolos con los que recibieron el placebo, en la Revisión para su aprobación se examinan los datos de los estudios y la información de la licencia antes de la aprobación, finalmente en la quinta fase clínica IV se vigilan la eficacia y la seguridad en condiciones reales, después de haberla aplicado al público (IECS, 2020, p.6).

Sin embargo para poder tener un plan de vacunación es necesario llevar un plan de logística, debido a que se tiene que organizar a toda la población e identificar a los grupos vulnerables ante el virus y así no generar un disgusto entre la población, además de comprender que al inicio se van a tener las vacunas muy limitadas, por lo que cada uno de los países debe de tener en cuenta un marco de prioridades poblacionales para idear una estrategia de cobertura escalonada, por ejemplo realizar grupos de 60 años o más, de 50 a 59, de 40 a 49 y así sucesivamente, priorizando los grupos de personas vulnerables a contagiarse por otros problemas de salud, a los grupos de personas que ocupan puestos de trabajo con alto riesgo de infección, posteriormente ya cuando se tenga una gran cantidad de vacunas disponibles para toda la comunidad será necesario realizar una guía de vacunación basado en plan de logística desarrollado siendo necesario identificar qué tipo de vacunas son realmente eficaces en la fase 3 de los ensayos clínicos, el tipo de almacenaje, distribución y aplicación (Grupo Técnico Asesor de Vacunación Covid-19, 2021, p.290).

La OPS en el 2021 refiere que de acuerdo con cada uno de los mitos que han llegado a surgir con respecto a la pandemia y en relación con la vacuna, muchas de las personas tienen ciertos temores a aplicarse la dosis, es por eso que se deben de tomar decisiones



estratégicamente para poder ubicar los puestos de vacunación dentro de la primera etapa utilizando puestos fijos y móviles en los que les pueda brindar una atención a cada una de las personas que tengan alguna duda o algunos síntomas que les llegue a surgir durante o después de su aplicación, además de que también tiene que ver la población a la cual se va a vacunar, debido a que la cantidad de gente cambia y por ende la estrategia no será la misma que el de una edad donde son menos, teniendo en cuenta el lugar donde se colocarán los puestos de vacunación, el traslado de las personas hacia los centros de vacunación, la disponibilidad de transporte para trasladarse al lugar y de las mismas personas, es por lo que la tabla 1 describe algunas estrategias de acuerdo con la población que se considera primordial vacunar.

Tabla 1: Estrategias de vacunación según el grupo poblacional priorizado

Grupo poblacional priorizado.	Estrategia	Sitios potenciales de vacunación
Trabajadores de la salud	Puestos de vacunación fijos	Sitio de trabajo del personal (centros de atención primaria, hospitales, centros de cuidados a largo plazo, clínicas privadas)
Adultos mayores	Puestos de vacunación fijos y móviles	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Establecimientos de salud</li> <li>● Residencia de ancianos</li> <li>● Centros de atención comunitaria</li> <li>● Farmacias</li> <li>● Casas comunales</li> <li>● Iglesias</li> </ul>
Personas con afecciones medicas subyacentes	Puestos de vacunación fijos y móviles	Establecimientos de salud <ul style="list-style-type: none"> <li>● Centros de atención ambulatoria</li> <li>asociaciones de personas con enfermedades (diabéticos, hipertensos)</li> </ul>
Otros grupos destinados	Puestos de vacunación fijos	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Cualquiera de las estrategias anteriores, más estrategias especiales (ejemplo: áreas inseguras, lugares de trabajo)</li> </ul>

Fuente: Adaptado de OPS. (2021). *Introducción a la vacuna contra la COVID-19: Orientaciones para determinar los grupos prioritarios y elaborar la microplanificación*. Recuperado el 15 de Enero de 2021, de [https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/53250/OPSFPLIMCOVID19210008\\_por.pdf?sequence=5](https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/53250/OPSFPLIMCOVID19210008_por.pdf?sequence=5).

## 1.5 Pandemia

La Organización Mundial de la Salud (OMS) en el 2010 hace referencia a que una pandemia se llega a considerar cuando una enfermedad tiene una propagación en distintos lugares del mundo o si fuera el caso a nivel mundial, además de que como en todos los casos cuando se llega a presentar una pandemia el virus que surge es nuevo, es decir, la mayoría de las personas no tiene la inmunidad contra lo que están presentando y mucho menos existe una vacuna que controle los efectos causados por contraer el virus, de la misma manera en el 2020 Escudero et.al. mencionan que una pandemia llega a surgir con brotes de nuevos microorganismos que afectan a un amplio número de personas o varios países, cada una de las afectaciones pueden ser solo a nivel de contagios o como en el caso del virus del COVID-19 millones de muertes en todo el mundo, así mismo haciendo un recorrido a las pandemias que han afectado al mundo en tiempos pasados, se han tomado diferentes medidas para tener controlada la pandemia actual, y de esta manera evitar que más personas lleguen a infectarse o infectar a la demás población.

La OMS en el 2020, refiere que se trata de un virus que causan distintas enfermedades desde un resfriado hasta incluso la muerte de algunas personas, la cual fue declarada al inicio como una emergencia de salud pública de preocupación internacional, posteriormente de acuerdo con la gran tasa de infectados fue considerada como una pandemia, de acuerdo a la afectación geográfica o numérica en cuanto a los casos positivos en varias regiones de diversos países en un mismo tiempo.

Se da comienzo a una pandemia cuando la población carece de inmunidad contra un patógeno nuevo que genera una enfermedad para la cual no hay una vacuna o tratamiento como tal, lo cual se ha percibido dentro de las distintas pandemias que han existido (Cuadro 2), las cuales han sido representativas a lo largo de la humanidad por las muertes que han tenido o el desarrollo social, aunque cada una es diferente y tienen diferentes síntomas, todas tienen en común el gran impacto humano, social y de salud pública (Chacón, Fernández & García, 2020).

Cuadro 2 - Principales pandemias en la historia de la humanidad.

Epidemias	Año	Fallecidos	Causa	Localización
Peste Antonino o Plaga de Galeno	165-180	5 millones	Desconocida ¿Viruela o sarampión?	Asia Menor, Egipto, Grecia e Italia
Peste de Justiniano	541-542	25 millones 45	Peste bubónica	Imperio Bizantino (Constantinopla). Europa Y Mediterráneo
Muerte Negra	1346-1353	75-200 Millones	Peste bubónica	Europa, Asia, África
Pandemia de Cólera Origen: India	1852-1860	1 millón	Cólera	India (origen) Asia, Europa, América Norte, Suramérica y África
Gripe Rusa	1889-1890	> 1 millón	Influenza A H3N8	Mundial (en 4 meses)
Cólera	1910-1911 (1923 aún en India)	800 000	Cólera	Oriente Medio. África Norte, Europa Este e India
Gripe Española 1ra, gran pandemia del siglo XX	1918-1920	50-100 millones	Influenza A H1N1 Mundial	Mundial
Gripe Asiática Procedencia aviar	1957-1958	1,2 a 2 millones	Influenza A H2N2	China, Singapur, HongKong, EE UU.
Gripe de Hong-Kong Tercera gran epidemia siglo XX	1968	1 millón	Influenza A H3N2 Derivado H2N2	Hong-Kong (15%), Singapur, Vietnam, Filipinas, India, Australia, EE UU.
VIH-sida Se descubrió en África. Rep. Congo 1968.	Pico en 2005-2012	36 millones (desde 1981) Hoy 31-35 millones conviven virus	Virus Inmunodeficiencia Humana	Mundial

COVID-19	2019-2020	En desarrollo	Coronavirus SARSCoV-2	Mundial. Se descubrió en China (diciembre 2019)
----------	-----------	---------------	-----------------------	---

Fuente: Adaptado de Castañeda, C., & Ramos, G. (2020). *Principales pandemias en la historia de la humanidad*. Recuperado el 15 de Noviembre de 2020, de <http://scielo.sld.cu/pdf/ped/v92s1/1561-3119-ped-92-s1-e1183.pdf>

## 1.6 Cuarentena

La cuarentena con respecto a la OMS en el 2020 es comprendida como una restricción de las actividades diarias de las personas, como una medida para separar a la población que está contagiada de algún virus, de las que no lo están como una medida que toman las autoridades para tener controlada la pandemia, tomando en cuenta a las personas que tienen antecedentes de haber viajado a países que tienen el foco de infección o estar en contacto con personas que hayan contraído el virus, además interviene también la responsabilidad que cada una de las personas toman con respecto a su salud, ya que aunque se determine la cuarentena depende mucho de cada ciudadano si sigue las medidas o las ignora, por lo que al seguir con las indicaciones proporcionadas por las autoridades puede facilitar el control de la enfermedad, es por lo que el poner a las personas en cuarentena ha sido una de las medidas que se ha tomado y han dado buenos resultados cuando la humanidad se enfrenta a un nuevo virus.

De igual manera la División de Salud Pública (2009, p.1) refiere que la cuarentena va más relacionado a aquellas personas que estuvieron en contacto con la enfermedad, ya sea por parientes o en el caso de los trabajadores de la salud que conviven diariamente con el virus, pero que no están contagiadas y así lograr evitar su propagación, dentro de la cuarentena se evita que más personas entren en contacto con las personas contagiadas, solicitando su permanencia dentro de sus hogares hasta que se mantengan completamente sanos o que la enfermedad se haya controlado.

Dentro de una cuarentena se pueden presentar muchos factores tanto positivos, como negativos alguno de estos factores puede ser la incertidumbre de cómo deberían de reaccionar ante las situaciones que les van presentando como la falta de dinero o de alimentos, miedo o preocupación a contraer la enfermedad o perder la vida, perder el trabajo después de que termine la cuarentena o la incertidumbre de no saber si siguen

conservando su trabajo, o en otras circunstancias pueden existir familias que al no tener una buena comunicación llegan a entrar en una serie de conflictos por sentirse observados las 24 horas, tomando acciones negativas como golpes, gritos, más distanciamiento familiar o un excesivo sentimiento de limpiar o desinfectar las pertenencias familiares, además cada una de las personas llega a responder de distinta manera dependiendo la forma de pensar, actuar, edad y la manera que tenga de afrontar los nuevos escenarios (Ministerio de Salud, 2020, p.6).

## **1.7 Aislamiento**

El aislamiento es considerado como una medida que utilizan las autoridades para aquellas personas que han tenido un contacto directo con la enfermedad, en este caso las personas infectadas con el virus del COVID-19, el cual consiste en separarlas de todas las personas consideradas sanas para así evitar que más personas se contagien tomando las medidas necesarias, como pasar todo el tiempo en una habitación de sus casas, aisladas, sin tener algún contacto con sus familiares o en dado caso solo con un familiar que se encargue de cubrir sus principales necesidades, pero teniendo un tratamiento para evitar un posible contagio (División de Salud Pública, 2009, p.1).

Con respecto a la pandemia causada por el COVID-19 las autoridades tomaron la decisión de poner a las personas que tenían el virus en aislamiento total, para así lograr evitar que más personas se infectaran, por lo que la OPS en el 2020 propone algunas medidas que considera necesarias para las personas que se encuentran dentro o cerca del aislamiento, como es el caso de reducir lo más que se pueda el contacto o los espacios en los que puede estar la persona contagiada, lavarse las manos constantemente aunque no estén sucias, utilizar la mascarilla dentro y fuera de la casa, usar desinfectante constantemente al entrar y salir, o de tener algún contacto con personas externas, desinfectar constantemente todas las áreas de la casa en donde se ha permitido estar a las personas infectadas, destinar únicamente las cosas para cada persona y evitar compartir cosas aunque se diga que ya están lavadas y desinfectadas, además sugiere que cada uno de los familiares que se encuentren cerca o en el mismo

ambiente pueda tener un tratamiento médico para evitar un posible contagio, más en el caso de niños, mujeres embarazadas o personas de la tercera edad.

Así mismo la OMS a través de su página oficial, en sus primeras recomendaciones realizadas el 12 de Noviembre propone que para que un paciente pudiera salir de su aislamiento era necesario que diera negativo a dos pruebas con 24 horas mínimo de diferencia y que estuviera clínicamente recuperado, sin embargo en sus recomendaciones el 27 de mayo agrega que para dar por finalizado el aislamiento para los pacientes sintomáticos se les proporcionan 10 días después de la aparición de síntomas y otros tres días sin síntomas, en cambio para los asintomáticos es necesario que pasen 10 días después de haber dado positivos en la prueba, aunque a pesar de que se levante el aislamiento es necesario mantener cada una de las medidas para así evitar cualquier recaída o el contagio de otro miembro de la familia.

### **1.8 Confinamiento**

Desde la posición de Brook et al. (2020) Urzúa et al. (2020) acerca del confinamiento, expresan que se trata de una separación o restricción de personas que han sido expuestas, o bien han sido diagnosticadas con alguna enfermedad contagiosa, es decir, se toman ciertas medidas de salud para que las personas que han contraído la enfermedad no puedan contagiar a sus familiares o seres queridos y evitar fallecimientos, frecuentemente cuando se trata de una pandemia se informa a los ciudadanos que tienen que interrumpir sus actividades por mantenerse en confinamiento en casa manteniendo las medidas de higiene necesarias hasta que se encuentre controlada la enfermedad o haya reducido la tasa de mortalidad y contagios.

Dentro del estudio realizado por Lozano et al. en el 2020 se puede apreciar que se estudiaron tres ámbitos, dentro del ámbito psicológico o anímico obtuvieron un 73.6% de afectación, dentro del rendimiento académico el 57.4% han sido afectados por las clases en línea y dentro del socioeconómico el 31.6% han tenido alguna afectación, dando a entender que el confinamiento por el cual se enfrenta la población ha afectado a la mayoría de las personas en distintos ámbitos, sino es que en todos, especialmente a los universitarios, los cuales debido a la preocupación que sienten al no saber en qué

momento se pueden llegar a infectar, o dentro de las clases en línea a algunos de los estudiantes se les complica por la falta de recursos, lo cual se considera como uno de los factores más importantes para darle seguimiento.

Tabla 2: Impacto del confinamiento.

Ítems (ámbitos)	Continua (1-5)		Dicotómica (afectado= 1+2)	
	$\bar{x}$ (1)	$\sigma$ (2)	n (3)	%
Mi situación familiar en lo que se refiere a lo socioeconómico ha permanecido igual.	3,2	1,3	109	31,6
Mi rendimiento académico o mi ritmo de trabajo en la universidad ha seguido igual	2,3	1,2	198	57,4
Mi estado anímico o mi vida emocional en general, ha continuado igual.	2,0	1,1	254	73,6
Total			289	84,3

(1) Media aritmética

(2) Desviación estándar

(3) Frecuencia

Fuente: Adaptado de Lozano, et al. (2020). *Impactos del confinamiento por el COVID-19 entre universitarios: Satisfacción Vital, Resiliencia y Capital Social online*. Recuperado el 18 de Noviembre de 2020, de file:///C:/Users/lenovo/Downloads/Dialnet-ImpactosDelConfinamientoPorEICOVID19EntreUniversit-7495555.pdf

## **Capítulo 2. Impactos psicosociales por el COVID-19**

La pandemia y por consiguiente el confinamiento por la enfermedad Covid-19 ha tenido un gran impacto en la sociedad mexicana, así mencionado por Rodríguez-Pedraza en el 2020, donde la pandemia ha sacado a flote debilidades, deficiencias e ineficacias en distintas estructuras de un país en desarrollo, como lo es México teniendo efectos principalmente en el ámbito económico con la pérdida de empleos, la clausura de establecimientos de manera temporal o permanente, alterando las rutinas y estilos de vida de las personas, de acuerdo con Hernández (2020), a su vez teniendo una repercusión psicológica en la que se incluyen efectos descritos por Shigemura, Ursano, Morganstein, Kurosawa y Benedek, como respuestas emocionales, percepciones distorsionadas entre otras.

Al hablar del confinamiento, es necesario pensar sobre las afectaciones que está provocando y también cuáles de esas se van a quedar cuando el periodo de confinamiento se termine, es por lo que Chamarro en el 2020 indica que se ha intensificado el número de personas que se han acercado al uso y perfección de las nuevas tecnologías, las cuales dentro de este periodo se ha vuelto una herramienta esencial para la mayoría de las personas, tanto para los niños, jóvenes, adultos-jóvenes que han podido seguir con su vida por medio de estas tecnologías, también para los padres que pueden seguir trabajando y generando ingresos, sin embargo el exceso de información verídica y falsa a la cual todo mundo tiene acceso puede generar altos niveles de ansiedad por la incertidumbre de cuál es la mejor manera para sobre llevar el confinamiento dependiendo de la salud mental de cada persona, así mismo la excesiva dependencia que se pueden generar las personas a las nuevas tecnologías, dejando a un lado las relaciones personales.

