

## LA RESPUESTA ADOLESCENTE FRENTE AL COVID-19

<sup>1</sup>Alicia Sánchez Jaimes  
Instituto Politécnico Nacional  
[kapadosia2009@gmail.com](mailto:kapadosia2009@gmail.com)

<sup>2</sup>Nora Berenice Rojas Coss  
Instituto Politécnico Nacional  
[noracoss\\_nme@yahoo.com.mx](mailto:noracoss_nme@yahoo.com.mx)

### RESUMEN

La pandemia del COVID-19 se ha convertido en un hito en la historia contemporánea de la humanidad, que ha ocasionado que el mundo entero se paralice, que se mantenga resguardado con el fin de salvaguardar el bien más preciado: la salud- la vida. Por tal motivo; resulta interesante reflexionar como los diferentes grupos etarios de nuestras sociedades lo están enfrentando y más aún los adolescentes que si bien no se encuentran entre los más vulnerables al contagio, si pueden ser los que más estén padeciendo este aislamiento, dada la etapa vital que transitan.

Sin lugar a dudas, es trascendental identificar como están viviendo esta situación los adolescentes para tomar las medidas pertinentes que prevengan futuros trastornos psicológicos. Por esta razón, se realizó un estudio exploratorio con adolescentes mexicanos que cursan el segundo semestre de Nivel Medio Superior en el Instituto Politécnico Nacional.

Palabras clave

Pandemia, Adolescencia, Aislamiento, Emociones

### SUMMARY

The COVID-19 pandemic has become a milestone in the contemporary history of humanity, which has brought the entire world to a standstill, to remain protected in order to safeguard the most precious asset: health-life. For this reason; It is interesting to reflect on how the different age groups of our societies are facing it, and even more so the adolescents who, although they are not among the most vulnerable to contagion, may be those who are suffering the most from this isolation given the vital stage they are going through.

Undoubtedly, it is crucial to identify how adolescents are living this situation to take the appropriate measures to prevent future psychological disorders. For this reason, an exploratory study was carried out with Mexican adolescents who are studying the second semester of Upper Middle Level at the National Polytechnic Institute.

Keywords

Pandemic, Adolescence, Isolation, Emotions

---

<sup>1</sup>Alicia Sánchez Jaimes.- Psicóloga clínica, Psicoterapeuta de niños y adolescentes. Investigadora y Profesora de Filosofía, Apreciación Artística y Desarrollo de Habilidades del Pensamiento.

<sup>2</sup>Nora Berenice Rojas Coss.- Licenciada en Relaciones Comerciales, Especialidad en Competencias Docentes, Profesora de Taller de Comercio Internacional y de Plan de Negocios.

La poesía es la adolescencia fermentada  
y por tanto preservada.  
José Ortega y Gasset

La adolescencia continúa siendo un tema recurrente en la sociedad actual, ya que sigue generando grandes discusiones en torno a su conceptualización. Desde épocas remotas han habido grandes teóricos de diferentes ramas del saber que se han abocado a su estudio.

Ciertamente, la adolescencia constituye una parte muy importante en el campo de estudio de la psicología, la pedagogía, la sociología, la antropología, la biología del desarrollo y la historia, así también se ha convertido en una de las mayores preocupaciones en el ámbito familiar, educativo y social. Cada una de estas disciplinas ha ofrecido diferentes definiciones que dan sustento a múltiples teorías sobre la adolescencia.

La palabra adolescente proviene, como lo señaló Terencio Varrón, escritor romano (116-27 a. C) del participio latino *adolescens*, que significa “que crece” y “se desarrolla”. La adolescencia implica cambios y adaptaciones constantes que se dan en los diversos ámbitos que componen la vida (físico, psicológico y social).

Acosta (1993) sostiene que definir la adolescencia resulta muy complicado ya que se parte de distintas perspectivas, pero puede resultar más fructífero tratar de explicar un poco lo que es. Por tal razón, mencionaremos algunos autores que han trabajado en este sentido.

