



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE ENFERMERÍA

**“ESTRÉS Y ANSIEDAD EN LOS ESTUDIANTES DE PRIMARIA EN TIEMPOS DE
COVID-19”**

Requisito previo para optar por el Título de Licenciada en Enfermería

Modalidad: Artículo Científico

Autora:

Casa Toapanta, Jessica Alexandra

Tutora:

Dra. Guarate Coronado, Yeisy Cristina,

Ambato – Ecuador

Noviembre, 2021

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutora del Artículo Científico sobre el tema:

“ESTRÉS Y ANSIEDAD EN LOS ESTUDIANTES DE PRIMARIA EN TIEMPOS DE COVID-19” desarrollado por Jessica Alexandra Casa Toapanta estudiante de la Carrera de Enfermería, considero que reúne los requisitos técnicos, científicos y corresponden a lo establecido en las normas legales para el proceso de graduación de la Institución; por lo mencionado autorizo la presentación de la investigación ante el organismo pertinente, para que sea sometido a la evaluación de docentes calificadores designados por el H. Consejo Directivo de la Facultad de Ciencias de la Salud.

Ambato, Noviembre del 2021

LA TUTORA



Firmado electrónicamente por:

**YEISY CRISTINA
GUARATE CORONADO**

Dra. Guarate Coronado Yeisy Cristina

CC:1758443640

AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Los criterios emitidos en el Artículo Científico **“ESTRÉS Y ANSIEDAD EN LOS ESTUDIANTES DE PRIMARIA EN TIEMPOS DE COVID-19”**, como también los contenidos, ideas, análisis, conclusiones, son de autoría y exclusiva responsabilidad de la compareciente, los fundamentos de la investigación se han realizado en base a recopilación bibliográfica, antecedentes investigativos y pruebas de campo.

Ambato, noviembre del 2021

LA AUTORA

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Jessica Toapanta', written over a grid of horizontal and vertical lines.

Casa Toapanta, Jessica Alexandra

CC:0503709628

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Yo, Dra. Guarate Coronado Yeisy Cristina con CC: 1758443640 en calidad de autora y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación **“ESTRÉS Y ANSIEDAD EN LOS ESTUDIANTES DE PRIMARIA EN TIEMPOS DE COVID-19”**, Autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de este Artículo Científico o parte de él, un documento disponible con fines netamente académicos para su lectura, consulta y procesos de investigación.

Cedo una licencia gratuita e intransferible, así como los derechos patrimoniales de mi Artículo Científico a favor de la Universidad Técnica de Ambato con fines de difusión pública; y se realice su publicación en el repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, siempre y cuando no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autora, sirviendo como instrumento legal este documento como fe de mi completo consentimiento.

Ambato, noviembre 2021



Firmado electrónicamente por:

**YEISY CRISTINA
GUARATE CORONADO**

Dra. Guarate Coronado Yeisy Cristina

CC: 1758443640

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Yo, Casa Toapanta, Jessica Alexandra con CC: 0503709628 en calidad de autora y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación "**ESTRÉS Y ANSIEDAD EN LOS ESTUDIANTES DE PRIMARIA EN TIEMPOS DE COVID-19**", Autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de este Artículo Científico o parte de él, un documento disponible con fines netamente académicos para su lectura, consulta y procesos de investigación.

Cedo una licencia gratuita e intransferible, así como los derechos patrimoniales de mi Artículo Científico a favor de la Universidad Técnica de Ambato con fines de difusión pública; y se realice su publicación en el repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, siempre y cuando no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autora, sirviendo como instrumento legal este documento como fe de mi completo consentimiento.

Ambato, Noviembre 2021



.....
Casa Toapanta, Jessica Alexandra

CC: 0503709628



Memorando N° UPEC-EN-CP-2021-039-M
Tulcán, 4 de octubre de 2021

PARA: Jessica Alexandra Casa Toapanta
Yeisy Cristin Guarate Coronado

ASUNTO: Notificación de publicación

De mi consideración:

A nombre del Consejo Editorial de la Revista Horizontes de Enfermería expreso un cordial y atento saludo, a la vez expreso la felicitación sentida por el esfuerzo realizado en la construcción y corrección del artículo científico titulado:

"ESTRÉS Y ANSIEDAD EN LOS ESTUDIANTES DE PRIMARIA EN TIEMPOS DE COVID-19"

El artículo en mención cumple con los estándares de calidad requeridos para la publicación en la Revista Científica Horizontes de Enfermería por lo que ha sido considerado para su publicación en el volumen N° 11; mismo que será publicado en el mes de diciembre del año 2021.

Particular que comunico para los fines pertinentes.