### **2.1 Impacto económico**

Como primer punto a mencionar sobre los efectos que ha traído el confinamiento y los que posiblemente se generarán después del mismo, se encuentra un impacto en el ámbito económico donde Esquivel en el 2020 da a conocer un gran impacto en la actividad económica Mexicana principalmente con el cierre de fronteras, lo cual provocó que varias personas cancelarán sus vuelos, hospedajes y algunas otras cosas que



habían planeado para sus actividades fuera del país, aunado a una disminución importante de empleo, generando que la actividad económica desacelerará por la suspensión de actividades no esenciales (PNUD, 2020, p.8), sin mencionar que la mayoría de las personas se encontraban pasando por una situación difícil al no contar con el sustento económico para solventar sus hogares o comprar los medicamentos para quienes estaban contagiados, de la misma manera el que la mayoría de las personas se sigan contagiando provoca que las actividades económicas sigan estando en un periodo de pausa hasta que la situación del confinamiento desaparezca y vuelva todo a la normalidad.

Marquina y Jaramillo con respecto a esto, señalan en el 2020 un incremento en niveles de depresión, ansiedad, problemas familiares, divorcios, violencia entre otros, se presentan principalmente cuando las personas a causa de las medidas sanitarias dejaron de tener un sustento económico, siendo una de las principales problemáticas durante el confinamiento presentando efectos negativos dentro de la familia, quienes en su mayoría, como señala Esquivel se encontraba en el sector manufacturero y de servicios, al ser canceladas estas actividades laborales y que en su mayoría la sociedad mexicana se encuentra inmersa en esta actividad provocó el descontento en los mismos y cierto temor, pues de alguna manera viven de lo que obtienen día con día y al no generar ingresos van creciendo las deudas o el temor de quedarse sin ningún sustento para sus hijos o hijas (2020, p.6).

El confinamiento es un tema en el cual la mayoría de las personas sabe que no es algo de un día al otro se quite, genera una idea de la crisis económica a la cual la sociedad mexicana está enfrentando y seguirá presente aun cuando se trate de normalizar las actividades, debido a que la mayoría de las personas se encontrarán con la noticia de que en sus trabajos fueron despedidos, la falta de empleo o de sustento para poder hacer que los dueños puedan volver a poner en marcha sus espacios de trabajo, el cierre de varios espacios de trabajo, los cuales provocarán una crisis económica, con cambios fuertemente marcados dentro de la producción y consumo de ciertos productos, lo cual de acuerdo con Ríos, relata que el mundo ya no será el mismo que conocíamos antes de que comenzara el confinamiento, ya que posterior a ellos se generarán impactos

sanitarios y económicos a nivel mundial por enfrentarnos a un territorio completamente desconocido para toda la humanidad (2020, p.9).

Sin embargo, Díaz-González en el 2020 expresa que cada uno de los efectos económicos dependen claramente de cada una de las estrategias o medidas sanitarias que se implementaron en los distintos países para la contención o eliminación del virus, la efectividad de cada una de sus medidas hospitalarias para contener los contagios o la propagación del COVID-19 y lo más importante es el tiempo en que las situaciones económicas permanecieron congeladas o pospuestas por el confinamiento, la falta de movimiento financiero, los resultados epidemiológicos, la velocidad con la que se propagaba o no el virus, los recursos y estrategias económicas del gobierno para contener el contagio económico de la epidemia hacia la estructura económica nacional, por consiguiente la economía presentará una crisis mundial como por ejemplo México entrara en una caída alta como la que se presentó en 1995 con un 6.2% (Cuadro 3)

Cuadro 3: Pronósticos económicos para México.

Organismo/institución	Pronóstico 2020	Observaciones
Fondo Monetario Internacional FMI	-6.2	La economía mundial podría contraerse en -3%, suponiendo que la pandemia se disipa en el segundo semestre del 2020.
Hacienda -SHCP	0.1% a -3.9%	Pre criterios de política económica.
BBVA	-6% a -12%	Considera la paralización y deterioro económico en México y Estados Unidos.
Fitch Ratings	-4%	Riesgo de mayor deterioro si la contingencia se extiende más allá de la segunda mitad del año.
Moody's	-7%	Antes había proyectado una contracción de 3.7%, corrigió por el Covid -19.
Standard and Poor's	-2% a -2.5%	Bajo la calificación de duda soberana.

Instituto para el Desarrollo Industrial y el Crecimiento Económico (IDIC)	-3.7% a 5.7%	Si el sector industrial y de servicios para entre 30 y 45 días y sin un programa de reactivación económica integral.
Citibanamex	-7.5%	Es el consenso de analistas. El banco pronostica un ajuste de 9%.

Fuente: Adaptado de Díaz-González, E. (2020). *Efectos económicos del coronavirus COVID-19 en la economía de México*. Recuperado el 20 de Noviembre de 2020, de <https://www.colef.mx/wp-content/uploads/2020/05/articulo-divulgacio%CC%81n-eliseo-diaz-11may20-1.pdf>

## 2.2 Impacto psicológico

Otro aspecto de vital importancia se refiere a las reacciones psicológicas que han tenido las personas a lo largo del confinamiento, se puede decir que algunas de las primeras respuestas que se pudieron observar fueron miedos e incertidumbre por no saber lo que estaba pasando en realidad y también por lo que se iba a venir, ya que para todos fue una nueva experiencia, provocando un nivel de frustración por no saber qué medidas eran las necesarias o indicadas para evitar contagios, así mismo el miedo de no saber si con las personas que estuvieron en contacto podrían tener la enfermedad, son muchos sentimientos tanto positivos como negativos a los cuales cada uno se ha enfrentado para afrontarlo, como por ejemplo regañar a algún familiar por no lavarse las manos o tener conductas obsesivas con la limpieza, insomnio al pensar constantemente en los síntomas o las estadísticas de las muertes presentadas cada día y en ocasiones llegar a presentar conductas no saludables como las adicciones (Urzua et ál, 2020, p.106).

A su vez Apaza et ál. en el 2020 encontró la presencia de algunos trastornos psicológicos y psiquiátricos como el estrés postraumático, confusión, frustración, depresión y más problemas que pueden llegar a presentarse, es por lo que algunos estudios realizados en Perú al inicio de la pandemia revelaron que fue frecuente la presencia de ansiedad, depresión y reacción al estrés en individuos, familias y sociedad, los cuales se caracterizaban por un fuerte estrés al salir de sus casas para realizar sus actividades que ellos consideraban esenciales. A medida que la pandemia comenzaba provocó un cierto

grado de miedo y preocupación en la población general y particularmente en adultos mayores, generando un cambio de vida y rutinas, trayendo consigo no solo la incertidumbre sino también temor a enfermarse conduciendo a un aislamiento social (Hernández, 2020, p.585), generando un incremento el número de personas con hipocondría.

Especialmente entre los efectos provocados a causa del coronavirus, Murueta (2020, p.17) plantea que es previsible que haya un agravamiento de la salud psicológica en toda la población, avanzando en 1 a 3 grados de ansiedad, dependiendo de los recursos emocionales con que cada persona cuente o de la carencia y del avance en el número de días de la contingencia sanitaria, siendo importante tomar en cuenta las posibles reacciones ante la contingencia, los más vistos han sido la tensión, inquietud e insomnio, compras de pánico, miedo y aburrimiento, irritabilidad y agresividad, depresión, desesperación, entre otras, dando pie a comportamientos sociales negativos y riesgosos para la salud (Urzúa et ál, 2020, p.106).

El confinamiento está dejando como resultado un impacto a nivel emocional en las personas es que al ser un evento nuevo y en una parte de la población está resultando traumático por lo que les ha tocado vivir dentro de este; se suelen presentar emociones intensas y en ciertas ocasiones pérdidas de control sobre lo que llegan a decir o hacer enfrente de sus seres queridos con los cuales se encuentran compartiendo su hogar, en otra etapa se llegan a presentar ciertos momentos de rabia, miedo, culpa e ideas anticipatorias como pueden ser, un constante miedo al no saber si se encuentran verdaderamente a salvo del virus, si la comida con la que cuentan les va a alcanzar para todo lo que dure el confinamiento, lo cual siempre va a ir dependiendo de cada uno de los recursos personales con los que cuenta cada persona y también el apoyo que tiene de sus seres que se encuentran cerca, ya que son los principales que pueden ayudarlos a cambiar un poco la manera en la cual se van a enfrentar la situación nueva o traumática (Moreno et ál, 2020, p.5)

Para la mayoría de las personas no es fácil tener que enfrentarse a tantas nuevas experiencias para las cuales no se encuentran preparadas, ya que la llegada del nuevo COVID-19 de acuerdo con Murueta en el 2020, probó un multi shock cargado de muchas

enfermedades psicológicas graves o no, pero dependientes de las circunstancias de la vida de cada una de las personas, como puede ser un estado de confusión, miedo, estrés o niveles altos de ansiedad que le impiden buscar salidas de un cierto problema o confusión, aceptar ideas o sugerencias y propuestas para poder librarse de esa carga emocional de un cierto evento que lo sacó de su zona de confort y que actualmente les está provocando conflictos psíquicos que no le dejen tener un buen funcionamiento psicológico, ahora bien eso es a nivel personal, pero observado desde un punto colectivo, se va a referir a todas esas ideas que el exterior les va implantando a cada persona, haciendo que ellas solas puedan tener una misma idea sobre el virus o sobre las medidas necesarias o excesivas para poder controlar la transmisión del virus.

Es importante tomar en cuenta que no solo las personas que se encuentran en confinamiento o las que se encuentran infectadas son las únicas a las cuales les está afectando la pandemia, ya que actualmente tal como Lozano (2020, p.10) expresa que la mayoría del personal de salud, quienes son lo que se encuentran combatiendo la enfermedad día con día y el cual se enfrenta diariamente a curar a cada persona, se han estado enfrentando a una gran presión al estar expuestos directamente a contagiarse, va generando altos niveles de estrés y presión al no encontrar una posible cura, o tener la noción que de posiblemente llegando a sus casas podrán infectar a uno de sus seres queridos y en otros casos no saben si van a tener que permanecer dentro del hospital por mucho tiempo, han tenido que dejar a sus familiares, teniendo un agotamiento tanto físico como emocional al no descansar lo necesario por la gran cantidad de pacientes que tienen a su cargo y más aún con la presión de estar monitoreándolos para evitar cualquier muerte, no es fácil para el personal de la salud estar en constante contacto con varias pérdidas humanas a causa del virus.

### **2.3 Impacto social**

De acuerdo con Barahona en el 2020 expresa que uno de los grandes impactos que se verán reflejados dentro del confinamiento será el social, ya que se aumenta la desigualdad, y la vulnerabilidad de las personas como en el caso de las mujeres, la desigualdad a las personas con una edad avanzada, la procedencia, la pertenecía a la clase social y en algunos casos la orientación sexual, es decir, se llegará un momento en

donde las personas que se encuentren justo en el margen de la economía serán las personas que se encuentre en un mayor riesgo provocado por el contexto social al cual se está enfrentando la sociedad, existirá una situación de pobreza debido a que la mayoría de las personas se vieron en la necesidad de dejar sus empleos, algunos lugares que brindaban trabajo tuvieron que cerrar a causa de la crisis que estaba enfrentando, lo cual generará que más personas se vean afectadas y por lo tanto vulnerables a la desigualdad social.

Así mismo uno de los mayores impactos que ha tenido la propagación del virus en la opinión de Basin en el 2002 es el distanciamiento social que se ha propuesto para poder mejorar o reducir al máximo la propagación del virus, provocando que la mayoría de las personas reduzca la interacción con sus familiares, amigos o conocidos, para lo cual se han propuesto algunas medidas para que este distanciamiento pueda ser funcional con la finalidad de evitar más casos confirmados, como es el impedimento de entrelazar las manos a la hora de saludar, tener un distanciamiento físico de aproximadamente 2 metros, evitar estar en constante contacto con más de 10 personas, no salir a fiestas o de viaje, en caso de llegar a presentar algún síntoma evitar salir de casa o estar en constante contacto con las demás personas de su entorno, donde cada una de las medidas que las autoridades han recomendado con el distanciamiento social serán únicamente para poder evitar más contagios, lo cual al ser una medida positiva causará distintos problemas sociales que tal vez no se puedan solucionar rápidamente cuando el confinamiento se termine, si no que durará hasta que las personas se vuelvan a adaptar a la nueva interacción social.

La mayoría de los jóvenes y niños a causa del confinamiento por la pandemia han dejado de hacer sus actividades, una de ellas referida a la escuela provocando efectos vulnerables en el aprendizaje (CEPAL, 2020, p.11), el salir a correr, convivir directamente con sus amigos, jugar, salir a distraerse, han pasado a estar la mayor parte de su tiempo en sus casas dejando sus actividades recreativas, cambiándolas por las redes sociales, videojuegos, o canales digitales, volviéndose personas sedentarias, aunado a esto, en algunas o sino es que en la mayoría de las familias aunque aparentemente todos se encuentren dentro de sus hogares cada uno de los integrantes se pasa realizando sus

actividades en sus habitaciones o espacios que tienen para separarse de la interacción familiar, dado que la mayoría no está acostumbrado a pasar todo el tiempo en constante interacción con sus familiares, llegando a evitar algunos enfrentamientos entre sí provocando dificultades a la hora de comunicarse frente a frente con sus familiares o amigos, dado que no pueden mantener una conversación larga con las personas, lo cual es considerada una de las mayores consecuencias que ha generado el confinamiento (Cuevas & Stephano, 2020, p.10).

Otro de los efectos que se han presentado a raíz de esta situación en la población se refiere a la hipocondría social, destacando a quienes son vulnerables ante las alertas sanitarias como la propagación de virus o pandemia, siendo personas que se sumergen en sus pensamientos con un sentido fatalista llegando a ser casi obsesivo indicado por Piña-Ferrer durante el 2020, destacando que este grupo de personas presenta una interpretación distorsionada de los signos y síntomas que padece, lo cual interfiere en la vida cotidiana y en sus relaciones familiares, sociales y laborales, mostrando como primer señal de alarma una sobrevaloración sobre la salud manifestada en conductas excesivas (Bedoya et.al, 2022, p.269); además se presenta la psicosis colectiva misma que se fue observando en varias partes del mundo en los inicios del confinamiento con el uso del cubrebocas, gel antibacterial, la limpieza excesiva para evitar el miedo a un contagio, ante esta hipocondría, la sociedad busca la manera de “recuperarse” a los síntomas que probablemente no presenta por lo cual se recurre al sector de la salud, sin embargo por la escasez de mano de obra calificada y de suministros médicos desde tiempo atrás de que comenzara la epidemia por COVID, esta acción por recuperarse parece complicada, esto mencionado en el informe de la CEPAL en el 2020, pues al menos en la mayoría de la región latinoamericana y en México se caracteriza por tener sistemas de salud débiles y fragmentado que no garantizan tener todos los recursos necesarios para la atención de pacientes con la enfermedad o de aquellos que “creen” presentar los síntomas.

El comienzo de la pandemia y por consiguiente del confinamiento por COVID-19 ha traído en la sociedad una serie de cambios conductuales y emocionales, principalmente tratándose de incertidumbre acompañado del temor a contagiarse de la enfermedad, en

algunos casos incrementando cuadros de depresión y ansiedad, así mismo se presenta hipocondría social la cual pudo haber provocado que algunas personas generen histeria colectiva por lo que se presenta en los medios de comunicación con respecto a la atención hospitalaria llegando a provocar compras de pánico, en otros casos el confinamiento ha generado un incremento en el uso de sustancias psicoactivas entre las que se encuentran el alcohol o el tabaco (Arias & Muñoz, 2021, p.3). Actualmente por medio de la búsqueda de sintomatología por internet ha comenzado, con lo que Ovalle y Vásquez (2020, p.419) denominan como cibercondría, lo que en su momento comenzó como una búsqueda informativa y preventiva, la búsqueda en fuentes en línea es una actividad que produce en el sujeto sensaciones angustiantes la cual va aumentando la ansiedad en personas con rasgos de ansiedad o tratándose de personas con la patología psiquiátrica diagnosticada. La angustia ante la posibilidad del contagio, Cañas et al, en el 2021 señala que ante las continuas preocupaciones de salud se llega a presentar tensión en las relaciones sociales, especialmente con personas cercanas, tratándose principalmente de familiares y amigos, provocando el distanciamiento y siendo posible que se desarrolle una excesiva confianza hacia la información que se obtiene por este medio, evitando las visitas al médico y promoviendo la automedicación.

Por otro lado, Castro (2020, p.39) expresa que no solo los jóvenes han tenido que cambiar sus hábitos, sino es algo que ha afectado a toda la sociedad en general por el miedo constante al posible contagio, provocando que cada una de las personas cambie completamente el ritmo de vida que tenía antes de que se presentará la pandemia, además del conjunto de emociones y sentimientos que se pueden ir generando a partir de la situación que se está presentando, de alguna manera ha provocado que los niveles de estrés se eleven de una manera impresionante en todas las personas, dejando de hacer sus pasadas o nuevas actividades que les permitan seguir con su vida, como el uso de las tecnologías, es importante mencionar que a la mayoría de las personas les genera miedo y ansiedad estar en constante contacto con las estadísticas de personas infectadas o con el exceso de información proporcionada por diferentes medios de comunicación.