Freud (1905), la definió como: “un periodo de metamorfosis”; Aberastury y Knobel (1971) la conceptualizan como un duelo del cuerpo infantil, un nuevo cuerpo de características inéditas en cuanto a responsabilidades y creatividad. Otros como Erickson (1971) la describen como una etapa de crisis.

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 1995), para definir la adolescencia establece una franja de edad entre los 10 y los 19 años para delimitar a este grupo de personas, caracterizándolas a su vez como sujetos que presentan cambios de tipo biológico, emocional y psicosocial, y que se encuentran en la búsqueda de su identidad, de sus lazos familiares, de vínculos de pares y de sus propios proyectos.

La adolescencia es el periodo que nos prepara para los roles que desempeñaremos como adultos, en la vida laboral, personal y social. Al ser una fase de cambios importantes, algunos la describen como una época en la que las personas transitan una “crisis de identidad”.

### **La crisis en la adolescencia**

La palabra “crisis” ha sido muy utilizada cuando nos referimos a los adolescentes, inevitablemente nos remite a la pérdida del equilibrio, a la ruptura en la estabilidad en la que parecían transitar los niños (6-11 años) ya que la llegada de la pubertad acomete con fuerza y desorganiza lo que hasta ahora parecía muy controlado.

La palabra crisis a nivel social se relaciona al caos, y con ello a los problemas que éste suscita, no obstante, existe la opción de vivir “la crisis” de la adolescencia desde una posición diferente, como un acontecimiento indispensable para evolucionar en la vida.

Gran parte de la crisis que vive el adolescente se debe a los cambios biológicos, psicológicos y sociales inherentes a esta etapa. Estos cambios repercuten en la percepción que tiene de sí mismo, pues debe reencontrarse con su imagen, debe aprender a reconocerse en el espejo tras esas transformaciones que lo hacen ver como una persona nueva.

Aun cuando una de las formas naturales de enfrentar la crisis en la adolescencia es el aislamiento temporal, es decir tomar cierta distancia de los padres e incluso de la familia, también es una fase de la vida en la que los pares se constituyen como la base de todas las relaciones sociales, período en el que se establecen vínculos afectivos muy intensos fuera del núcleo familiar. Los adolescentes se encuentran en una etapa de su ciclo vital en que es una prioridad el poder socializar dentro su grupo etario.

Está claro que una de las características de la adolescencia es la búsqueda de identidad que requiere de cierta intimidad que puede generar en el joven la necesidad de aislarse. Los jóvenes necesitan de las relaciones dependientes de la infancia y crear espacios personales, lo que explica su deseo de estar solos

No es lo mismo que un adolescente quiera estar solo porque precisa estar consigo mismo, porque es tímido o porque es introvertido, a que se aisle porque se siente marginado, porque no sabe relacionarse o porque intenta alejarse de algo o alguien o está deprimido.

Por lo antes expuesto, es pertinente indagar como están viviendo algunos adolescentes mexicanos el aislamiento, ya que como señala McConville (2009), “la adolescencia no es una etapa más de desarrollo, sino una literal remodelación de la niñez, una organización radical del self psicológico para el viaje que le espera”. Se trata, ni más ni menos, de reorganizar la experiencia y separarse del campo de las vivencias infantiles.

## **METODOLOGÍA**

### OBJETIVO GENERAL

Identificar las repercusiones que tiene el aislamiento en las reacciones emocionales de los estudiantes de segundo semestre del CECyT 13 “Ricardo Flores Magón” del IPN.

### OBJETIVO ESPECIFICO

Detectar las situaciones específicas que preocupan a los estudiantes de segundo semestre del CECyT 13 “Ricardo Flores Magón” frente a la pandemia por el COVID-19.

## PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

¿El aislamiento debido al COVID-19 repercute en las reacciones emocionales de los estudiantes de segundo semestre del CECyT 13 "Ricardo Flores Magón"?