Atentamente,

RUTH ELIZABETH
SALGADO JIMENEZ
- 0400684874

Firmado digitalmente por
RUTH ELIZABETH SALGADO
DN: cn=RUTH ELIZABETH SALGADO,
c=EC,
Fecha: 2021.10.04 17:53:08
-05'00'

MSc. Ruth Salgado Jiménez
DIRECTORA

Firmado digitalmente por Jacqueline Realpe
Fecha: 2021.10.04 17:53:08 -05'00'
Versión de Adobe Acrobat Reader:
2021.007.20095

MSc. Jacqueline Realpe Sandoval
EDITORA

DEDICATORIA

El presente Artículo Científico lo dedicamos principalmente a Dios, por ser el inspirador y darme fuerza para continuar en este proceso de obtener uno de los anhelos más deseados que es el título de tercer nivel.

A mis padres, mis hermanos y mi hijo, por su amor incondicional, trabajo y sacrificio en todos estos años, gracias a ellos he logrado llegar hasta aquí.

A mi tutora ya que con su guía me a permitido cumplir con satisfacción este proceso para lograr terminar mi procesó de titulación.

A todas las personas que me han apoyado y han hecho que el trabajo se realice con éxito en especial a aquellos que me abrieron las puertas para poder conocer sobre su experiencia en este tiempo de pandemia.

AGRADECIMIENTO

Le agradezco a Dios por guiarme en este camino de formación profesional, por ser mi guía en cada paso, a mis padres por el sacrificio realizado en cada momento de mi vida dándome su apoyo incondicional. A los profesores que siempre estuvieron alentándonos y compartiendo sus conocimientos sin esperar nada a cambio. Finalmente quiero expresar mi más grande y sincero agradecimiento a la Dra. Yeisy Guarate, quien con su dirección, conocimiento, enseñanza y colaboración permitió el desarrollo de este trabajo de una manera exitosa.

ESTRÉS Y ANSIEDAD EN LOS ESTUDIANTES DE PRIMARIA EN TIEMPOS DE COVID-

19

STRESS AND ANXIETY IN ELEMENTARY STUDENTS IN TIMES OF COVID-19

Casa Toapanta Jessica Alexandra. Guarate Coronado Yeisy Cristina.**

*Carrera de Enfermería, Universidad Técnica de Ambato. jcasa9628@uta.edu.ec.
<https://orcid.org/0000-0001-7809-0809>

** Licenciada en Enfermería, Magíster en Enfermería en Salud Reproductiva, Dra. En Enfermería en Salud y Cuidado Humano. Universidad de Carabobo, Venezuela. Docente de la Carrera de Enfermería, Universidad Técnica de Ambato, Ecuador. ORCID <http://orcid.org/0000-0003-1526-4693> correo de contacto: yc.guarate@uta.edu.ec

RESUMEN

La pandemia por el COVID-19 se ha convertido en un problema de salud a nivel mundial, siendo Ecuador uno de los países latinoamericanos más afectados. Esta enfermedad se ha catalogado como un factor desencadenante de estrés en la población, provocado medidas de prevención en todo el mundo. El objetivo principal de este estudio fue identificar las causas que provocan estrés y ansiedad en los estudiantes de primaria en tiempos de COVID-19 en el “Barrio Pupana Sur”. La investigación fue cuantitativa, descriptiva, de corte transversal, donde se tomó en cuenta una muestra censal de 200 estudiantes de primaria. Para la recolección de los datos se utilizaron dos encuestas, el test inventario de estrés cotidiano infantil y, el test de Spencer. De igual manera, se tomaron en cuenta los principios éticos señalados en la Declaración de Helsinki con relación a la investigación en seres humanos, cuidando los principios éticos de respeto, confidencialidad y autonomía de los participantes del estudio. Los resultados obtenidos mostraron un bajo nivel de estrés y ansiedad, en las diferentes categorías, como son, problemas de salud 86,5%, ámbito escolar 81,5%, ámbito familiar 90%, ataque de pánico y agorafobia 96,1%, ansiedad por separación 96,5%, fobia social 91%, miedo al daño físico 94,5%, trastorno obsesivo compulsivo 95%, trastorno de ansiedad generalizada 97,5%. Concluyendo que existe varias razones por lo que el nivel de estrés y ansiedad es bajo entre ellas tenemos, la ayuda constante de los padres de familia, estrategias dinámicas por parte de maestros, permitiendo un buen desempeño académico.