### **2.3.1 Aumento de violencia intrafamiliar**

El permanecer en confinamiento ha traído consigo varias situaciones positivas para las familias mexicanas como lo puede ser para quienes no pasaban tanto tiempo familiar y de alguna manera esta situación los hizo convivir más e incluso conocerse más allá de solo verse por las noches, sin embargo, así como se presentan situaciones como esta también está el otro lado en el que Marquina y Jaramillo en el 2020 hacen mención de un incremento de ansiedad, depresión, problemas familiares, divorcios, violencia, entre otros en los que cada integrante de la familia puede presentar estrés, agobio y otros desórdenes psicológicos que afectan en la convivencia diaria, a pesar de que la violencia familiar sea un tema de muchos años atrás en el país, es cierto que durante el confinamiento es una situación que se ha presentado con mayor frecuencia (Gómez & Sánchez, 2020, p.28).

La violencia familiar para el Observatorio Nacional Ciudadano (ONC) en el 2020 se considera como un incidente o un patrón de incidentes de comportamiento de control, coercitivo, amenazante o degradante, en la mayoría de los casos por parte de una pareja o ex pareja aunque también es realizada por parte de un familiar o cuidador. En los que está de por medio el abuso psicológico y/o emocional, abuso físico o sexual, abuso financiero o económico, acoso y acecho. La violencia se presenta por un intento de demostrar más poder que los demás integrantes y marcar una jerarquía en el núcleo familiar, en la que quien ejerce violencia es quien tiene el poder y por lo tanto tiene el derecho de mandar sobre los demás (Sanmartín, 2007, p.10).

De acuerdo con la ONC (2020, p.8), el abuso familiar en el contexto de pandemia obliga a las víctimas a estar encerrados obligatoriamente con los agresores estando aislados de las personas y los recursos necesarios para solicitar ayuda, ante la falta de apoyo, no solo se hace uso de las agresiones físicas, con una amenaza de sacar a la víctima del hogar es suficiente para tener un control sobre esa persona, dado que en las condiciones actuales y con el conocimiento del peligro que padece el ser humano con esta enfermedad se muestra el sometimiento dado que no puede pedir ayuda para salir de dicha situación tampoco puede recurrir por apoyo médico o terapeutas, pues desafortunadamente se convierte en una atención mínima dado que el personal de salud

está preocupado por atender a la enfermedad como tal, tratando de buscar un tratamiento minimizando casi por completo los golpes externos o internos de la víctima, los terapeutas están al pendiente de los trastornos que se generan comúnmente en esta pandemia como lo son la ansiedad y la depresión e igualmente se deja de lado la violencia familiar, que ahora se presenta tanto como la depresión y la ansiedad.

Otro factor que puede ser desencadenante de violencia familiar es la orientación sexual, no es secreto que la sociedad mexicana es una de las sociedades con más homofobia e igualmente con discriminación hacia la comunidad LGBTTTI, desafortunadamente quienes son los principales homofóbicos dentro de la familia son comúnmente los padres, quienes en ocasiones pueden transmitir este odio hacia los hijos y al menos en la situación que vive el mundo en general pero en específico para México, es imposible para los hijos esconder si tienen una orientación diferente a la “normal” esto mencionado por García y Hernández en el 2020 también describiendo como el confinamiento ha generado violencia y discriminación familiar hacia los integrantes de la comunidad LGBTI+, dentro de los que más sufren de esta discriminación y violencia se encuentran, niñas, niños y adolescentes dado que son los que están en constante vigilancia por los cuidadores quedando frente a esta situación sin privacidad alguna y sufriendo de violencia y discriminación por los padres o familiares.

Por otra parte, la violencia contra la mujer siempre ha sido un tema de gran interés para la sociedad pero al presentarse la pandemia ha traído como consecuencia que existan más desigualdades de acuerdo al género y por lo tanto mayores riesgos para la integridad física y emocional de las mujeres, debido a que en el caso de la violencia de género o intrafamiliar la mayoría de las mujeres que la llegan a sufrir a causa del confinamiento tienen que pasar la mayor parte del tiempo con su agresor y por lo mismo cada uno de sus actos están constantemente limitados, en el caso de otras desigualdades la mayoría de las mujeres tienen que pasar todo el tiempo en sus casas cuidado a sus hijos, trabajando en línea, ayudando a sus hijos con las tareas de la escuela, atendiendo las necesidades de sus esposos o realizando las labores de la casa mientras que sus esposos salen a trabajar como normalmente lo hacían y en el caso de los que se encuentran en sus casas solo se dedican a realizar sus pendientes laborales sin realizar

alguna labor doméstica, en cuestión al ámbito económico a causa de la pandemia la mayoría de los establecimientos feminizados han cerrado, dejando a la mayoría de las mujeres sin un ingreso, en el caso de las que trabajaban en esos lugares se quedaron sin trabajo a corto o largo plazo (Castellanos et. al. 2020, p.419).

### **2.3.2 Aumento de feminicidios**

El feminicidio al igual que la violencia es uno de los temas y situaciones más vistas desde antes de que se apareciera la enfermedad en México, durante el año 2019 hubo grandes cifras de feminicidios no solo en el Estado de México, sino en varias regiones de la república y se pensaría que durante el confinamiento obligatorio las cifras de feminicidios disminuiría con la sana distancia, sin embargo se ha demostrado que es todo lo contrario, dado que una investigación de la Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito en el 2020 durante los meses de Enero, Febrero, Marzo y Abril mostrando un registro menor de feminicidios durante el mes de abril encontrando similitud en años anteriores.

La OPS (2020, p.1) expresa que la violencia contra la mujer, específicamente sigue siendo prevalente y se muestra en medio de situaciones de pareja, siendo que una de cada tres mujeres ha sufrido de violencia física o sexual infligida por un compañero íntimo o bien violencia sexual ocasionada por personas ajenas, describe que durante la epidemia se muestra el aumento de estrés, y a si como se da la perturbación de las redes sociales y de protección aunado con el menor acceso a los servicios de seguridad y apoyo pueden aumentar el riesgo de violencia contra la mujer. Desafortunadamente los casos de feminicidio empiezan por la violencia en la pareja que comienza a darse, por medio de agresiones físicas, desvalorización, entre otras, los cuales tienen efectos importantes sobre la salud e integridad de la mujer, que la van destruyendo poco a poco hasta el punto en el que ya no se le da un valor moral a la mujer, las cuales en varias ocasiones pueden llegar a terminar en la muerte de la mujer.

El proceso de confinamiento no solo debía traer conciencia ciudadana, sino una estabilidad en cuanto a seguridad, pues como antes se mencionó la violencia contra las mujeres y sobre todo, los feminicidios tienen un origen de hace mucho tiempo atrás, pero en su mayoría era atribuido a la inseguridad, a las altas horas en las que transitaba o

incluso a la vestimenta, todo esto durante el confinamiento desafortunadamente comienza a mostrar que no se trataba de las horas o la vestimenta, pues se ha dado la muerte de varias mujeres en los hogares, por la pareja, sin la posibilidad de trabajar, de convivir con el agresor que tal vez no conocían por completo, dejando el sentimiento de no sentirse seguras en su propio hogar, descrito por Guerrero en el 2020 ante el nombre de todas las mujeres que fallecieron por el hecho de ser mujer en un plazo mínimo de una semana, aunado con las muertes que se dieron desde el comienzo de la epidemia.

#### **2.4 Impacto en el Proceso de Duelo**

Entre algunos problemas que han surgido a partir del confinamiento está el duelo y no solo referido a una cuestión de muerte de algún familiar, sino también a la pérdida de empleos, actividades o amistades, ya que a causa de la pandemia muchas personas fueron afectadas, perdieron su empleo y por lo tanto los ingresos para poder solventar a sus familias, para algunas puede que no fuera muy complicado ya que posiblemente contaban con algún dinero que tenían guardado, pero también existían familias que tenían ingresos diarios y por lo tanto entraban en un estado de duelo o frustración por no saber qué medidas tomar, existen varias familias que a causa del virus perdieron a un familiar, donde no pudieron verlos, despedirse o recibir el apoyo de amigos y seres queridos, por lo que el perder a un familiar se vuelve una experiencia que necesita ser compartida para solucionar adecuadamente su duelo, por el contrario si no se llega a resolver adecuadamente el duelo puede generar problemas psicológicos, provocando una mala adaptación a lo que se les está presentando (Alarcón et ál, 2020, p.5).

La pérdida de un ser querido, desde la opinión de Chacón-Fuertes et ál, en julio del 2020, en momento de confinamiento o de aislamiento de las personas infectadas puede que vivan un duelo complicado generando síntomas depresivos ante la imposibilidad de dar una despedida a los seres que han perdido a causa del virus. Aumentando con sentimientos de culpabilidad dado que existe la responsabilidad de la poca diligencia en la protección del ser querido o de haberle transmitido la enfermedad.

A causa del confinamiento como lo refiere la Asociación Española de Neuropsiquiatría en el 2020 ha dejado miles de muertes en muchos lugares, puede que en algunos casos se encuentren cerca del entorno de unas personas o que solo afortunadamente se hayan

escuchado los rumores, tal vez han fallecido familias completas, amigos, conocidos, compañeros de trabajo, de clases, pero lo que más ha afectado es que no se ha permitido por el confinamiento despedirse de todas esas personas, generando en ocasiones ideas de culpa, odio, frustración por haber estado cerca de ellas antes de que fallecieran, ha faltado la compañía también para los familiares más cercanos que han estado afrontando la situación del confinamiento y más aun la despedida de su familiar, lo cual hace que para algunas personas sea un evento difícil para que solos lo afronten, el confinamiento ha provocado que miles de familias tengan un gran distanciamiento, una ruptura en ese lazo que los unía y que de alguna manera los hacía seguir adelante, ahora al perder a un familiar hace que esa vivencia solitaria sea un evento frustrante provocando en algunos casos duelos complicados o no resueltos.

La manera de afrontar la muerte ha cambiado durante el proceso que cada una de las personas ha tenido que pasar a causa del confinamiento, muchas personas han tenido que cambiar la perspectiva que tenían sobre cómo afrontar la muerte de una manera aparentemente buena, con cada uno de los rituales que se realizan al momento en el cual las personas tenían la oportunidad de despedirse de su familiar que terminaba de fallecer, lo cual se ha ido modificando ahora el que no se pueda pasar un tiempo con las personas más cercanas en esos momentos, ha hecho que algunas personas busquen las maneras más fáciles para poder sentirse acompañadas, tal vez por medio de las redes sociales, grabar el momento en el cual se están despidiendo de sus familiares o en ocasiones guardar las cenizas, con la idea de que cuando se acabe la pandemia se podrán despedir de esa persona que ya no está en compañía de todos sus familiares, amigos y conocidos (Clínica de Psicología, 2020, p.3)

Un duelo complicado como lo refiere Larrota-Castillo et ál. (2020, p.179) dentro del confinamiento se puede generar debido a que la mayoría de las personas al sufrir una pérdida, ya sea de un ser querido, trabajo o hasta la pérdida de sus actividades que consideraban esenciales, tienen un duelo prolongado por muchos días, semanas o hasta incluso años, incluso el dolor que llegan a presentar es muy difícil de afrontar tanto para la persona en duelo, como para las personas que se encuentran cerca de ellas, lo que en ocasiones puede llegar a provocar que en algunas personas se puedan generar

ataques psicóticos, conductas desadaptativas, generadas por no haber tenido la posibilidad de resolver el duelo o la pérdida justamente en el momento que se estaba presentando, aquellas personas que tienden a alargar el proceso de duelo con la esperanza de que sea más fácil no recordar a su familia, hace que se lleguen a generar conductas que no son apropiadas, como aún poner su lugar en la mesa, platicar con esa persona que ya no está, llega a provocar distintos conflictos psíquicos que en ocasiones pueden afectar con su reconocimiento de la realidad.

### **Capítulo 3. Papel de las amas de casa dentro del confinamiento**

Al hablar de la interacción familiar es imposible no hacer referencia a la función de la mujer, esposa, madre o abuela, ya que cualquier tipo de modificación que llegue a presentarse dentro del núcleo familiar tiene una gran influencia dentro de la mujer o las actividades que realiza dentro del hogar, además en sus emociones, donde intervienen algunos cambios sentimentales o como en el caso del confinamiento que ha causado diferentes cambios sociales, lo cual hace que cambien drásticamente sus funciones, antes eran madres, esposas y ahora han pasado a ser maestras, esto debido a las clases en línea, de alguna manera las amas de casa perciben lo que verdaderamente está pasando en sus casas, cómo se siente cada uno de los miembros (Casares, 2008, p.14)

A su vez la Comisión Interamericana de Mujeres (2020, p.11) refiere que actualmente los hogares se han vuelto todo para cada una de las personas debido a que diariamente se tienen que estar haciendo la mayoría de las actividades como es el caso del cuidado, la educación de los niños, la socialización y el trabajo de los padres, provocando así un gran incremento en cada una de las actividades de las mujeres, ya que frecuentemente ellas son las que se encargan de realizar todo dentro de los hogares, y por ello están más pendiente sobre qué es lo que les llega a afectar a cada uno de sus familiares, es decir, al conocerlos se percatan de lo difícil que es para cada uno de sus hijos enfrentarse a algo realmente desconocido para ellos, o que tan complicado es para sus parejas realizar sus trabajos dentro de sus hogares, así mismo para ellas tampoco no es una situación fácil, tienen más pendientes por hacer que en ocasiones no les deja tiempo disponible para su cuidado y tiempo personal.

Las amas de casa independientemente de sus actividades dentro del hogar como realizar las actividades domésticas, estar pendiente del cuidado, salud y bienestar de sus familiares, el 28% de las amas de casa trabajan medio tiempo, el 27% se dedica completamente todo el día a trabajar en algún lugar fuera de su hogar, dejando sus actividades domésticas para cuando terminen de realizar su trabajo o son apoyadas por un familiar que pueden ser hijos, madres, suegras y en dado caso esposos que se encuentran sin algún empleo y el 33% únicamente se dedica a realizar trabajos domésticos, por lo cual uno de los principales retos de ellas es poder equilibrar su tiempo

en el hogar, familia, trabajo y buscar un tiempo para poder tener un espacio de satisfacción personal o cuidado personal, buscando realizarse personal y profesionalmente en cada momento, ya sea por vocación o por la necesidad que tienen con respecto a su situación económica o familiar demostrado por Celis en el 2018 a través de un artículo publicado por Forbes.

Herrera en el 2020 señala que las tareas de las amas de casa se han ido incrementando con el surgimiento del COVID-19, ya que ahora no solo se tienen que preocupar de realizar sus actividades domésticas, sino ahora tienen que dedicarles tiempo a sus hijos para la realización de sus actividades escolares en línea, estar pendiente de que puedan comprender adecuadamente y realizar en tiempo y en forma sus actividades, para los padres de familia que con el confinamiento perdieron sus empleos, las amas de casa tienen que estar más pendiente sobre cuáles son las necesidades de sus hogares para identificar la manera en la cual lo puede solucionar, como preparar la comida, recoger, limpiar las cosas que se encuentran tiradas en el suelo por las actividades de sus hijos, lavar los baños, limpiar los cuartos, lavar y planchar la ropa, trastes y entre otras actividades que tienen que realizar durante el día.

### **3.1 Educación en casa**

Debido al confinamiento varios niños, adolescentes y jóvenes-adultos se vieron en la necesidad de cambiar radicalmente su manera de educarse, varias de las instituciones pasaron a dar clases presenciales a clases Online, es decir, las autoridades para evitar más contagios pasaron la educación a distancia sin tomar en cuenta que las condiciones con las cuales contaban las personas no eran las más recomendables para tomar esas medidas, como por ejemplo las relaciones humanas juegan un papel fundamental ya que el estar dentro de los medios electrónicos provoca que esas habilidades de relacionarse con las demás personas decaiga, siendo esto un gran problema al final del confinamiento, cuando los niños se tengan que volver a enfrentar a relacionarse cara a cara con sus compañeros y maestros, dando a entender que el aprendizaje es un fenómeno social donde sociedad nos influye, la familia, la pareja y los amigos nos enseñan cosas nuevas que ayudan a que el proceso de aprendizaje sea más activo que pasivo como pasa en las clases en línea (Porlán, 2020, p.1502-4).