PALABRAS CLAVES: ESTRÉS, ANSIEDAD, COVID-19, ESTUDIANTES DE PRIMARIA

ABSTRACT

The COVID-19 pandemic has become a global health problem, with Ecuador being one of the most affected Latin American countries. This disease has been classified as a trigger of stress in the population, prompting prevention measures around the world. The main objective of this study was to identify the causes that cause stress and anxiety in elementary school students in times of COVID-19 in the “Barrio Pupana Sur”. The research was quantitative, descriptive, cross-sectional, where a census sample of 200 primary school students was taken into account. For data collection, two surveys were used, the infant daily stress inventory test and the Spencer test. Similarly, the ethical principles indicated in the Declaration of Helsinki in relation to research on human beings were taken into account, taking into account the ethical principles of respect, confidentiality and autonomy of the study participants. The results obtained showed a low level of stress and anxiety, in the different categories, such as health problems 86.5%, school environment 81.5%, family environment 90%, panic attack and agoraphobia 96.1%, separation anxiety 96.5%, social phobia 91%, fear of physical harm 94.5%, obsessive compulsive disorder 95%, generalized anxiety disorder 97.5%. Concluding that there are several reasons why the level of stress and anxiety is low, among them we have the constant help of parents, dynamic strategies by teachers, allowing a good academic performance.

KEYWORDS: STRESS, ANXIETY, COVID-19, ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS

Introducción

El COVID-19 es originario de Wuhan-China donde apareció por primera vez en diciembre del año 2019, siendo declarado como pandemia mundial por la Organización Mundial de la Salud en marzo del año 2020; su transmisión ha sido rápida y mundial, provocando una crisis sanitaria que ha afectado a todo el mundo, ha impuesto nuevas reglas de convivencia, entre ellas el confinamiento para evitar el contagio y de esta manera preservar la salud de cada individuo. (Cabrera E. 2020) (Ozamiz E., Santamaria M., Picaza G., Idoiaga M. 2020).

El confinamiento en todo el mundo causado por el COVID-19 ha generado efectos secundarios en las personas, principalmente en los niños y niñas quienes han sido los más afectados, provocando daños psicológicos como el estrés y ansiedad ya sea por las actividades académicas, el uso del internet y medios tecnológicos como la computadora, teléfonos celulares, etc., que son esenciales para la educación virtual. (Andressa da S. 2020); (Unicef 2020).

Es importante destacar que el estrés es un mecanismo de defensa del cerebro ante algún peligro lo que perjudica la salud mental y física; en el caso específico de los niños, este fenómeno podría ser un reflejo del impacto psicológico, emocional o social. Por otra parte, la ansiedad es un reflejo del estrés ante situaciones no conocidas, manifestándose con miedo, temor e inquietud hacia algún acontecimiento. (Villar V. 2021); (Rengel S. 2020).

En Ecuador, la limitación de varias actividades en todas las personas y, en especial, en las de etapa escolar, como la suspensión de actividades cotidianas, el uso constante de la mascarilla, las demasiadas cargas académicas y el medio que se está utilizando para estudiar, pueden llevar al estrés y ansiedad infantil. (Bonilla, J. 2020); esto podría provocar un bajo rendimiento escolar, falta de concentración, alteraciones en las horas de sueño, pánico, sensación de tristeza, indisciplina en el entorno virtual académico y falta de atención. (Gavilano G. 2020)

Es así que los problemas producidos por el confinamiento causado por el COVID-19 pueden afectar directamente a la educación, ya que el derecho a la misma no solo trata de garantizar el acceso a la instrucción que hoy en día es online, sino que debe garantizar la calidad y la igualdad de oportunidades para todos los estudiantes, (Cáceres J. et.al 2020). Al respecto, la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO), se ha aventurado a analizar algunas situaciones que podrían ser causa de afectación en la población estudiantil de todo el mundo a consecuencia del cierre de escuelas de manera presencial por la pandemia, entre estas se encuentran: la interrupción del aprendizaje, la falta de competencias prenales, la falta de recursos para acceder a la escolaridad a distancia, la desigualdad a la educación digital, falta de materiales por imposibilidad del familiar y abandono de la educación. (García L. 2021); (Vialart V. 2020).

Por lo tanto, para las instituciones educativas, reducir el nivel de estrés en los niños por medio de estrategias de aprendizaje más dinámicas, que incluyan juegos, videos, manualidades, la libre expresión, permitirá el mejor desempeño durante las horas clase y la realización de tareas escolares, permitiendo un desempeño escolar satisfactorio. De la misma manera, a los estudiantes les permitirá el fácil entendimiento, motivará el interés, mejorando su concentración. (Hurtado T. 2020)

Finalmente, es importante resaltar que en los actuales momentos la familia juega un rol esencial, ya que tiene una responsabilidad compartida con los docentes, debido a que serán las encargadas de reforzar el conocimiento impartido durante las horas clases. (Failache E. 2020).

Por todo lo anterior, el objetivo general del estudio fue analizar los niveles de estrés y ansiedad en los estudiantes de primaria en tiempos de COVID-19 del Barrio Pupana Sur, de la provincia de Cotopaxi.

MÉTODOLOGIA

Se realizó una investigación descriptiva, cuantitativa, de corte transversal, porque permitió conocer los diferentes eventos que pueden causar estrés y ansiedad en los estudiantes de primaria en tiempos de COVID-19, por medio de la recolección de datos, utilizando encuestas ya establecidas, en un lugar y población específicas. (Mousalli K. 2015); (Sanca M. 2011).

Este estudio se llevó a cabo en el Barrio Pupana Sur de la Provincia de Cotopaxi con una muestra censal de 200 estudiantes de educación primaria, de edades de entre 6 a 12 años que se encuentren cursando la educación primaria, en donde se realizó la recolección de datos a través de la aplicación de dos escalas; la escala de estrés cotidiano infantil, que está compuesta por 22 preguntas y dividida en tres dimensiones: el ámbito salud, que hace referencia a todos los problemas de salud en los aspectos físicos, asistencia médica o los diferentes trastornos psicológicos, en esta dimensión se agrupan las preguntas 1, 4, 7, 10, 13, 16, 19 y 22. El ámbito escolar que hace referencia a los problemas escolares, como acoso escolar, inconvenientes con el rendimiento académico; preguntas 2, 5, 8, 11, 11, 14, 17 y el ámbito familiar, relacionado al núcleo de la familia, ya sea por ausentismo de los padres, peleas con hermanos, recursos económicos bajos, agrupado en las preguntas 3, 6, 9, 12, 15, 18 y 21. (Trianes M. 2012); (Melgar D. 2018).

La segunda escala aplicada fue la de Spence que permitió conocer el grado de ansiedad en los niños de edad escolar; ésta encuesta está dividida en seis dimensiones: el trastorno de ansiedad por separación, que hace referencia al vínculo entre personas cercanas; ataque de pánico, que es una manifestación de angustia, temor, síntomas de palidez, vómito; fobia social, que es el temor hacia aspectos de rendimiento social; trastorno obsesivo compulsivo, que es aquel que crea ideas intrusivas antes de realizar una determinada actividad; el miedo, es la sensación de desconfianza ante una situación cotidiana, a la presencia de alguna animal, que puede crecer con la edad y ansiedad generalizada, que se trata de la excesiva preocupación ante una situación de la vida cotidiana. (Hernández L. 2010); (Carrillo F. 2011).

Las encuestas fueron realizadas previa firma del consentimiento informado por parte del padre y el asentimiento informado por parte de los niños; teniendo en cuenta los principios de respeto, confidencialidad y autonomía en la investigación. (Vázquez A. 2017)

Los datos obtenidos fueron tabulados, utilizando el programa Statistical Product and Service Solutions SPSS, que es una plataforma estadística, analítica, gráfica, que integra un conjunto de programas y subprogramas, en donde se pudo aplicar en un solo fichero un conjunto de datos de manera

sincronizadas sin tener ningún inconveniente. (López P. 2015) Los resultados son presentados en tablas y gráficos estadísticos.

RESULTADOS

La población investigada fue de 200 niños a quienes se les aplicó la escala de estrés cotidiano infantil y 200 padres de los estudiantes a quienes se les aplicó la escala de Spencer, obteniéndose los siguientes resultados.

Tabla 1: Nivel de estrés

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	177	88,5
Moderado	15	7,5
Alto	8	4,0
Total	200	100,0

Fuentes: Encuesta realizada a la población de estudiantil de educación primaria.

En la tabla 1 se puede destacar que la población de 200 estudiantes de primaria del Barrio Pupana Sur se encuentra con un nivel bajo de estrés lo que representa un 88,5% siendo 177 estudiantes, mientras que el 7,5% siendo 15 estudiantes presenta un nivel moderado de estrés, finalmente el 4% de los estudiantes se encuentran en un nivel alto de estrés siendo 8 estudiantes.

Tabla 2: Nivel de estrés según dimensiones.