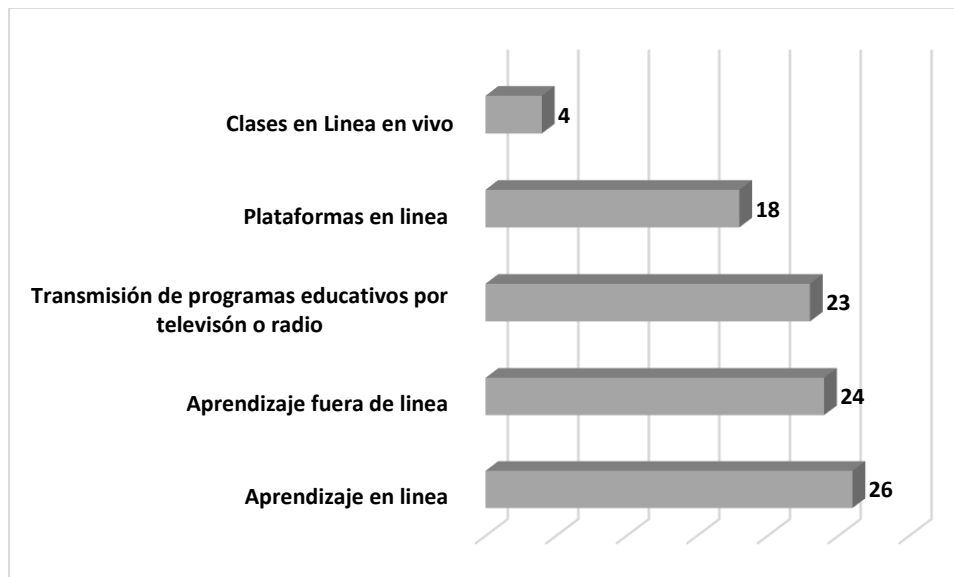


Pérez et ál en el 2021 expresan que debido a la pandemia la mayoría de las personas tuvieron que dejar sus actividades como normalmente lo hacían y modificar los espacios dentro de sus hogares para seguir realizando sus actividades, por lo que sucedió lo mismo con aquellos estudiantes que dejaron de asistir a las aulas y cambiarlo por la educación en línea, lo cual fue una situación muy difícil para cada uno de ellos, debido a que tuvieron que modificar sus rutinas, horarios y planes para poder seguir con sus actividades, además de que la situación de la pandemia ha dejado muchas incógnitas sobre cómo va a ser la educación en casa, es decir, la mayoría de los estudiantes y padres tendrán que enfrentarse a aprender cómo utilizar las distintas aplicaciones para tomar sus clases, en el caso de los padres deberán de adquirir nuevos conocimientos al manejar dispositivos electrónicos, contratar internet, comprar algunos dispositivos y más que nada estar completamente pendiente de que sus hijos realicen adecuadamente sus trabajos, que entren diariamente y a la hora correcta a sus clases, además la educación en casa implica que cada uno de los maestros, estudiantes y padres tengan que planificar y diseñar estrategias para que todos los estudiantes puedan tener acceso a cada una de sus clases, pero debido a la premura del cambio se considera que a cada joven le tomará tiempo y trabajo adaptarse de un momento a otro dándoles a la población que promover la enseñanza remota de emergencia.

Por lo tanto Gallo en su artículo en el 2020 da a conocer que las amas de casa se han dado a la tarea de buscar nuevas alternativas para que sus hijas no pierdan el año escolar, aunque eso de alguna manera les provoca que tengan que poner parte de su tiempo para apoyar en las tareas o clases, independientemente de sus demás actividades que tienen durante el día, así mismo se tienen que dar el tiempo para ver por las necesidades de sus hijos, como bañarse, cambiarse, desayunar, comer, cenar, jugar, despejar un poco la mente, así mismo las familias que no llegan a contar con una computadora o una laptop se vieron en la necesidad de implementar nuevas estrategias para que sus hijos logran entrar a todas sus clases, como vender o empeñar algunas pertenencias y así comprar lo que necesitaban sus hijos, contratar internet para que sus hijos tuvieran lo necesario.

La UNESCO en el 2020 revela que el que las autoridades tomaran la decisión de cerrar las clases dieron la oportunidad de desplegar modalidades de aprendizajes a distancia con la utilización de plataformas digitales que les permitieran a los niños entrar y realizar sus trabajos o tareas pendientes y en algunos casos la movilización del personal y comunidades educativas en las áreas donde los niños podrían acceder a las plataformas para poder cumplir con lo que sus maestros les solicitaban a sus compañeros, es por lo que 26 países implementaron formas de aprendizajes por internet y 24 países en línea, 22 países manejan ambas modalidades, 4 únicamente en línea y 2 fuera de línea y 23 países tomaron la decisión de brindar clases por medio de programas televisivos, para aquellos niños que no podían exceder tan fácilmente (Gráfico 1)

Gráfico 1: Modalidades de educación a distancia.



Fuente: Adaptado de UNESCO. (2002). *La educación en tiempos de la pandemia de COVID-19*. Recuperado el 20 de Noviembre de 2020, de [https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/45904/1/S2000510\\_es.pdf](https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/45904/1/S2000510_es.pdf)

### **3.2 Trabajo en casa**

La decisión de que se mandará a la sociedad en general a casa para evitar una cifra mayor de contagios pudo beneficiar a una parte de la sociedad y a otra la perjudico completamente, como lo son los comerciantes y toda aquella persona con una profesión que le permite vivir con lo que gana al día y está la otra parte de la sociedad que tiene un trabajo más estable con un sueldo fijo y que no tiene una preocupación aparte a cómo llegará para el final de la quincena, Aquije en el 2018 argumenta que el avance en cuanto a las tecnologías es de gran provecho para las empresas para poder realizar las actividades fuera de una oficina, denominándose esta acción como teletrabajo o home office, al cual Quintanilla en el 2017 la coloca como el uso de la disponibilidad de la telecomunicación y las herramientas facilitadoras a fines de efectuar el trabajo a distancia desde cualquier lugar.

Desde años anteriores se comenzó a hacer uso de esta actividad en las empresas, tratando de conocer los beneficios que puede traer consigo, sin embargo al comienzo de la pandemia por COVID provocó un uso intenso del mismo en el mundo y sobre todo siendo una actividad completamente nueva para México en el que se coloca como una alternativa para que las empresas no frenen algunas actividades y al mismo tiempo no pierdan trabajadores bajo circunstancias tan complicadas para conseguir un nuevo empleo con el cierre de establecimientos esto considerando la información de Factor Capital Humano publicado durante el 2020, en donde se considera como un facilitador para agilizar y mantener la productividad de una empresa.

El distanciamiento social no solo generó una nueva manera de socializar y convivir, se vio durante el confinamiento nuevas maneras de seguir en comunicación con familiares, amistades y compañeros de trabajo, haciendo uso de aplicaciones e incluso aplicaciones nuevas para seguir conociendo más personas, sin duda la enfermedad a la cual estamos enfrentando está dejando nuevas maneras de convivencia y sobre todo a ser más conscientes sobre la importancia de mantenerse sanos y a su vez mantener sanos a los demás, dejando remodelaciones en los espacios con mayor contacto con otros, como lo es la escuela y también los lugares de trabajo para el momento en el que se decida que es óptimo regresar a dichos espacios, así como también comenzar a considerar la adaptación del hogar para llevar a cabo actividades referidas al trabajo para los padres y

otro espacio para la escuela con los hijos, Lozano y Álvarez en el 2020 muestran una serie de sugerencias para llevar una rutina en el confinamiento, no solo la adaptación de lugares específicos para los padres o hijos, sino también tener hábitos saludables y en beneficio para los integrantes del hogar.

## **Metodología**

### **4.1. Objetivo general**

Analizar los efectos psicosociales que ha traído el confinamiento en las familias desde la percepción de las amas de casa.

### **4.2. Objetivos específicos**

- Descubrir los efectos psicosociales que ha traído el confinamiento en las amas de casa.
- Identificar los efectos psicosociales que las amas de casa han percibido dentro de sus familiares.

### **4.3. Planteamiento del problema y pregunta de investigación**

La situación de la pandemia por el COVID-19 y el confinamiento por el cual la mayoría de las personas se mantuvieron aisladas dentro de sus casas, independientemente de que sea una de las mejores medidas de salud que se encontraron para así poder evitar el contagio y la muerte de más personas, es un factor que actualmente está afectando a la población en general, ocasionando niveles altos de estrés y ansiedad por la falta de contacto con seres queridos, así como también por el abandono de actividades y rutinas ya establecidas.

Al ser un cambio tan drástico de tener un determinado horario para realizar actividades a solamente permanecer en casa y hacer el denominado “home office”, generó un desequilibrio más allá del estilo de vivir de cada persona, también un cambio de percepción e incertidumbre ante una nueva manera de vivir considerando factores externos que van más allá del uso de cubrebocas obligatorio o de careta, siendo

importante considerar los efectos psicosociales derivados de la pandemia y confinamiento por COVID-19.

Es por eso que dentro de la presente investigación se pretende conocer el punto de vista de las amas de casa sobre como realmente les ha afectado a ellas y así mismo como consideran que les ha afectado a sus familiares el confinamiento causado por el COVID-19, la manera en la cual respondieron a dejar sus actividades cotidianas, las medidas necesarias que consideran para evitar contagios, la reacción ante la falta de ingresos y de empleo, además si fuese el caso, cómo reaccionaron ante la pérdida de un ser querido, para lo cual es necesario que cada una de las mujeres que decidan participar dentro del estudio tengan una familia con hijos ya sea nuclear, extensa, monoparental, reconstituida etc., y se encuentren como jefas de familia o amas de casa.

Teniendo como finalidad dar a conocer lo complicado que ha sido el cambio en rutinas y estilos de convivencia que se experimentó de un día para otro, para lo cual se tomó como población de estudio a las amas de casa del municipio de Almoloya de Juárez en la localidad de Santiaguito Tlalcalcali considerando el estilo de vida que se lleva y tomando en cuenta el pensamiento tradicional que se tiene con respecto a las mismas en conjunto con las actividades que realizan y que con el comienzo de la cuarentena se dejaron de realizar algunas rutinas, aumentando también la manera en la cual afrontaron que cada uno de los familiares compartieron mayor tiempo los espacios del hogar y cómo el dejar de estar en contacto con otras personas les ha afectado en cuestión de aislamiento, ansiedad, depresión e hipocondría, para así contribuir con futuras investigaciones relacionadas con el tema.

Por lo tanto, es importante responder:

¿Cuáles han sido los efectos psicosociales del confinamiento por COVID-19 percibidos por las amas de casa en ellas y la familia?

#### **4.4. Planteamiento de hipótesis**

Al ser un estudio cualitativo, no se plantea una hipótesis ya que de acuerdo con Rodríguez en el 2008 menciona que una propuesta de hipótesis va relacionada a causa-efecto, donde es necesario la utilización de datos contables, pesables o medibles, sin

embargo, dentro de la presente investigación cada uno de los datos fueron de manera subjetiva, es decir, no se pueden pesar o medir.

#### 4.5. Tipo de estudio o investigación

Para el presente trabajo de investigación se realizó un estudio cualitativo de tipo exploratorio, lo cual significa que se llevó a cabo un acercamiento a la población de estudio donde cada uno de los participantes dijeron con sus propias palabras las afectaciones que han percibido dentro del confinamiento ya que de acuerdo con Quecedo, Castaño en el 2002 se menciona que la investigación cualitativa de tipo exploratorio produce datos con las propias palabras de cada una de las personas ya sean habladas o escritas o con las conductas observables de cada una de ellas, por lo que al ser un tema que aún no ha sido profundizado por varias personas, es necesario recurrir a la experiencia propia de las personas, los especialistas y la literatura.

#### 4.6. Definición de categorías

Definición de categorías para entrevista a profundidad		
Efectos psicosociales: agrupación de reacciones emocionales, cognitivas y conductuales derivadas del periodo de cuarentena; constituyendo la aparición de problemas e impactos psicológicos y sociales (Terry, Bravo, Elias & Espinosa, 2020).		
Categorías	Subcategorías	Preguntas
Impacto psicológico: Conjunto de malestares mentales ocasionados por uno o varios detonantes, generando una serie de síntomas que afectan la actividad de la persona. (Álvarez y López, 2020)	Ansiedad: Alude a la combinación de distintas manifestaciones físicas y mentales que no son atribuibles a peligros reales, sino que se manifiestan ya sea en forma de crisis o bien como un estado persistente y difuso, pudiendo llegar al pánico. (Sierra, Ortega, Zubeidet, 2003)	Ante la noticia de la cuarentena, ¿cuáles fueron sus pensamientos más recurrentes?  ¿Qué pensamientos le produce el tener conocimiento de las actualizaciones referentes a la pandemia?  ¿Ha observado un aumento de ansiedad en los integrantes de la familia durante el confinamiento?  ¿Hay situaciones específicas que a usted o

		<p>su familia le producen ansiedad?</p> <p>¿Ha desarrollado algún temor durante la pandemia?</p> <p>¿Tiene un tiempo específico para pasar en familia y disminuir la ansiedad?</p>
	<p><b>Depresión:</b></p> <p>Trastorno mental que se caracteriza por una tristeza profunda y una pérdida del interés; además de una amplia gama de síntomas emocionales, cognitivos, físicos y del comportamiento. (Lang, Borgwardt, 2013)</p>	<p>¿Ha notado cambios emocionales dentro de su familia?</p> <p>¿Qué tipo de noticias le producen tristeza?</p> <p>¿Se ha presentado alguna pérdida dentro de su familia? ¿Cómo se ha sentido a partir de ese día?</p> <p>¿Ha perdido el interés en realizar actividades? ¿Si es así cuáles serían?</p> <p>¿Ha observado una falta de interés en las actividades de los demás integrantes?</p>
<p><b>Impacto social:</b></p> <p>Resultado de uno o varios detonantes sociales que afectan la conducta del sujeto en convivencia con otras personas. (Álvarez y López, 2020)</p>	<p><b>Aislamiento:</b></p> <p>Medida objetiva de falta de relaciones formando parte de la experiencia vital de las personas. (Pita, 2017)</p>	<p>¿Sigue teniendo contacto con otros familiares o amigos durante este tiempo de confinamiento?</p> <p>¿Se ha alejado de familiares o amigos en estos meses?</p> <p>¿Qué razones tiene para alejarse de familiares o amigos durante estos meses?</p>

		<p>¿Piensa que los integrantes de la familia se han alejado de los demás?</p> <p>¿Qué comportamientos le hace pensar que los integrantes se están alejando entre sí?</p> <p>Durante la cuarentena, ¿Los integrantes de la familia compartían espacios o cada uno tenía un espacio definido?</p>
	<p>Hipocondría:</p> <p>Presencia de síntomas físicos para los que las investigaciones médicas no encuentran una alteración orgánica que pueda explicarlos o, de haber afectación orgánica, la expresión sintomatológica es groseramente excesiva para lo que cabría esperar de los hallazgos biomédicos. (Fernández, Fernández, 2001)</p>	<p>¿Ha experimentado síntomas relacionados con el coronavirus?</p> <p>¿Ha observado síntomas similares en los integrantes de su familia?</p> <p>¿Qué padecimientos ha experimentado durante la cuarentena?</p> <p>¿Han tenido visitas al médico por algún síntoma en específico?</p> <p>Durante este tiempo, ¿ha considerado el uso de tratamientos caseros de prevención?</p>

#### 4.7. Descripción de participantes

El estudio se llevó a cabo en una población con participantes de un rango de edad de 20 a 50 años enfocado principalmente en mujeres y que tuvieran el rol como jefas de familia o amas de casa, tomando como espacio geográfico la localidad de Santiaguito Tlalcilcali, municipio de Almoloya de Juárez; para la recopilación de datos se realizó una entrevista a profundidad a 9 amas de casa las cuales fueron determinadas por la



saturación de datos y se suspendieron las entrevistas cuando los datos proporcionados fueron similares o idénticos.

#### **4.8. Selección, adaptación y/o diseño de Técnica.**

Para la obtención de los datos se formuló una entrevista a profundidad la cual de acuerdo con Robles en el 2011, refiere que es una técnica de tipo exploratorio en el cual se detalla la información más relevante que cada uno de los entrevistados le proporcione, brinda la oportunidad de comprender adecuadamente sus sentimientos, pensamientos o conductas con la ayuda de una serie de preguntas abiertas en la cual cada persona se puede expresar adecuadamente y libremente, es por lo que cada una de las mujeres que se encuentran ya con una familia, narraron cada una de sus vivencias personales y familiares por las cuales han pasado y afrontado a lo largo del procesos del confinamiento, así como también, algunas medidas que ellas han implementado para poder realizar sus actividades cotidianas y las que fueron surgidas a partir del confinamiento, no solo tomando lo psicológico sino también lo social.

#### **4.9. Diseño de la investigación congruente con todo el método**

El presente trabajo de investigación se centró en una investigación cualitativa de tipo narrativo, la cual fue basada en una entrevista a profundidad y está centrado en una recolección de datos basados en cada una de las experiencias y vivencias que han tenido, obteniendo así los datos de sus expresiones verbales, realizando una intervención de diálogo e intercambio de información cara a cara, teniendo la libertad de expresarse y compartir cada una de sus experiencias y vivencias (Huchim, Reyes, 2013).

#### **4.10. Captura de información.**

Para la obtención de la información se realizó una invitación a las amas de casa digitalmente, en donde se les comunicó el objetivo de la investigación, mencionando la ética profesional con el apoyo de una carta de consentimiento informado (ver anexos 1 – 10), expresando que no tendrá costo alguno y mucho menos se les obligará a participar o en dado caso a seguir dentro del estudio si así lo deseen.

Posteriormente se realizó un primer acercamiento, en el cual se le dio a conocer lo que menciona el consentimiento informado, se agendaron las citas para llevar a cabo cada una de las entrevistas en línea, con horarios previamente establecidos de acuerdo a las necesidades de los sujetos; así mismo en el segundo acercamiento se abordaron los datos generales y se dio comienzo a la entrevista conformada por una sesión de acuerdo al objetivo de estudio; cada entrevista fue realizada en aproximadamente de 40 minutos de acuerdo con la extensión del discurso, finalmente al agotarse toda la información proporcionada por cada una de las amas de casa se proporcionó un momento de devolución o motivación sobre sus vivencias dentro del confinamiento.

#### **4.11. Análisis de la Información.**

Captura de la información: Posteriormente al completarse la muestra, se transcribió toda la información que cada una de ellas proporcionó desde su percepción, e igualmente se ordenó o agregó toda la información de acuerdo con las categorías y subcategorías.

Interpretación de la información: Una vez que fueron organizados los datos, se estudió e interpretó la información, realizando un análisis global sobre cada una de las afectaciones psicosociales que se han presentado desde su percepción durante el confinamiento.

## Tabla de resultados del Impacto Psicosocial

Para la conclusión de acuerdo con la teoría y la discusión de estos, se presentarán las respuestas proporcionadas por la población que fue entrevistada, en las que se toman las 4 subcategorías esenciales las cuales son, Ansiedad, Depresión, Aislamiento e Hipocondría correspondientes a Impacto Psicológico e Impacto Social; cada una de las respuestas que fueron proporcionadas son desde la experiencia de cada una de las amas de casa

Sujetos	Categoría			
	Impacto Psicológico		Impacto Social	
	Subcategoría			
	Ansiedad	Depresión	Aislamiento	Hipocondria
1	Miedo, aumento de ansiedad propia, miedo al contagio, morir a causa de la enfermedad, pánico ante síntomas.	Cambios emocionales, no ven noticias por miedo, no ha perdido el interés en actividades.	Sin contacto con amigos, no se ha alejado de familiares, comparten espacios.	Piensa que presento síntomas, también familiares, siente que ha tenido ansiedad, no uso tratamientos caseros solo siguió las medidas de prevención.
2	Pensamientos de esperanza de que fuera poco tiempo, incredulidad, aumento de ansiedad en familiares, ansiedad en actividades que se realizaban antes, temor ante la pérdida, tiempo para disminuir el estrés.	Cambios emocionales por cambio de rutina, menciona algunas tendencias depresivas, sentimiento de impotencia, desesperanza, hubo pérdidas, se alejó de actividades debido a la pandemia, observa falta de interés en actividades de	Contacto solo por llamadas, videollamadas o mensajes; no hay distanciamiento entre los familiares; cada integrante tiene área designada.	Menciona contagiarse de COVID en noviembre del 2020; es diabética e hipertensa; toma medicamentos bajo supervisión médica; mejora de alimentación.

		los demás integrantes.		
3	Pensó que fue inesperado; entre sus pensamientos considera que no conoce de la enfermedad, de las consecuencias; aumento de ansiedad por el cambio de rutina; situación específica que provoca ansiedad: salir y convivir con más personas; tiempo para disminuir estrés: en las noches.	Cambios propios y en hijos; dejó de ver noticias referentes a la pandemia y violencia; se presentaron pérdidas de familia indirecta; actividades propias y ajenas estancadas.	Lejanía por protección; contacto únicamente por llamadas; distancia por salud; no hay distanciamiento en el hogar; espacios definidos para cada integrante más cuando se contagiaron.	Piensa que sí tuvo algunos síntomas desconocidos; de padecimientos menciona cansancio, posterior al contagio no hubo más síntomas, antes de mismo no observo algo similar; visitas al médico durante cuarentena, únicamente siguen las medidas preventivas de salud.
4	Desempleo, más contagios, situación económica propia y ajena; algunas noticias reconfortan, las que son referentes a los contagios y decesos producen frustración o pánico y desesperación; observa más ansiedad en un familiar; el aislamiento que tuvo durante su contagio le produjo ansiedad; temor	Fallecimiento de familiares son noticias que les producen tristeza; no hay pérdida de interés por actividades, aburrimiento solo al realizar tareas.	Sigue en contacto solo por videollamada; distancia miento de amistades por cuidados; no hay alejamiento entre el núcleo familiar; comparten espacios de áreas comunes.	Únicamente experimento resfriado, visitas médicas por la enfermedad, uso de té y remedios caseros como método de prevención.

	a la enfermedad; tiempo de desestres por las tardes.			
5	Pensamientos de tristeza y preocupación, miedo y temor al contagio, aumento de estrés, situación de estrés, el trabajo; día y horario específico para disminuir el estrés.	Cambios emocionales, como enojo e irritabilidad, se presentan pérdidas familiares que producen tristeza; no hay falta de interés en realizar actividades.	Único contacto por teléfono, presencial no; distanciamiento por salud; disminución de salidas por la pandemia; cada integrante tiene un espacio propio.	No se presentan síntomas del virus; visitas al médico ante sospechas de COVID; uso de tratamientos caseros preventivos.
6	No pensó en la gravedad de la enfermedad; cambio de pensamiento ante casos dentro de la familia; aumento de ansiedad en familiares; aumento de estrés por cambios de rutina; temor al contagio; tiempo definido para disminuir el estrés.	Cambios de carácter; noticias que producen tristeza referidas a muertes y contagios de familiares; tristeza por el cambio de duelo que se lleva durante la pandemia; algunos familiares se presentan tristes y con falta de ánimo para realizar actividades.	Contacto únicamente por teléfono, distanciamiento por salud, cada integrante tiene un espacio definido.	No observo ni presento sintomatología referente al COVID, vistas al médico por enfermedades personales, uso de tratamientos caseros preventivos.
7	No pensó que fuera por mucho tiempo; temor y ansiedad ante noticias; aumento de ansiedad propio;	No observo cambios emocionales, tristeza ante muertes de conocidos y contagios de	Contacto por teléfono y redes sociales, distanciamiento por salud, no hay distanciamiento	No observo ni presento síntomas de COVID, comenzó con estrés durante la pandemia,

	estrés de pensar en lo que sucede, ansiedad de estar encerrada; momento específico para quitar el estrés.	familiares, hubo pérdida de familiares, no hay desinterés en actividades	interno, espacios definidos.	visitas al médico por ese motivo, uso de algunos tratamientos caseros.
8	Incertidumbre, temor, frustración; información relevante a medidas de prevención, aumento de ansiedad debido al cambio de rutina, no hay un tiempo en el que todos disminuyan el estrés.	Cambios emocionales, noticias que producen tristeza referidas a las pérdidas o contagios, ante la pérdida hay impotencia por el cambio del proceso del duelo, frustración por distanciamiento físico, pérdida de interés en algunas actividades.	Al inicio había más visitas a otras familias, ahora hay más distanciamiento por salud, por ubicación territorial hay distanciamiento, no hay distanciamiento en la familia nuclear, cada integrante tiene su propio espacio y comparten áreas comunes.	No hubo síntomas referidos a la enfermedad, uso de remedios naturales desde antes de la pandemia, predominantes durante la misma.
9	Pensamientos sobre un posible contagio, prevención, aumento de ansiedad en su propia persona y en familiares, ansiedad por salir, o estar en aglomeraciones, temor por contagiarse, tiempo libre para quitar la tensión.	Cambios emocionales, miedo, angustia y temor, noticias que producen tristeza sobre los decesos, no hay falta de interés en actividades en ningún integrante de la familia.	Contacto por medio de redes sociales y videollamadas, falta de contacto por la cuarentena, distanciamiento por salud, cada integrante tiene un espacio definido, comparten áreas comunes.	No hubo síntomas de la enfermedad en sí misma y en los demás, padecimientos durante la cuarentena: dolor de cabeza, angustia y estrés laboral, visitas al médico por los padecimientos anteriores y de rutina, uso de tratamientos caseros de prevención.

<p><b>Análisis</b></p>	<p>Acorde con las respuestas proporcionadas se encuentran factores frecuentes dentro de la subcategoría de ansiedad, en los que se presenta un aumento del temor ante la enfermedad, aumento de estrés en sí mismas así como en los demás integrantes, sean hijos o padres, incertidumbre y se considera el poco conocimiento que se tiene sobre la misma, considerando el cambio de rutina como el principal detonante de ansiedad en los integrantes; en los que cuentan con pocos espacios para disminuir la tensión en los que se realizan actividades en familia, algunas en espacios abiertos.</p>	<p>Se presenta un cambio emocional existiendo un aumento de irritabilidad y tristeza, especialmente ante pérdidas familiares cercanas o lejanas, así como ante el cambio de cómo vivir el duelo por la pérdida, existiendo falta de ánimo e interés en realizar actividades, algunas amas de casa refieren la falta de interés por el cambio de rutina durante el día o bien al hecho de permanecer en casa todo el tiempo.</p>	<p>En esta subcategoría se menciona que hay un distanciamiento físico de familiares, amigos y conocidos por cuestiones de salud, evitando aglomeraciones o reuniones con familiares, cada integrante dentro de la propia familia nuclear tiene un espacio designado para realizar sus actividades, en casos en los que hay niños de edades similares comparten espacios sin embargo los demás tienen un área designada así como también mencionan tener espacio en común en lo que conviven a como estaban acostumbrados antes de que comenzará la pandemia.</p>	<p>De acuerdo con las respuestas proporcionadas acorde con su perspectiva no mencionan la presencia de sintomatología referente al COVID, sin embargo, confirman el contagio en su propia familia, así como el uso de tratamientos caseros o naturales, buscando mejorar la alimentación, mencionando de igual manera que se mantuvieron algunos padecimientos refiriendo visitas al médico por lo mismo y manteniendo las medidas de prevención recomendadas para evitar el contagio del virus.</p>
------------------------	--	---	--	--

#### **4.12 Discusión de resultados**

Por medio de las respuestas proporcionadas por las amas de casa de la población seleccionada se pueden observar que en la categoría de impacto psicológico desde el comienzo de la pandemia se detonaron diversos cambios emocionales en los integrantes de familia, los principales fueron incertidumbre, temor a la enfermedad, frustración ante no saber si la información que pasaban en las noticias eran verídicas, el cambio repentino de la rutina diaria a pasar todo el día en casa llegó a provocar, desde la perspectiva de las participantes, un aumento de ansiedad en algunos de los integrantes así como se presentó una falta de interés en seguir realizando actividades debido a la prohibición de salir, coincidiendo con lo mencionado por Urzua et al (2020), algunas de las mujeres entrevistadas refieren que se percibió más este cambio ante la restricción de salir de casa, ante esta misma se mencionan que hubieron cambios de actividades para hacer durante el tiempo libre, comentando que anteriormente salían para distraerse se cambiaron los pasatiempos a realizar dentro de casa como un medio para aligerar las cargas de estrés y ansiedad.

##### **Ansiedad**

Dentro de la primera subcategoría corroborando cada una de las respuestas brindadas por las amas de casa, al inicio del confinamiento algunas de las mujeres tenían miedo a que algunos de sus familiares se contagiara con la enfermedad o ellas mismas, ya que como se trataba de un nuevo virus no tenían ningún conocimiento sobre cuáles eran las medidas necesarias que deberían de tomar para estar a salvo, sin embargo una de ellas mencionaba que al escuchar de una nueva enfermedad pensó que solo era por cuestiones políticas por lo que ignoraba cada una de las medidas que se brindaban para salvaguardar su salud, hasta que desafortunadamente un integrante de su familia se contagió, de igual manera algunas de las amas de casa al escuchar las cifras de contagios en las noticias les causaba un poco de incertidumbre, miedo e intriga; otra parte de las otras amas de casa prefirieron estar alejadas de lo que se mencionaba en las noticias para evitar escuchar el número de contagios y así no sugestionarse psicológicamente, evitar el estrés o el miedo recurrente a que su familia se infectara.



Sin embargo, con el paso de la pandemia se ha generado un aumento de ansiedad por permanecer en casas y al mismo tiempo por el miedo a infectarse, pasando lo mismo con algunos integrantes de las familias, que el pasar mucho tiempo dentro de sus hogares han llegado a presentar ansiedad derivado de diferentes factores entre los que más se encuentran son las clases en línea, por no salir con amigos o estar todo el tiempo haciendo tareas, situación reflejada en el estudio realizado por Apaza, Seminario y Santa Cruz durante el 2020, en el que hace referencia a la presencia de ansiedad, depresión y estrés principalmente por salir de sus hogares, también en algunos casos en los resultados se presentaron algún tipo de ansiedad por la falta o pérdida de empleo debido a que con el apareamiento de la pandemia muchas personas se quedaron sin su trabajo, en algunos casos a las personas que desafortunadamente se contagiaron o presenciaron el contagio de algunos familiares les causó ansiedad el salir de sus hogares y volverse a contagiar.

Por otro lado, con respecto al tiempo en familia la mayoría de las personas coincidieron en pasar un tiempo aunque sea muy corto en familia al final del día, como por ejemplo en la comida, cena o en un horario que no interfiera con sus actividades personales, donde toda la familia pueda estar reunida para platicar, hacer la tarea juntos, salir a distraerse o simplemente para sentir el calor familiar, debido a que la mayoría de las amas de casa han tenido que idear estrategias para que los niños no pasen todo el tiempo encerrados haciendo tarea o en clases, sino que también puedan divertirse dentro de sus hogares y liberar la tensión y la ansiedad.

#### Depresión.

Dentro de la siguiente subcategoría, la mayoría de las amas de casa describen un cambio emocional a lo largo del confinamiento, debido a que estaban muy acostumbradas a realizar sus actividades fuera de casa como por ejemplo, ir a comprar sus cosas, ir a la escuela por sus hijos, platicar en la calle, entre otras actividades; el cambiarlo de un momento a otro ha generado que en ocasiones se encuentren un poco a la defensiva con sus demás familiares, así mismo ha generado desesperación en algunas mujeres considerando que con la llegada de la pandemia han tenido que aprender a utilizar nuevas tecnologías dado que sus hijos o nietos necesitan apoyo para entrar a sus clases

o con respecto a la entrega de actividades y tareas encajando con lo que describe Casares en el 2008, analizando que tienen que descuidar algunas actividades del hogar para ayudar en la comprensión de temas y a su vez convirtiéndose en la principal persona que observa los cambios que los integrantes del hogar experimentan ante la pandemia y la enfermedad.

De la misma manera al referirse a sus familiares explican específicamente que los niños al pasar todo el tiempo dentro de sus hogares realizando actividades académicas les ha generado cambios emocionales muy drásticos, debido que existen ocasiones en las que se portan muy rebeldes, uno de los detonantes es la cantidad excesiva de tareas o por el estrés tienden a ser groseros con sus padres reacciones que concuerdan con Pérez et ál. en el 2021 en donde también se realizaron cambios en los espacios generando modificación de rutinas, horarios y planes para poder continuar con sus estudios y tratar de no perder su formación académica, así mismo para la mayoría, al estar constantemente informadas por noticias sobre los casos de infectados, sobre los decesos que se reportan les provocan sensaciones de tristeza, debido a que no saben cómo se va a solucionar esta situación o sin saber cuándo se va a regresar a las rutinas previas a la pandemia.

Los decesos son un acontecimiento fuerte, dado que no se tiene conocimiento de cuándo se va a presentar una noticia de esa magnitud o cuando será el último día en el que vean a familiares o conocidos, se tiene el conocimiento de que en algún momento llega una noticia así, pero actualmente se presentan casos de familiares infectados quienes desafortunadamente pierden la vida. Específicamente para este tema, desde la experiencia que tuvieron, describen que fue un cambio tan repentino que provocó sentimientos de impotencia por no poder acompañar a sus seres queridos en momentos tan difíciles así como tener que abstenerse de dar abrazos o estar a una distancia menor a 1.50 metros e incluso detenerse a dar una despedida a la persona que falleció porque no había un cuerpo presente al cual despedirse, pues este mismo había sido cremado por seguir un protocolo de protección como medida de prevención sanitaria, misma situación observada por Chacón et ál (2020), en donde argumentan que durante el confinamiento, las pérdidas generan síntomas depresivos ante la imposibilidad de dar

una despedida y llegando a tener aumento de sentimientos de culpabilidad. Algunas de las entrevistadas mencionaron que tuvieron la desgracia de experimentar el fallecimiento de un familiar, algunos eran cercanos, familias directas, por parte de la pareja o personas conocidas, pero refieren que no pudieron afrontarlo como normalmente estaban acostumbradas, debido al miedo por infectarse o por otra razón no pudieron asistir, además de tener un sentimiento de impotencia al no poder expresarse a como estaban acostumbradas, llorarles, acompañar o ser acompañadas en los rituales que realizan, algunas no vieron físicamente el cuerpo de su familiar y otras no asistieron a los funerales.