Nivel	Problemas de salud	porcentaje	Ámbito escolar	porcentaje	Ámbito familiar	porcentaje
Bajo	173	86,5	163	81,5	180	90,0
Moderado	20	10,0	28	14,0	17	8,5
Grave	7	3,5	9	4,5	3	1,5
TOTAL	200	100,0	200	100,0	200	100,0

Fuente: Encuesta realizada la población de educación primaria

En la tabla 2 se encuentran los resultados de estrés en sus tres dimensiones; con relación a los problemas de salud, de los 200 estudiantes encuestados, el 86,5 % tiene un nivel bajo de estrés, el 10% un nivel moderado y 3,5% un nivel grave; en el ámbito escolar se evidencia que el 81,5% de los encuestados presentan un nivel bajo, el 14% un nivel moderado y el 4,5% un nivel grave; mientras que en el ámbito familiar, el 90% un nivel bajo, el 8,5% un nivel moderado y solo el 1,5% un nivel grave de estrés. Lo que demuestra que en sus tres dimensiones los encuestados presentan un nivel bajo de estrés.

Tabla 3: Nivel De Ansiedad

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	189	94,5
Promedio	8	4,0
Alto	3	1,5
Total	200	100,0

Fuente: Encuesta realizada a la población de estudiantil de educación primaria.

Por otra parte, mediante la aplicación de la escala de ansiedad de SPENCE, se detectó el grado de ansiedad que presentaron los estudiantes de primaria del Barrio Pupana Sur en tiempos de COVID-19. Los resultados arrojaron que, de los 200 estudiantes de la muestra, el 94.5% equivalente a 189 estudiantes tienen un nivel bajo de ansiedad, mientras que el 4% de estudiantes, equivalente a 8 encuestados, presentan un nivel promedio; finalmente que el 1,5% de estudiante presentó un nivel alto de ansiedad. De esta manera se puede destacar que los estudiantes de primaria del Barrio Pupana Sur presentan un nivel bajo de ansiedad lo que permite desenvolverse de mejor manera.

Tabla 4: Nivel de ansiedad según dimensiones

Nivel	Ataque de pánico y agorafobia		Ansiedad por separación		Fobia social		Miedo al daño físico		Trastorno obsesivo compulsivo		Trastorno de ansiedad generalizada	
		%		%		%		%		%		%
Bajo	196	96,1	193	96,5	182	91,0	189	94,5	190	95,0	195	97,5
Promedio	4	3,9	4	2,0	12	6,0	10	5,0	8	4,0	4	2,0
Alto	0	0	3	1,5	6	3,0	1	1,5	2	1,0	1	0,5
TOTAL	200	100	200	100	200	100	200	100	200	100	200	100

Fuente: Encuesta realizada a la población de estudiantil de educación primaria.

En la tabla 4 se encuentran los resultados de los niveles de ansiedad en las 6 dimensiones establecidas en la escala de Spence; en la dimensión de ataque de pánico y agorafobia el 96,1% presenta un nivel bajo, el 3,9% presenta un nivel promedio, sin ningún caso de nivel alto de ansiedad por esta dimensión; en la ansiedad por separación presentaron el 96,5% un nivel bajo, el 2% presentó un nivel promedio, el 1,5% un nivel alto; por fobia social presentaron un 91% en el nivel bajo, 6% un nivel promedio y un 3% en un nivel alto; en miedo al daño físico, se encuentra que el 94,5% presenta un nivel bajo, el 4% con nivel promedio y con el 1,5% un nivel alto; por el trastorno obsesivo compulsivo, el 95% presenta

un nivel bajo, el 4% un nivel promedio y el 1% presenta un nivel alto; finalmente por el trastorno de ansiedad generalizada presenta el 97,5% un nivel bajo, el 2% un nivel promedio y el 0,5% un nivel alto. Lo que demostró que los encuestados presentan un nivel bajo de ansiedad en sus seis dimensiones.

Como resultado de la investigación encontramos que el nivel de estrés y ansiedad en los niños de primaria del barrio Pupana Sur en tiempos de COVID-19 es baja, esto puede deberse, a que se encuentran en una zona rural, lo que permitió que los niños puedan realizar juegos recreativos, dinámicos, tener contacto con la naturaleza, fundamentalmente, estar en compañía constante de un familiar.

DISCUSIÓN

Los resultados del estudio señalaron que los estudiantes de educación primaria del Barrio Pupana Sur tienen un nivel bajo de estrés aun en tiempos de pandemia por el COVID-19, coincidiendo con los resultados obtenidos por Pérez L. (2020) quien señaló que en la ciudad de Guayaquil- Ecuador en la escuela Dolores Cacungo, los estudiantes mostraron un nivel bajo de estrés en relación al ámbito salud, familiar y escolar. Sin embargo, estos resultados no coinciden con lo señalado por Calderón J. (2019) quien encontró que los niños mostraban un nivel de estrés medio lo que provocó que muchos niños y niñas muestren problemas con sus amigos y falta de concentración. Por lo tanto, el estrés cotidiano infantil influye de manera negativa en el progreso emocional de los estudiantes por lo que se hace necesario identificarlo a tiempo y trabajar en él. Al respecto, Trianes M. et. al. (2012) que lo más recomendable es que las instituciones educativas estén pendientes de las señales de alarma ante signos de estrés o, en su defecto, trabajar en la prevención constante de este problema que puede acarrear consecuencias físicas y emocionales repercutiendo de igual manera en el rendimiento académico de los estudiantes.