De la misma manera, cada una a manera personal describen que durante el confinamiento no hubo una pérdida de interés en ninguna de sus actividades que realizaban antes del mismo, sin embargo sienten que se encuentran estancadas o les cuesta un poco más de trabajo y tiempo el realizarlas debido a que en la mayoría de los establecimientos tienen prohibido que niños entren a los lugares, en algunos locales se tienen que formar en largas filas por la cantidad de gente que quieren entrar, por otra parte dentro del núcleo familiar hay quienes por tanto tiempo que han pasado dentro de casa han perdido el interés al realizar sus actividades cotidianas, ya que si lo hacen es solo por compromiso de terminar el semestre en el caso de estudiantes universitarios, el año o para cumplir con la entrega de tareas sin que tengan el entusiasmo por hacer sus trabajos académicos en casos de niños que se encuentran en primaria o adolescentes de secundaria, aunado hay integrantes que han dejado de hacer actividades al aire libre para cambiarlas completamente por actividades que no ameriten mucho esfuerzo, como ver películas o jugar videojuegos, comprobando lo dicho por CEPAL (2020) en su artículo en el que se menciona como el cambio de actividades incrementa el sedentarismo y a su vez provocando efecto en el aprendizaje de los niños que están en el hogar.

La pandemia inició nuevas experiencias a las cuales nadie se encontraba preparado para afrontar, como fue alegado en las entrevistas, no imaginaban el alcance que tendría la enfermedad sin tomar en cuenta que la restricción de salir de casa sería de un tiempo indefinido, generando distintas emociones en cada persona, con experiencias completamente distintas, la mayoría analizaron la situación que vivían llevándolas a preferir un distanciamiento físico de conocidos y familiares con la finalidad de seguir

cuidando su salud, sin embargo, después del contacto con la enfermedad llegó a generar cierto temor al salir del hogar y no saber cómo se dio ese contagio, provocando que se reforzarán las medidas de prevención.

Aislamiento.

En las respuestas proporcionadas hacen referencia a que no observan un alejamiento muy marcado, sin embargo existe una disminución de contacto físico con conocidos y familiares, pasando inmediatamente al contacto por medios electrónicos, haciendo uso de las videollamadas, de los teléfonos, cambiando la dinámica de convivencia de las reuniones presenciales siendo reemplazadas por las reuniones a distancia acorde con lo que menciona Basin en el 2020 comprobando que hay una disminución en la convivencia familiar y aumenta el uso de redes sociales, en pocas respuestas se describe que se mantenga una convivencia presencial pero es debido a coincidencias, algunos ejemplos que se dieron acerca de ello es al momento de salir a comprar despensa, en donde tienen pláticas cortas con conocidos, afirmando que el distanciamiento tiene la finalidad de mantener la salud de todos, complementando que hay un tanto de dificultad debido a que los hijos, al menos de edades más avanzadas acostumbraban a tener una vida social más activa, a salir los fines de semana a fiestas, lo cual con el surgimiento de la pandemia se hicieron cambios en la convivencia, las visitas físicas a amistades ahora son por videollamadas, reduciendo el número de personas en las reuniones o si existe dicho distanciamiento es debido a la lejanía que existe de una casa a otra.

Por otra parte el aislamiento de los integrantes dentro del núcleo familiar, el grupo de entrevistadas aluden que en algunos casos no hay presencia de un aislamiento marcado entre los mismos, en su mayoría es lo contrario, la misma situación que se experimentó desde marzo del 2020 les ha permitido estar más unidos como familia y recibir el apoyo de otras familias y conocidos en cuestión de recibir alimentos y ánimo; dado que en algunos casos se presentaron contagios, la enfermedad no se ha visto como una limitante para recibir el apoyo necesario ni mucho menos para ser un factor de aislamiento entre sí. Sin embargo, así como lo expusieron Cuevas y Stephano en el 2020, dentro de las respuestas proporcionadas se encuentra que en algunos casos pueden existir discusiones dentro del hogar, ya que algunas familias no estaban tan acostumbradas a

la interacción durante todo el día entre hermanos, y padres, sobre todo en cuestión de familias con hijos mayores de edad quienes tenían una rutina establecida; llegando a presentarse cierto aislamiento durante las horas de clases o trabajo desde casa.

Finalmente en la cuestión de los espacios en la mayoría de las entrevistas argumentan que cada integrante cuenta con un espacio definido para realizar las actividades que ya se llevan dentro de la nueva rutina diaria relacionado con lo que expresan Pérez et al. en el 2021, quienes describen un cambio de actividades y por lo tanto de rutinas dentro de casa, modificando horarios y adaptando espacios, como lo pueden ser las clases en línea o bien home office, compartiendo únicamente los espacios como sala o comedor para convivencia, dejando bien definidos los lugares para realizar ciertas actividades, muy pocas amas de casa mencionan estar todos en un mismo espacio para tomar clases o bien compartir ese espacio como forma de mantener la concentración de los demás integrantes en lo que requieren en ese tiempo o colocando por edades los espacios que son buenos para compartir teniendo en cuenta los grados escolares que se encuentran cursando.

Hipocondría.

La mayoría de las amas de casa refieren que durante la pandemia no han observado la presencia de síntomas relacionados con el virus, sin embargo las que sí llegaron a presentarlos fue porque se contagiaron de COVID-19 o tuvieron una ligera gripe tanto a ellas como a sus familiares, por otra parte quienes llegaron a presentar algunos síntomas pero sin que se tratara de una infección por la enfermedad, alegan que posiblemente fue por ver muchas noticias y de alguna manera sugestionarse con cada uno de los síntomas que fueron descritos en los medios de comunicación, situación mencionada de igual manera por Arias y Muñoz (2021) en la que se muestra la influencia que tienen los medios de comunicación en específico noticias acerca de la enfermedad sobre la población, además de que sus familiares se encontraban en la misma situación que por ver muchas noticias referentes a la pandemia sentían algunas molestias en la garganta, dolor de cabeza, pero que solo se quedaron en síntomas y no pasaron a una situación de contraer la enfermedad.

Asimismo fue señalado desde su perspectiva que se intensificaron algunos síntomas o enfermedades que padecían con anterioridad como problemas en la presión, diabetes o algunas alergias, entre otras. El pasar mucho tiempo dentro de sus hogares, ha ido generando pensamientos sobre cada una de las consecuencias que podía traerles si se enfermaban o a su vez se cuestionaban sobre la duración que tendría el confinamiento. Relacionado con lo expuesto por Cañas et al en 2021, en los resultados expuestos en las entrevistas se ha llegado a presentar estrés y desesperación por no poder realizar sus actividades como normalmente estaban acostumbradas esto observado en los casos de las que salían a trabajar, de quienes necesitaban trasladarse para conseguir los materiales para sus labores, o por otra parte el pasar todo el tiempo en confinamiento les provocaba estrés y desesperación, de igual manera el imaginarse que posiblemente al salir de sus casas para realizar sus actividades cotidianas podrían contraer la enfermedad y por ende infectar a sus familiares, este escenario generó un ligero distanciamiento de otros familiares y amistades.

Con respecto a las visitas a los médicos, la mayoría, sino es que todas las amas de casa entrevistadas confirman que efectivamente han estado realizando visitas constantes a chequeos médicos, sin embargo remarcan que no es por síntomas referentes al COVID-19 o por alguna molestia referente a la enfermedad, se tratan de chequeos sobre los padecimientos previos al comienzo de la pandemia, como dolores en las rodillas, gastritis aguda, control y estudios de presión, azúcar, diabetes, entre otros, sin embargo mencionan que debido a la pandemia sienten que realmente si se intensificaron estos padecimientos un poco más.

Finalmente refieren que han tomado distintas medidas dentro de sus hogares para poder fortalecer sus defensas y prevenir un posible contagio, como por ejemplo el utilizar constantemente el gel antimaterial, lavarse las manos en los momentos que consideran necesario, es decir llevan a cabo las medidas de protección sanitarias, llevando a cabo las medidas de cuidado al salir y al entrar a sus hogares, así mismo, han implementado el uso de té con hierbas medicinales, ingerir jugos de frutas que contienen vitamina C y en algunas ocasiones visitas a baños de vapor con la finalidad de desintoxicar el cuerpo y de esta manera poder prevenir el apareamiento de enfermedades y seguir fortaleciendo

sus defensas, estando relacionado con lo que describen Bedoya et.al en el 2022 quienes agregan conductas excesivas como el hacer ejercicio, comer sano, la búsqueda de información y el uso de tratamientos preventivos.

## **Conclusión**

La pandemia por COVID-19 fue un evento que tomó por sorpresa a la población en muchos sino es que en todos los países, provocando diversos efectos ante una enfermedad de la cual se desconocían los síntomas así como el tratamiento que podría ser aplicado para la población que se encontrará contagiada; generando al mismo tiempo dudas con respecto a los cambios que se presentarían en las formas de convivencia en espacios como oficinas, escuelas, mercados, centros comerciales y aún más importante la convivencia dentro del hogar. Este escenario provocó que varios países buscarán alternativas para evitar o disminuir los contagios en la población, primero tratándose de medidas sanitarias como el lavado de manos constante, uso de cubrebocas en espacios abiertos y cerrados; activando medidas más determinantes como lo fue marcar una distancia mínima entre personas.

El cambio tan repentino de rutinas provocó diversos sentimientos en la población, mismos que son perfectamente observados por aquellos integrantes que conviven con todos dentro del hogar, para la presente se tomó en consideración a las amas de casa, puesto que son quienes conviven más tiempo con todos los miembros del hogar en diferentes horarios y a su vez son quiénes pueden notar cambios en actitudes durante y posteriores a la pandemia.

Entre los cambios que existen se señala un aumento de ansiedad en los mismos integrantes, especialmente para quiénes se encuentran estudiando, siendo que en primera instancia asistían a clases presenciales; de un día para otro fue cambiado a clases en línea, desafortunadamente el sistema educativo no se encontraba preparado, dado que en el transcurso de las mismas se pudo observar un aumento en la carga de actividades escolares, al mismo tiempo con los más pequeños del hogar recurrentemente se tenía el temor de que no adquirieran los conocimientos de acuerdo al grado en el que se encontraban y avanzar con conocimientos deficientes, provocando que las amas de casa aprendan sobre temas de tecnología para poder ayudar en actividades esenciales como entrar a las sesiones de clases y a la par convertirse en maestra y resolver las dudas que se pudieran presentar.



Además de observar un aumento de estrés en los demás también realizaron un autoanálisis, percatándose del aumento de pensamientos sobre la duración que la enfermedad podría tener, cuando se acabaría la cuarentena, el solvento de los gastos dentro del hogar, aparte de la preocupación de que ninguno de quienes habitan en el hogar estuvieran contagiados. Para quienes se les presentaron casos, la preocupación aumentaba pensando en los costos de los medicamentos así como en costos de visitas del médico agregando el pánico de que algún familiar se quedará hospitalizado a causa de la enfermedad; buscando y pensando en alternativas de tener un momento para poder disminuir los niveles de ansiedad y estrés en los demás y en sí mismas, utilizando los espacios que se comparten para conversar o bien lugares abiertos con los respectivos cuidados.

A su vez, como se fue presentando un aumento de ansiedad y estrés, también se iban sumando sentimientos de tristeza, las mismas noticias que escuchaban les generaban pensamientos de impotencia, en algunas existieron pensamientos de incredulidad; especialmente se mencionaron pensamientos tristes con respecto a las noticias referentes al número de casos positivos dentro del país, sin mencionar que también se impactaban por las cifras de decesos que se presentaban diariamente en las noticias, llegando a tomar la decisión de dejar de consumir noticias o leer acerca de ello, sin embargo el temor se presentaba nuevamente cuando existían casos de contagios dentro del círculo familiar, con vecinos o personas conocidas con quienes se llegaban a encontrar en salidas por despensa.

Para algunas, estos sentimientos iban en aumento durante el fallecimiento de familiares, los rituales que se realizaban durante el duelo fueron totalmente cambiados, la restricción de la distancia impedía dar apoyo a familiares, que el cuerpo de la persona fuera cremado al momento no permitía que se viviera una despedida a como se estaba acostumbrado, seguido de modificaciones posteriores al funeral generó intranquilidad en toda persona cercana, con el paso del tiempo se observaron los cambios de convivencia para estas situaciones en específico tratándose del acompañamiento a distancia por medio de transmisiones en vivo por plataformas como Facebook, Zoom o Meet.

Agregando sobre el tema de depresión se encuentra el aislamiento, dentro de las medidas de prevención, para evitar o disminuir los contagios, la principal se refiere a una distancia mínima entre dos o más personas, provocando que se establezcan espacios definidos dentro del hogar para realizar las actividades diarias, evitando distracciones y a su vez limitando las discusiones entre los hijos y la molestia por ruidos entre padres e hijos, entre los resultados se destaca el poco aislamiento de los integrantes del hogar pero si hay un distanciamiento con personas externas al núcleo familiar, tratándose de conocidos, amigos y compañeros de escuela o trabajo, pues se enfatiza la responsabilidad que hay con padres y hermanos, evitando el contacto prolongado con otras personas con la finalidad de cuidarse y por lo tanto también cuidar a quienes están dentro de casa.

Junto con el autocuidado y protección se hizo la mención acerca de temas de hipocondría dentro de las entrevistas a profundidad, en donde los resultados van encaminados a el cuidado por medio de recetas caseras y mejoras en la alimentación de todos los integrantes del hogar, siguiendo todas las indicaciones recomendadas por la Secretaria de Salud para disminuir los contagios, incrementando el uso de gel antibacterial, el lavado de manos constante, uso de cubrebocas en espacios abiertos y cerrados, llegando a utilizar remedios caseros o naturistas para aumentar las defensas y realizando visitas al médico para otro tipo de padecimientos y en parte para llevar un tratamiento contra la COVID-19; actividades que fueron adoptadas desde el comienzo de la pandemia y que en algunos casos se mantuvieron y llegaron a ser potencializadas.

La pandemia fue cambiando la perspectiva de varias personas, fue observada como si no fuera tan importante o por otro lado el temor se incrementó, generó dudas con respecto a la convivencia con otras personas en diversos ambientes, principalmente los mayores cambios se comenzaron a generar dentro del hogar y van modificando los comportamientos en espacios externos al hogar; somos seres en constante cambio que se van adaptando a nuevas circunstancias, la enfermedad dejó varios aprendizajes en muchas personas uno de los más importantes es apreciar a los seres queridos que están cerca y los momentos agradables con los demás, cuidándose a sí mismo y a quienes les rodean.

Desde la psicología permitirá seguir conociendo aún más aspectos que se han ido presentando con el paso del tiempo desde el comienzo de la pandemia por COVID-19, a pesar de que ya se han cumplido tres años desde que inicio, aun no se da por terminada la pandemia debido a que se siguen presentando casos de personas contagiadas, será importante analizar la reacción de la sociedad cuando se dé la noticia del terminó de pandemia, si habrá cambios en la perspectiva que se tiene sobre la enfermedad o si se seguirá presentando el mismo comportamiento.

Considerado como principal limitante de la investigación, sería al inicio de la pandemia, tiempo en el que se contaba con poca información sobre el tema y posteriormente durante la realización de las entrevistas que fueron en línea con la finalidad de mantener una sana distancia para evitar la propagación de la enfermedad. Existieron pocas problemáticas con los horarios acordados para llevar a cabo las videollamadas, así como ligeros inconvenientes con respecto a la conexión a internet de la población entrevistada, lo cual este último en específico para algunos casos impedía que las mujeres entrevistadas se pudieran expresar por completo. Por otra parte, al inicio de la investigación se tuvieron contempladas a diez participantes sin embargo, por problemas de horarios, conexión y falta de participación de la persona que formaría parte de la investigación, la última entrevista no se logró llevar a cabo.

## **Sugerencias a partir de los resultados**

A partir de los resultados obtenidos de las entrevistas realizadas a las 9 amas de casa de la ubicación seleccionada y por medio de lo acordado con la teoría será importante tomar en cuenta y considerar que el tema de la presente investigación tiene más ámbitos en los cuales se puede enfocar de acuerdo a las áreas que llegaron a afectar a la sociedad mexicana en específico, se podría desde el área psicológica tener acceso a nuevos conocimientos sobre los efectos psicosociales en diversas poblaciones sean rurales o urbanas, en otros estados de la república.

Si bien el núcleo familiar es el más importante, también desde el ámbito laboral se podrían conocer más hallazgos sobre cómo se vivió la pandemia así como el posible aumento de Burnout y conocer las estrategias implementadas por empresas u organizaciones para llevar a cabo Home Office, abriendo nuevos espacios de investigación dirigidos a diversas edades pudiendo comenzar por los efectos que tuvieron los niños de primaria, secundaria y pasando a edades más grandes como la universidad, los sentimientos que experimentaron de graduarse en línea y la experiencia que vivieron de llevar clases en línea durante un tiempo prolongado.

Así como implementar investigaciones que logren dar a conocer si existen cambios biológicos en el ser humano a partir de los efectos que tuvo la vacuna en mujeres embarazadas y específicamente las consecuencias o beneficios que se presentaron en los bebés que nacieron en los últimos años, permitirá conocer las ventajas de difundir información sobre los cuidados que se deben tener para continuar previniendo contagios así como continuar difundiendo la importancia de la salud mental para el mejor desempeño de toda persona en todos los ámbitos.

Permitiendo conocer más a detalle el impacto social y psicológico que tuvo y/o podría seguir teniendo la pandemia por COVID-19, llegando a facilitar medidas de prevención en futuros casos en los que se llegará a presentar una situación similar o se volviera a presentar una gran ola de contagios y permitiendo la implementación de nuevas estrategias para el tratamiento de enfermedades mentales así como nuevas maneras de llevar a cabo tratamientos a distancia.

## Referencias

- Alarcón, E., Prieto, P., Cabrera, C. E., Rey, P., García, N., & Robles, M. (2020). Guía para las personas que sufren una pérdida en tiempos de coronavirus (COVID-19). *Instituto de Psicoterapia Integrativa Relacional*. <http://www.ipirduelo.com/wp-content/uploads/GUI%CC%81A-DUELO-COVID19-2020.pdf>
- Arias-Ortiz, W. y Muñoz-Muñoz, S. (2021). El COVID-19: una visión desde lo biopsicosocial y cultural. *Revista Salud Pública* 23(2). 1 – 4. <https://revistas.unal.edu.co/index.php/revsaludpublica/article/download/89978/82892/567986>
- Aquije-Niño de Guzmán, C. (2018). Home Office Estrategia para la motivación y eficiencia organizacional. *MBA de la Universidad de Palermo* 18. 337 – 351. [https://www.palermo.edu/economicas/cbrs/pdf/pbr18/PBR\\_18\\_17.pdf](https://www.palermo.edu/economicas/cbrs/pdf/pbr18/PBR_18_17.pdf)
- Asociación de Neumología y Cirugía Torácica del SUR (2020). Documento General COVID-19. *NEUMOSUR*. 1 – 15. <https://www.neumosur.net/files/noticias/2020/Coronavirus/Documento%20General%20COVID-19.pdf>
- Asociación Española de Neuropsiquiatría. (2020). A POYO AL DUELO durante esta epidemia de coronavirus. *OME-AEN -Osasun Mentalaren Elkarte, integrada en Asociación Española de Neuropsiquiatría*. 1 – 10. [http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/APOYO%20AL%20DUELO%20%20durante%20esta%20epidemia%20de%20coronavirus\\_0.pdf](http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/APOYO%20AL%20DUELO%20%20durante%20esta%20epidemia%20de%20coronavirus_0.pdf)
- Apaza, C., Seminario-Sanz, R. y Santa-Cruz, J. (2020). Factores psicosociales durante el confinamiento por el Covid-19 – Perú. *Revista Venezolana de Gerencia* 25(90). 402 – 410. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29063559022>
- Avedaño-Castro, W., Hernández-Suárez, C. y Prada-Nuñez, R. (2020). Impacto social del Covid-19 en un contexto de informalidad. *Revista Espacios*. 41(42). 39 – 51. <https://repositorio.ufps.edu.co/bitstream/handle/ufps/558/Impacto%20social%20del%20Covid-19%20en%20un%20contexto%20de%20informalidad.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ávila-De Tomás, J. (2020). Coronavirus COVID-19; Patogenia, prevención y tratamiento. *SALUSPLAY*.

<https://sostelemedicina.ucv.ve/covid19/manuales/Patogenia,%20prevencion%20y%20tratamiento%20del%20Covid19.pdf>

Barahona-Gomáriz, J. (2020). Impacto social de COVID-19. *Reflexiones COVID-19 La mirada de las Facultades. Trabajo Social.* 1 – 4. <https://www.ucm.es/tribunacomplutense/revcul/tribunacomplutense/doc25015.pdf>

Basin, J. (2020). Distanciamiento social. *Public health.* <https://sjbpublichealth.org/wp-content/uploads/2020/03/Social-Distancing-SPANISH.pdf>

Bedoya-Pastrana, P, Díaz-Sotomayor, M y Romero-Ballesteros, A. (2020). Relaciones psicosociales para construir ambientes familiares óptimos en medio de la pandemia por Covid-19. *Corporación Universitaria del Caribe - CECAR.* <https://repositorio.cecar.edu.co/bitstream/handle/cecar/8600/Cap%2012.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Brook, S., Webster, R., Smith, L., Woodland, I., Wessely, S., Greenberg, N. y James-Rubin, G. (2020). *The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. The Lancet* 395. [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(20\)30460-8/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(20)30460-8/fulltext)

Cañas-Jiménez, S., Quirós-Herranz, S., González-Yago, M., Álvarez-Hernández, A., Alemán-Gutiérrez, B. y Herrera-Rodríguez, J. (2021). De la Hipocondría al Delirio Somático. *Interpsiquis Congreso Virtual Internacional de Psiquiatría, Psicología y Salud Mental.* <https://psiquiatria.com/congresos/pdf/1-8-2021-24-PON9.pdf>

Casares-García, E. (2008). La función de la mujer en la familia, principales enfoques teóricos. *Revista de Ciencias Sociales* 36. 1 – 21. <https://www.redalyc.org/pdf/4959/495950229003.pdf>

Castañeda-Gullot, C. y Ramos-Serpa, G. (2020). Principales pandemias en la historia de la humanidad. [Artículo de revisión]. *Revista Cubana de Pediatría* 92. 1 – 24. <http://scielo.sld.cu/pdf/ped/v92s1/1561-3119-ped-92-s1-e1183.pdf>

Castellanos-Torres, E., Tomás-Mateos, J. y Chilet-Rosell, E. (2020). COVID-19 en clave de género. *Open Access* 34(5). 419 – 421. <https://www.scielosp.org/pdf/gs/2020.v34n5/419-421/es>

- Celis, F. (2018). Más de la mitad de las amas de casa y madres de la CDMX tienen dos trabajos. *México Forbes Economía y Finanzas*, pág. 1. <https://www.forbes.com.mx/amas-de-casa-buscan-ingresos-extra-hasta-por-jornadas-completas/>
- CEPAL. (2020) América latina y el caribe ante la pandemia del COVID-19. Efectos económicos y sociales. Informe Especial COVID-19. *Informe Especial COVID-19* 1. 1 – 15. [https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/45337/4/S2000264\\_es.pdf](https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/45337/4/S2000264_es.pdf)
- Chacón-Fuertes, F., Fernández-Hermida, J., & García-Vera, M. (2020). La psicología ante la pandemia de la COVID-19 en España. La respuesta de la organización colegial. *Clínica y Salud*, 31(2), 119 – 123. <https://doi.org/10.5093/clysa2020a18>
- Chamarro, A. (2020). Impacto psicosocial del COVID-19: algunas evidencias, muchas dudas por resolver. *Revista de Psicología, Ciències de l'Educació i de l'Esport* 38(1). 9 – 12. <https://www.raco.cat/index.php/Aloma/article/download/371868/465459/>
- Clínica de Psicología. (2020). Duelo ante el impacto del covid-19: cómo sobrellevarlo. *Universidad de Valencia Fundació Lluís Alcanyís*. 1 – 5. <https://copsctenerife.es/wp-content/uploads/2020/04/DUELO-GUIA.pdf>
- Comisión Interamericana de Mujeres. (2020). COVID-19 en la vida de las mujeres Razones para reconocer los impactos diferenciados. *Organización de los Estados Americanos*. <https://www.oas.org/es/cim/docs/ArgumentarioCOVID19-ES.pdf>
- Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC). (2020). Una visión global de la pandemia Covid-19: qué sabemos y qué estamos investigando desde el CSIC. *Ministerio de Ciencia e Innovación*. [https://www.csic.es/sites/default/files/informe\\_cov19\\_pti\\_salud\\_global\\_csic\\_v2\\_1.pdf](https://www.csic.es/sites/default/files/informe_cov19_pti_salud_global_csic_v2_1.pdf)
- Cuevas-Parra, P, Stephano, M. (2020). Las voces de los niños y niñas en tiempos de COVID-19. Activismo permanente de los niños y niñas a pesar de los desafíos personales. *World Vision*. <https://www.wvi.org/sites/default/files/2020-08/WV-Las%20voces%20de%20los%20ni%C3%B1os%20y%20ni%C3%B1as%20en%20tiempos%20de%20COVID-19.pdf>
- Díaz-González, E. (2020). Efectos económicos del coronavirus COVID-19 en la economía de México. *El Colegio de la Frontera Norte*. 1 – 18.

<https://www.colef.mx/wp-content/uploads/2020/05/articulo-divulgacio%CC%81n-eliseo-diaz-11may20-1.pdf>

Díaz-Castrillón, F. y Toro-Montoya, A. (2020). SARS-CoV-2/COVID-19: el virus, la enfermedad y la pandemia. [Artículo de Revisión]. *Medicina y Laboratorio* 24(3). 183 – 205. <http://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/05/1096519/covid-19.pdf>

División de Salud Pública. (2009). Aislamiento y Cuarentena. *Servicios de Salud y Sociales de Delaware*. 1 – 2. <https://dhss.delaware.gov/dhss/dph/files/isolandquarpisp.pdf>

División Prevención y Control de Enfermedades., Departamento de Inmunizaciones., Subsecretaría de Salud Pública. (2021). Ficha vacuna contra SARS-COV-2 Vacuna Convidencia – Laboratorio Cansino Biologicals INC. *Ministerio de Salud, Gobierno de Chile*. 1 – 6. [https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2021/06/Ficha-de-vacuna-Convidecia-Laboratorio-Cansino-Biologicals-Inc\\_.pdf](https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2021/06/Ficha-de-vacuna-Convidecia-Laboratorio-Cansino-Biologicals-Inc_.pdf)

De Francisco, A. (2021). Vacuna SARS-COV2 marzo 2021. *Servicio de Nefrología HU Valdecilla Santander*. 1 – 7. <https://www.nefrologiaaldia.org/es-pdf-vacunas-sars-cov2-marzo-2021-366>

Escudero, X., Guarner, J., Galindo-Fraga, A., Escudero-Salamanca, M., Alcocer-Gamba, M. y Del Río, C. (2020). La pandemia de coronavirus SARS-CoV-2 (COVID-19): situación actual e implicaciones para México. *Cardiovascular and Metabolic Science* 31(3). 170 – 177. <https://www.medigraphic.com/pdfs/cardiovascular/cms-2020/cmss203c.pdf>

Esquivel G. (2020). Los impactos económicos de la pandemia en México. *Banco de México*. 1 – 18. <https://www.banxico.org.mx/publicaciones-y-prensa/articulos-y-otras-publicaciones/%7BD442A596-6F43-D1B5-6686-64A2CF2F371B%7D.pdf>

Factor Capital Humano. (2020). Home office y el experimento en tiempos de pandemia. *IDC Online*. <https://idconline.mx/laboral/2020/04/06/home-office-y-el-experimento-en-tiempos-de-coronavirus>

Fernández-Rodríguez, C. y Fernández-Martínez, R. (2001). Tratamientos psicológicos eficaces para la hipocondría. *Psicothema* 13(3). 407 – 418. <https://www.redalyc.org/pdf/727/72713306.pdf>

García, C. y Hernández, N. (2020). Comunidad LGBT sufre violencia y discriminación en casa. *MILENIO*.



<https://www.milenio.com/politica/comunidad/covid-19-comunidad-lgbt-sufre-violencia-discriminacion-casa>

Gallo, G. (2020). Por contingencia, transforma su casa en un aula provisional. *Informador.mx*. <https://www.informador.mx/jalisco/Por-contingencia-transforma-su-casa-en-un-aula-provisional--20200420-0006.html>

Guerrero-Aguilar, F. (2020). Feminicidios en México: La otra pandemia. *Periódico El Sol de San Luis*. <https://www.elsoldesanluis.com.mx/analisis/feminicidios-en-mexico-la-otra-pandemia-5846779.html>

Gómez-Macfarland, A. y Sánchez-Ramírez, M. (2020). Violencia familiar en tiempos de Covid. *Mirada Legislativa. Instituto Belisario Domínguez* 187. 1 – 34. [http://bibliodigitalibd.senado.gob.mx/bitstream/handle/123456789/4891/ML\\_187.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://bibliodigitalibd.senado.gob.mx/bitstream/handle/123456789/4891/ML_187.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Grupo Técnico Asesor de Vacunación Covid-19 (2021). Priorización inicial y consecutiva para la vacunación contra SARS-CoV-2 en la población mexicana. Recomendaciones preliminares. [Artículo Especial]. *Centro de Investigación Sobre Enfermedades Infecciosas* 63(2). 286 – 307. <https://www.medigraphic.com/pdfs/salpubmex/sal-2021/sal212p.pdf>

Hernández-Rodríguez, J. (2020). Impacto de la COVID-19 sobre la salud mental de las personas. *Medicentro Electrónica. Medicentro Electrónica*. 24(3). 578 – 594. <http://scielo.sld.cu/pdf/mdc/v24n3/1029-3043-mdc-24-03-578.pdf>

Herrera, B. (2020). Cuarentena multiplicó el trabajo de las amas de casa. *El Heraldo*. <https://www.elheraldodejuarez.com.mx/local/cuarentena-multiplico-el-trabajo-de-las-amas-de-casa-noticias-de-ciudad-juarez-5219231.html>

IECS. (2020). Vacunas contra la COVID-19. [Documento preliminar en Consulta Pública]. *Informe de Respuesta Rápida* 184. 1 – 18. <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/12/1140939/iecs-irr-814-va-1-3.pdf>

Instituto Nacional de Salud Pública. (2020). Signos, síntomas y prevención. *Gobierno de México*. <https://www.insp.mx/nuevo-coronavirus-2019/signos-sintomas-prevencion.html>

Larrotta-Castillo, R., Méndez-Ferreira, A., Mora-Jaimes, C., Córdoba-Castañeda, M. y Duque-Moreno, J. (2020). Pérdida, duelo y salud mental en tiempos de pandemia. *Revista de la Universidad Industrial de Santander* 52(2). 179 – 180. <http://www.scielo.org.co/pdf/suis/v52n2/2145-8464-suis-52-02-179.pdf>

- Lang, U. y Borgwardt, S. (2013). Molecular Mechanisms of Depression: Perspectives on New Treatment Strategies. *Cellular Physiology and Biochemistry* 31. 761 – 777. <https://www.karger.com/Article/PDF/350094>
- León-Lara, X., y Otero-Mendoza, F. (2020). Desarrollo de vacunas contra SARS-CoV-2. [Artículo Especial]. *Acta Pediátrica de México* 41(1). 23 – 26. <https://www.medigraphic.com/pdfs/actpedmex/apm-2020/apms201e.pdf>
- Lozano-Díaz, A., Fernández-Prados, J., Figueredo-Canosa, V. y Martínez-Martínez, A. (2020). Impactos del confinamiento por el COVID-19 entre universitarios: Satisfacción Vital, Resiliencia y Capital Social online. *International Journal of Sociology of Education* 9(1). 81 – 104. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7495555.pdf>
- Lozano-Vargas, A. (2020). Impacto de la epidemia del Coronavirus (COVID-19) en la salud mental del personal de salud y en la población general de China. [Artículo Especial]. *Revista de Neuropsiquiatría* 83(1). 51 – 56. <https://revistas.upch.edu.pe/index.php/RNP/article/view/3687/4087>
- Lozano, G. y Álvarez, I. (2020). ¿Cuál será la nueva normalidad a partir de la crisis del COVID-19? *EY Construyendo un Mejor Entorno de Negocios*. 1 – 18. [https://assets.ey.com/content/dam/ey-sites/ey-com/es\\_mx/topics/covid-19/ey-nueva-normalidad-covid-19.pdf?download](https://assets.ey.com/content/dam/ey-sites/ey-com/es_mx/topics/covid-19/ey-nueva-normalidad-covid-19.pdf?download)
- Maguiña-Vargas, C., Gastelo-Acosta, R. y Tequen-Bernilla, A. (2020). El nuevo Coronavirus y la pandemia del Covid-19. *Revista Med Hered* 31. 125 – 131. <http://www.scielo.org.pe/pdf/rmh/v31n2/1729-214X-rmh-31-02-125.pdf>
- Maroto-Vela, M. y Piedrola-Angulo, G. (2020). Los coronavirus. *ANALES RANM Revista Fundada en 1879* 136(3). 235 – 238. [https://analesranm.es/wp-content/uploads/2019/numero\\_136\\_03/pdfs/ar136-rev01.pdf](https://analesranm.es/wp-content/uploads/2019/numero_136_03/pdfs/ar136-rev01.pdf)
- Ministerio de Salud (2020). Cuarentena en tiempos de COVID-19. *Gobierno de Chile*. 1 – 36. [https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2020/04/2020.04.12\\_GUIA-PRACTICA-CUARENTENA-EN-TIEMPOS-DE-COVID19\\_final.pdf](https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2020/04/2020.04.12_GUIA-PRACTICA-CUARENTENA-EN-TIEMPOS-DE-COVID19_final.pdf)
- Ministerio de Sanidad (2021). Enfermedad por coronavirus, COVID-19. *Dirección General de Salud Pública, Calidad e Innovación*. 1 – 111. <https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov/documentos/ITCoronavirus.pdf>
- Moreno, J., Cestona, I. y Camarena, P. (2020). Impacto emocional de la pandemia por COVID-19. *Madrid Salud*. 1 – 51. <http://madridsalud.es/wp-content/uploads/2020/06/GuiaImpactopsicologico.pdf>