Al analizar la escala de estrés cotidiano infantil, en sus tres dimensiones, como lo es, el ambiente de salud, escolar y familiar, se evidenció que los niveles de estrés en los encuestados son bajos, al contrario de lo señalado por Cabrera E. (2020) quien manifestó en su investigación que los encuestados mostraron un nivel de estrés moderado, en el cual predominó la dimensión de estrés escolar lo que provocó que los estudiantes no obtuvieran el aprendizaje deseado.

Con relación a la ansiedad, aún cuando la pandemia ha producido un aislamiento y la suspensión de las actividades académicas presenciales, los estudiantes del Barrio Pupana Sur presentaron un nivel bajo de ansiedad, sin embargo, no hay que descuidar este aspecto pues en otras investigaciones relacionadas con el tema, los niños han mostrado una ligera tendencia hacia niveles altos de ansiedad debido al confinamiento lo que les ha provocado cambio de conducta afectando su rendimiento escolar. De igual manera, los niveles altos de estrés, ansiedad y depresión conllevan a cambios de conducta en los estudiantes que pueden significar conductas de riesgo. (Quito G. 2020) (Ozamiz N. 2020)

Cabe mencionar que mediante la escala de Spence se midieron seis dimensiones, que ayudaron a establecer que los niños presentan bajo nivel de ansiedad, por lo que pudieron obtener buenos resultados académicos. De igual forma, un estudio realizado en la Ciudad de Cuenca muestra niveles de ansiedad bajo en las seis dimensiones estudiadas, esto se dio especialmente en la zona rural, ya que

varios encuestados informaron que tienen lugares verdes donde realizar juegos recreativos; coincidiendo con este estudio, donde la población habita en una zona rural que puede influir positivamente para la realización de actividades al aire libre, de tipo recreativas, que permita el distanciamiento adecuado y donde no hay aglomeraciones; condiciones importantes para evitar el contagio de COVID-19. (Quito G. 2020)

Es importante resaltar que los niños que presenta un alto nivel de estrés suelen tener varios problemas como ansiedad, falta de concentración, problemas físicos como alteraciones del sueño, dolor de cabeza, irritabilidad, además pueden presentar cambios en el ámbito académico, como problemas de baja capacidad de atención, bajo rendimiento, necesitan un mayor tiempo para poder memorizar un trabajo; al contrario, los niños que tienen un bajo nivel de estrés tienen la capacidad de realizar diferentes actividades sin ningún problema. Es por ello que, para resolver los problemas a causa de estrés, es necesario realizar intervenciones psicoeducativas que consisten en enseñar varias estrategias de afrontamiento hacia un factor estresante que puede provocar ansiedad, temor y miedo. (Pacheco V. 2016). (Palacio C. 2018).

CONCLUSIONES

Los niveles bajos de estrés y ansiedad de los estudiantes de primaria del Barrio Pupana Sur pueden deberse a que los encuestados se encuentran en una zona rural lo que permitió que los niños y niñas puedan realizar juegos recreativos y dinámicos que ayudaron a evitar el estrés y ansiedad por el confinamiento; además, se puede destacar que la mayoría de los encuestados se encuentran en compañía de un familiar, especialmente de su madre que son las que le ayudan a mantener un buen estado de ánimo y bienestar de los estudiantes. Es importante resaltar que los escolares en la zona urbana tienden a percibir un nivel de estrés mayor que los de la zona rural, esto puede deberse a que los escolares en la zona rural tienen mucho más contacto con la naturaleza, pueden realizar actividades deportivas, lo que ayudo a evitar en estrés. Finalmente, es imperante la realización de actividades de distracción, alternas con las actividades educativas; sin descuidar los signos de alarma que pueden ser indicativos de estrés y ansiedad; la pandemia ha cambiado el estilo de vida de la población, por lo tanto, la adaptación, el apoyo y la ayuda familiar es importante en este duro transitar de la vida.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Andressa da S. (2020). Salud mental de niños/adolescentes en tiempos de distanciamiento social por el COVID-19. Revista Cubana de Enfermería. 36. Recuperado el 30 de mayo 2021 de:
<http://www.revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/3830/617>
2. Bonilla, J. (25 de 05 de 2020). Las dos caras de la educación en el covid-19. Cienciamerica, 89-98. Recuperado el 01 de junio de 2021 de:
<http://cienciamerica.uti.edu.ec/openjournal/index.php/uti/article/view/294/462>
3. Cabrera, E. (2020) Actividad física y efectos psicológicos del confinamiento por covid-19. International Journal Of Developmental And Educational Psychologyinfad Revista De Psicología. Recuperado el 28 mayo 2021 de:
<https://revista.infad.eu/index.php/IJODAEPA/article/view/1828/1612>
4. Cáceres J. et.al (23 Julio 2020). Cierre de escuelas y desigualdad socioeducativa en tiempos del covid-19. Revista internacional de educación para la justicia social. Recuperado el 4 junio del 2021 de: https://revistas.uam.es/riejs/article/view/riejs2020_9_3_011/12478
5. Calderón J. (2019). Estrés cotidiano y afrontamiento infantil en estudiantes de primaria de una institución educativa. Recuperado el 27 de junio de 2021 de:
<https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/6458/Jacinto%20Calder%c3%b3n%20Giuliana%20Beatriz.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
6. Carrillo F. et.al (30 Mayo 2011). Escala de ansiedad infantil de spence” (spence children’s anxiety scale, scas): fiabilidad y validez de la versión española. Psicología Conductual.20(3). Recuperado el 18 de junio del 2021 de: https://www.researchgate.net/profile/Antonio-Avila-8/publication/235720972_Escala_de_ansiedad_infantil_de_Spence_Spence_Childrens_Anxiety_Scale_SCAS_fiabilidad_y_validez_de_la_version_espanola/links/0c96052dbbaf4d012d000000/Escala-de-ansiedad-infantil-de-Spence-Spence-Children-s-Anxiety-Scale-SCAS-fiabilidad-y-validez-de-la-version-espanola.pdf
7. Chacón F. et.al. (27 Julio 2020). La Psicología ante la Pandemia de la COVID-19 en España. La Respuesta de la Organización Colegial. Clínica y Salud.31(2). Recuperado el 25 de junio 2021 de: https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1130-52742020000200009&script=sci_arttext&tlng=en#aff01

8. Espada J.; et.al. (2020). Las buenas prácticas en la atención psicológica infanto-juvenil ante el COVID-19. *Clínica y Salud*, 31 (2). Recuperado 3 de julio 2021 de: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1130-52742020000200007
9. Failache E. et.al. (03 de abril 2020). La educación en tiempos de pandemia. Y el día después. Recuperado el 10 de junio del 2021 de: https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/bitstream/20.500.12008/24008/1/La_educaci%c3%b3n_en_tiempos_de_pandemia._Y_el_d%c3%ada_despu%c3%a9s.pdf
10. García L. (2021). COVID-19 y educación a distancia digital: preconfinamiento, confinamiento y posconfinamiento. *Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*. 24 (1). Recuperado el 8 de junio del 2021 de: <https://www.redalyc.org/jatsRepo/3314/331464460001/331464460001.pdf>
11. Gavilano L. (2020) Estrés infantil en el desempeño escolar en tiempos de pandemia en estudiantes de primaria de una IE De Ayacucho. Recuperado el 3 de junio 2021 de: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/60862/Gavilano_GLP-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
12. Hernández L., et.al. (2010). Versión en español de la Escala de Ansiedad para Niños de Spence (SCAS). *Revista Latinoamericana de Psicología*. 42(1). Recuperado el 18 de junio del 2021 de: <http://www.scielo.org.co/pdf/rtps/v42n1/v42n1a02.pdf>
13. Hernández R. et.al. (2017). Manifestaciones de ansiedad en niños de 8 a10 años de la ciudad de Cuenca Ecuador. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*. 20(3). Recuperado 1 de julio del 2021 de: <https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2017/epi173q.pdf>Hurtado F. (Agosto 2020). La educación en tiempos de pandemia: los desafíos de la escuela del siglo XXI. *Revista arbitrada del centro de investigación y estudios gerenciales*. Recuperado el 7 de junio 2021 de: [https://www.grupocieg.org/archivos_revista/Ed.44\(176-187\)%20Hurtado%20Tavalera_articulo_id650.pdf](https://www.grupocieg.org/archivos_revista/Ed.44(176-187)%20Hurtado%20Tavalera_articulo_id650.pdf)
14. La Rosa S. (2017). Estrés cotidiano infantil y rendimiento académico en estudiantes del quinto y sexto grado de educación primaria de la I.E. N° 80041 “José Carlos Mariátegui”, La Esperanza – 2017. Recuperado el 28 de junio de 2021 de: https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/6440/1/RE_EDU_SARITA.LAROSA_ESTRES.COTIDIANO.INFANTIL_DATOS.pdf
15. López P. ET. AL. (Febrero 2015). Metodología de la investigación social cuantitativa. Recuperado el 19 de junio del 2021 de: https://ddd.uab.cat/pub/caplli/2015/129380/metinvsocuan_cap3-1a2015.pdf