- Murueta, E. (2020). La salud psicológica en tiempos del Coronavirus 19. *Integración Académica en Psicología*, 8(23), 11 – 21. <https://integracion-academica.org/attachments/article/272/02%20Salud%20psicologica%20-%20MEMurueta.pdf>
- Naranjo-Domínguez, A. y Valdés-Martín, A. (2020). COVID-19. Punto de vista del cardiólogo. *Revista Cubana de Cardiología y Cirugía Cardiovascular*. 26(1). <https://www.medigraphic.com/pdfs/cubcar/ccc-2020/ccc201a.pdf>
- Observatorio Nacional Ciudadano. (2020). El confinamiento como agravante de la violencia familiar. *Observatorio Nacional Ciudadano Seguridad, Justicia y Legalidad*. 1 – 23. <https://cieg.unam.mx/covid-genero/pdf/reflexiones/sociedad-civil/25-confinamiento-agravante-violencia-familiar.pdf>
- Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito UNODC. (2020). Monitoreando la violencia contra las mujeres durante el confinamiento por la pandemia del COVID-19. *Centro de excelencia para Información Estadística de Gobierno, Seguridad pública, Victimización y Justicia*. 1 – 5. [https://www.unodc.org/documents/mexicoandcentralamerica/2020/CdE/Monitoreando\\_la\\_violencia\\_contra\\_las\\_mujeres\\_durante\\_el\\_confinamiento\\_por\\_la\\_pandemia\\_del\\_COVID-19.pdf](https://www.unodc.org/documents/mexicoandcentralamerica/2020/CdE/Monitoreando_la_violencia_contra_las_mujeres_durante_el_confinamiento_por_la_pandemia_del_COVID-19.pdf)
- Organización Mundial de la Salud OMS. (2010). *¿Qué es una pandemia?* Recuperado el 01 de noviembre de 2020, de [https://www.who.int/csr/disease/swineflu/frequently\\_asked\\_questions/pandemic/es/](https://www.who.int/csr/disease/swineflu/frequently_asked_questions/pandemic/es/)
- Organización Mundial de la Salud OMS. (2020). *Consideraciones para la cuarentena de los contactos de casos de COVID-19*. Recuperado el 16 de noviembre de 2020, de [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/333968/WHO-2019-nCoV-IHR\\_Quarantine-2020.3-spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/333968/WHO-2019-nCoV-IHR_Quarantine-2020.3-spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Organización Mundial de la Salud OMS. (2020). *Criterios para poner fin al aislamiento de los pacientes de COVID-19*. Recuperado el 18 de noviembre de 2020, de [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/332997/WHO-2019-nCoV-Sci\\_Brief-Discharge-From\\_Isolation-2020.1-spa.pdf](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/332997/WHO-2019-nCoV-Sci_Brief-Discharge-From_Isolation-2020.1-spa.pdf)
- Organización Mundial de la Salud OMS, (2020). *Enfermedad por el coronavirus (COVID-19)*. Recuperado el 11 de septiembre de 2020, de <https://www.paho.org/es/tag/enfermedad-por-coronavirus-covid-19>.
- OPS. (2020). Actualización Epidemiológica, Nuevo coronavirus (COVID-19). *Organización Mundial de la Salud*. 1 – 9.

<https://www.paho.org/sites/default/files/2020-02/2020-feb-28-phe-actualizacion-epi-covid19.pdf>

- OPS. (2020). COVID-19 y violencia contra la mujer. Lo que el sector y el sistema de salud pueden hacer. *Organización Mundial de la Salud*. 1 – 4. [https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/52034/OPSNMHMHCovid19200008\\_spa.pdf](https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/52034/OPSNMHMHCovid19200008_spa.pdf)
- OPS. (2020). *Recomendaciones: Preparación del hogar y estadía prolongada en aislamiento domiciliario*. Recuperado el 17 de noviembre de 2020, de [https://www.paho.org/mex/index.php?option=com\\_docman&view=download&slug=1519-aislamiento-domiciliario&Itemid=493](https://www.paho.org/mex/index.php?option=com_docman&view=download&slug=1519-aislamiento-domiciliario&Itemid=493)
- OPS. (2021). *Introducción a la vacuna contra la COVID-19: Orientaciones para determinar los grupos prioritarios y elaborar la microplanificación*. Recuperado el 15 de Enero de 2021, de [https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/53250/OPSFPLIMCOVID-19210008\\_por.pdf?sequence=5](https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/53250/OPSFPLIMCOVID-19210008_por.pdf?sequence=5)
- Ovalle-Quiñones, M. y Vásquez-Tirado, G. (2020). Cibercondría: Un nuevo ente clínico en el contexto de la pandemia por COVID-19. *Revista Cuerpo Médico* 13(4). 418 – 426. <http://www.scielo.org.pe/pdf/rcmhnaaa/v13n4/2227-4731-rcmhnaaa-13-04-418.pdf>
- Pérez-López, E., Vázquez-Atochero, A., y Cambero-Rivero, S. (2021). Educación a distancia en tiempos de COVID-19: Análisis desde la perspectiva de los estudiantes universitarios. *RIED Revista Iberoamericana de Educación a Distancia* 24(1). 331 – 342. <https://www.redalyc.org/jatsRepo/3314/331464460016/331464460016.pdf>
- Pérez-Nieto, O., Zamarrón-López, E., Guerrero-Gutierrez, M., Soriano-Orozco, R., Figueroa-Uribe, A., López-Fermín, J., Osorio-Ruiz, A., Uribe-Moya, S., Morgado-Villaseñor, L., Flores-Ramírez, R., David-Salmerón, J., Gasca-Aldama, J. y Deloya-Tomas, E. (2020). Protocolo de manejo para la infección por COVID-19. [Tema de Revisión]. *Med Crit* 34(1). 43 – 52. <https://www.medigraphic.com/pdfs/medcri/ti-2020/ti201c.pdf>
- Pérez-Abreu, M., Gómez-Tejeda, J. y Dieguez-Guach, R. (2020). Características clínico-epidemiológicas de la COVID-19. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*. 19(2). 1 – 15. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1729-519X2020000200005](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-519X2020000200005)

- Picazo, J. (2020). Vacuna frente al COVID-19. *Sociedad Española de Quimioterapia: Infección y Vacunas. Versión 2.5*. 1 – 12. <https://seq.es/wp-content/uploads/2020/12/vacunas-covid-2.5.pdf>
- Piña-Ferrer, L. (2020). El COVID-19: Impacto psicológico en los seres humanos. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria de Ciencias de la Salud. SALUD Y VIDA* 7(4). 188 – 199. <http://dx.doi.org/10.35381/s.v.v4i7.670>
- Pita-Díaz, R. (2017). Aislamiento social y soledad en una muestra aleatoria poblacional de 65 y más años [tesis de doctorado, Universidad Miguel Hernández]. Departamento de Medicina Clínica. <http://dspace.umh.es/bitstream/11000/4850/1/TD%20Pita%20D%20C3%ADa%20z%20C%20Rosario.pdf>
- PNUD. (2020). Desafíos de desarrollo ante la COVID-19 en México. Panorama socioeconómico. *PNUD LAC C19* 13. 1 – 34. [https://www.latinamerica.undp.org/content/rblac/es/home/library/crisis\\_prevention\\_and\\_recovery/desafios-de-desarrollo-ante-la-covid-19-en-mexico--panorama-soci.html](https://www.latinamerica.undp.org/content/rblac/es/home/library/crisis_prevention_and_recovery/desafios-de-desarrollo-ante-la-covid-19-en-mexico--panorama-soci.html)
- Porlán, R. (2020). El cambio de la enseñanza y el aprendizaje en tiempos de pandemia. *Revista de Educación Ambiental y Sostenibilidad* 2(1). 1 – 7. DOI: 10.25267/Rev\_educ\_ambient\_sostenibilidad.2020.v2.i1.1502
- Quintanilla-Navarro, R. (2017). El teletrabajo: de la dispersión normativa presente a la necesaria regulación normativa europea y estatal futura. *Universidad Rey Juan Carlos, Madrid*. 1 – 12. [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---europe/---ro-geneva/---ilo-madrid/documents/article/wcms\\_548615.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---europe/---ro-geneva/---ilo-madrid/documents/article/wcms_548615.pdf)
- Ríos, G. (2020). El impacto económico de la crisis del coronavirus en América Latina: canales de transmisión, mitigantes y respuestas de políticas públicas. *Real Instituto Elcano* 73. 1 – 10. <http://www.realinstitutoelcano.org/wps/wcm/connect/a2460194-3b6a-445d-99c6-5734fd65eaf6/ARI73-2020-Rios-Impacto-economico-de-crisis-coronavirus-en-America-Latina.pdf?MOD=AJPERES&CACHEID=a2460194-3b6a-445d-99c6-5734fd65eaf6>
- Rodríguez-Pedraza, Y. (2020). La feminización de la pandemia COVID19 en México. *Revista Venezolana de Gerencia* 25(90). 414 – 422. <https://www.redalyc.org/jatsRepo/290/29063559023/29063559023.pdf>

- Sanmartín-Esplugues, J. (2007). ¿Qué es violencia? Una aproximación al concepto y a la clasificación de la violencia. *Revista de Filosofía* 9(21). 9 – 22. [https://online.ucv.es/resolucion/files/daimon\\_violencia.pdf](https://online.ucv.es/resolucion/files/daimon_violencia.pdf)
- Secretaría de Salud (2020). Lineamientos para la prevención, detección y atención de COVID-19 en niñas, niños y adolescentes (NNA). *Gobierno de México*. 1 – 47. [https://coronavirus.gob.mx/wp-content/uploads/2020/05/Lineamientos\\_prevenccion\\_deteccion\\_atencion\\_COVID\\_NNA-1.pdf](https://coronavirus.gob.mx/wp-content/uploads/2020/05/Lineamientos_prevenccion_deteccion_atencion_COVID_NNA-1.pdf)
- Sierra, J., Ortega, V. y Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista Mal-estar E Subjetividad* 3(1). 10 – 59. <https://www.redalyc.org/pdf/271/27130102.pdf>
- Sociedad Argentina de Virología. (2020). INFORME SARS COV-2. *División de la Asociación Argentina de Microbiología*. 1 – 60. [https://aam.org.ar/src/img\\_up/22032020.0.pdf](https://aam.org.ar/src/img_up/22032020.0.pdf)
- Terry-Jordán, Y., Bravo-Hernández, N., Elias-Armas, K. y Espinosa-Carás, I. (2020). Aspectos psicosociales asociados a la pandemia por COVID-19. *Revista Información Científica* 99(6). 585 – 595. <https://www.redalyc.org/journal/5517/551765549010/551765549010.pdf>
- Torres-López, J. (2020). ¿Cuál es el origen del SARS-CoV2?. *Revista de Medicina del Instituto Mexicano del Seguro Social*. 1 – 2. <https://www.medigraphic.com/pdfs/imss/im-2020/ims201a.pdf>
- UNESCO. (2020). La educación en tiempos de la pandemia de COVID-19. *Informe COVID-19 CEPAL-UNESCO*. 1 – 21. [https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/45904/1/S2000510\\_es.pdf](https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/45904/1/S2000510_es.pdf)
- Urzúa, A., Vera, P., Caqueo, A. y Polanco, R. (2020). La psicología en la prevención y manejo del COVID-19, aportes desde la evidencia inicial. *Terapia Psicológica*. 38(1). 103–118. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/terpsicol/v38n1/0718-4808-terpsicol-38-01-0103.pdf>

## Anexos

### Anexo 1. Carta de consentimiento informado



Universidad Autónoma del Estado de México  
Facultad de Ciencias de la Conducta  
Licenciatura en Psicología



## CARTA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Fecha: \_\_\_\_\_

Estimado participante

P R E S E N T E:

Por medio de la presente se le hace una atenta invitación, para que participe en el proyecto de investigación para el proceso de titulación de las alumnas Alondra Lizbeth Álvarez Navarro y Clara Daniela López Rodríguez, en la Universidad Autónoma del Estado de México, denominado “Efectos psicosociales del confinamiento por COVID-19 percibidos por las amas de casa”, cuyo responsable es la Dra. Rosalinda Guadarrama Guadarrama.

Teniendo como objetivo analizar los efectos psicosociales que ha traído el confinamiento en las familias desde la percepción de las amas de casa, debido a que la presencia de la pandemia por el COVID-19 han surgido distintos factores tanto negativos como positivos dentro de las familias que pueden afectar o beneficiar su comportamiento entre las mismas, los cuales en las mayores ocasiones son percibidos fácilmente por las amas de casa.

La investigación se realizará con amas de casa, que residan del centro de la comunidad de Almoloya de Juárez. La participación consiste en pequeñas sesiones en línea, las cuales se realizarán por medio de un enlace para que puedan tener acceso a cada una de las sesiones, para lo cual será necesario que tenga acceso a algún dispositivo

electrónico con acceso a internet (celular, tableta, computadora), dentro de las sesiones se aplicará una entrevista a profundidad, en la cual cada una de las amas de casa se podrán expresar abiertamente ya que cada uno de los datos serán confidenciales con fines académicos. Además, su participación es voluntaria, confidencial y sin costo alguno. Usted podrá retirarse del estudio en el momento que así lo desee. Cabe señalar que no se consideran rasgos para la salud física y mental de quien participa.

Los investigadores solo tendrán acceso a cada uno de los datos que usted nos proporcione, para ser tratados de forma cualitativa. La información recabada será empleada con fines de conocimiento, por lo que podrán ser usados, difundidos y publicados en medios impresos y electrónicos, así como en eventos de índole académico.

De esta forma, solicitamos, deje constancia de que ha sido informado de las características de la investigación, que han sido aclaradas sus dudas y por lo tanto da su consentimiento para participar en el proyecto.

En dado caso que le llegara a surgir alguna duda sobre su participación dentro del proyecto se puede acercar a las alumnas o realizar una llamada a los números 72-27-46-04-05 o 72-21-50-63-94.

Nombre y firma del participante: \_\_\_\_\_

Teléfono del participante: \_\_\_\_\_



## Anexo 2. Entrevista a profundidad



Universidad Autónoma del Estado de México  
Facultad de Ciencias de la Conducta  
Licenciatura en Psicología



### Entrevista a profundidad

#### EFFECTOS PSICOLÓGICOS

##### Ansiedad.

1. Ante la noticia de la cuarentena, ¿Cuáles fueron sus pensamientos más recurrentes?
2. ¿Qué pensamientos le produce el tener conocimiento de las actualizaciones referentes a la pandemia?
3. ¿Ha observado un aumento de ansiedad en los integrantes de la familia durante el confinamiento?
4. ¿Hay situaciones específicas que a usted o su familia le producen ansiedad?
5. ¿Ha desarrollado algún temor durante la pandemia?
6. ¿Tiene un tiempo específico para pasar en familia y disminuir el estrés?

##### Depresión.

7. ¿Ha notado cambios emocionales dentro de su familia?
8. ¿Qué tipo de noticias le producen tristeza?
9. ¿Se ha presentado alguna pérdida dentro de su familia? ¿Cómo se ha sentido a partir de ese día?
10. ¿Ha perdido el interés en realizar actividades? ¿Si es así cuáles serían?

11. ¿Ha observado una falta de interés en las actividades de los demás integrantes?

## **EFFECTOS SOCIALES**

### **Aislamiento.**

12. ¿Sigue teniendo contacto con otros familiares o amigos durante este tiempo de confinamiento?

13. ¿Se ha alejado de familiares o amigos en estos meses?

14. ¿Qué razones tiene para alejarse de familiares o amigos durante estos meses?

15. ¿Piensa que los integrantes de la familia se han alejado de los demás?

16. ¿Qué comportamientos le hace pensar que los integrantes se están alejando entre sí?

17. Durante la cuarentena, ¿Los integrantes de la familia compartían espacios o cada uno tiene un espacio definido?

### **Hipocondría.**

18. ¿Ha experimentado síntomas relacionados con el coronavirus?

19. ¿Ha observado síntomas similares en los integrantes de su familia?

20. ¿Qué padecimientos ha experimentado durante la cuarentena?

21. ¿Han tenido visitas al médico por algún síntoma en específico?

22. Durante este tiempo, ¿ha considerado el uso de tratamientos caseros de prevención?