16. Melgar D. (2018). Estrés cotidiano infantil y estrategias de afrontamiento en estudiantes de nivel primaria de Chiclayo. Recuperado el 17 de junio del 2021 de: <https://core.ac.uk/download/pdf/270312829.pdf>
17. Moreno K. (2017). Estrés cotidiano en niños de una institución educativa de Huaraz 2017. Recuperado el 25 de junio 2021 de: http://publicaciones.usanpedro.edu.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/9031/Tesis_59517.pdf?sequence=1&isAllowed=y
18. Mousalli G.I. (2015). Métodos y diseños de investigación cuantitativa". Revista Researchgate. Recuperado el 12 de junio del 2021 de: https://www.researchgate.net/publication/303895876_Metodos_y_Disenos_de_Investigacion_Cuantitativa
19. Ozamiz N. et.al. (2020). Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España. *Cadernos Saúde Pública*. 36(4). Recuperado el 30 de mayo 2021 de: <https://blog.scielo.org/wp-content/uploads/2020/04/1678-4464-csp-36-04-e00054020.pdf>
20. Palacio C. (2018). El Estrés escolar en la Infancia: Una reflexión Teórica. *Revista Cuadernos de Neuropsicología - Panamerican Journal of Neuropsychology*. 12(2). Recuperado 4 de julio 2021 de: <https://biblat.unam.mx/hevila/Cuadernosdeneuropsicologia/2018/vol12/no2/7.pdf>
21. Pacheco V. (2016). Estrés en la infancia. Recuperado 4 de julio 2021 de: https://digibug.ugr.es/bitstream/handle/10481/40405/Pacheco_Almiron_Veronica_Maria.pdf?sequence=1
22. Pérez L.(2020). Estresores habituales y afrontamiento del estrés en escolares de 6 a 7 años de la Escuela "Dolores Cacuango" Guayaquil, 2020. Recuperado el 26 de junio de 2021 de: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/53439/P%c3%a9rez_LLI-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
23. Quito G. (2020). Ansiedad en niños, niñas y adolescentes de 8 a 15 años en periodo de aislamiento durante pandemia por Covid- 19. Recuperado el 28 de junio de 2021 de: <http://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/10765/1/16312.pdf>
24. Rengel S. (25 de 09 de 2020). Impacto psicológico de la pandemia del COVID 19 en niños. *Revista de Investigación Psicológica*. Recuperado el 01 de junio 2021 de: http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2223-30322020000300011&script=sci_arttext
25. Sanca M. (septiembre 2011). Tipos de investigación científica. *Revista de Actualización Clínica Investiga*. 12. Recuperado el 15 de junio del 2021 de:

http://www.revistasbolivianas.org.bo/scielo.php?pid=S2304-37682011000900011&script=sci_arttext

26. Sánchez I. (15 Febrero 2021). Impacto psicológico de la COVID-19 en niños y adolescentes. *Medisan.* 25(1). Recuperado el 22 de junio 2021 de: http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S102930192021000100123&script=sci_arttext&tlng=pt
27. Trianes M. et.al (2012). Evaluación y tratamiento del estrés cotidiano en la infancia. *Papeles del Psicólogo.* 33 (1). Recuperado el 17 de junio del 2021 de: <https://www.redalyc.org/pdf/778/77823404004.pdf>
28. Unicef (7 abril 2020). La emergencia sanitaria supone un desafío para el aprendizaje de los niños. Recuperado el 1 Junio 2021 de: <https://www.unicef.org/ecuador/comunicados-prensa/la-emergencia-sanitaria-supone-un-desaf%C3%A0Do-para-el-aprendizaje-de-los-ni%C3%B1os>
29. Vázquez. A. et.al (Septiembre 2017) Consentimiento Informado. ¿Requisito Legal O Ético? 39(3). Recuperado el 25 de mayo del 2021 de: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-00992017000300175
30. Vialart V. (30 de Octubre 2020). Estrategias didácticas para la virtualización del proceso enseñanza aprendizaje en tiempos de COVID-19. *Educación Médica Superior.* 34(3). Recuperado el 6 de junio 2021 de: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21412020000300015
31. Villar N. (2021). Programa de estrategias para disminuir el nivel de estrés escolar en estudiantes del sexto grado de educación primaria – 2020. Recuperado el 02 de junio 2021 de: https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/3279/1/TL_VillarVerasteguiNancy.pdf