## MÉTODO

Se realizó una investigación de tipo exploratorio, con la intención de tener un primer acercamiento a las reacciones emocionales del adolescente frente a la pandemia generada por el COVID-19. Así mismo que los datos que de ella derivaran puedan ofrecer un panorama general de dicha situación por demás novedosa y den pie a futuras investigaciones al respecto.

## VARIABLES

\*Adolescencia.- etapa del desarrollo que se caracteriza por la transición entre la niñez y la adultez (va de los 12 a los 21 años) y tiene como objetivo prepararnos para asumir los roles de un adulto.

\*Aislamiento.- separación de una persona, población o cosas, dejándolas solas e incomunicadas sin contacto con su entorno más próximo y puede ser voluntario o involuntario.

\*Pandemia por COVID-19.- enfermedad que afecta a la población mundial en general, causada por el virus SARS-CoV-2

\*Reacciones emocionales.- son reacciones psicofisiológicas que representan modos de adaptación a ciertos estímulos del individuo cuando percibe un objeto, persona, lugar, suceso o recuerdo importante.

## SUJETOS

La muestra estuvo conformada por 330 alumnos (188 mujeres y 142 hombres, entre 14 y 19 años) que representan el 31% de la población de segundo semestre del turno matutino.

## INSTRUMENTO

Se aplicó un cuestionario online (tomando como base una encuesta elaborada por el Instituto de Investigaciones Sociales de la UNAM) que consta de 62 preguntas cerradas y 8 abiertas, que contempla diferentes áreas tales como:

- 1.- Datos generales
- 2.- Tipo de Información que el adolescente posee acerca del COVID-19
- 3.- Medios de información
- 4.- Reacción inmediata frente al surgimiento del COVID-19
- 5.- Reacciones emocionales: ansiedad, temor, preocupación, estado de alerta, depresión, confusión, aburrimiento, alarma, aislamiento
- 6.- Percepción de los efectos del aislamiento: en el área física, emocional, económica, recreativa y deportiva

## PROCEDIMIENTO

- Se seleccionaron los sujetos por un muestreo no probabilístico por cuotas
- La muestra quedó formada por 330 alumnos (188 mujeres y 142 hombres; entre 14 y 19 años)
- Conformada la muestra se les envió una invitación para participar por medio de la plataforma Edmodo, explicándoles el objetivo de la investigación
- La aplicación del Cuestionario se realizó de manera virtual, por lo que se dieron las instrucciones de manera muy precisa; aclarando dudas cuando fue necesario
- Dado que la plataforma Edmodo te arroja de manera automática los porcentajes, solo los vertí en tablas para su mejor comprensión
- Finalmente se realizó la discusión partiendo de los datos cuantitativos y cualitativos

## ANÁLISIS DE RESULTADOS

Se realizó un análisis cuantitativo (por medio de porcentajes) que por default se obtiene en el cuestionario online, así como una interpretación cualitativa de las preguntas abiertas basada en teorías de la psicología del adolescente.

## RESULTADOS

A continuación se presentan en tablas los porcentajes que arrojó cada una de las 62 preguntas cerradas:

### 1.- Sexo

Sexo masculino	Sexo femenino
43%	57%

### 2.- Edad

15 años	16 años	17 -19 años
51%	42%	7%

### 3.- Personas con las que vives

2	3	4	5 o más
5%	15%	35%	45%

### 4.- Te enteraste del COVID en:

TV	Periódico	Redes sociales	Familiares	Amigos
34%	1%	56%	7%	2%

5.- ¿Cuáles fueron tus primeras reacciones al enterarte de la existencia del COVID?

Incredulidad	Alarma	Incertidumbre	Preocupación	Ansiedad	Inquietud por saber más del tema	Indiferencia
6%	6%	8%	35%	12%	27%	6%

6.- ¿Cuál crees que es el origen del coronavirus?

Cambios biológicos	Cambios sociales	Manipulación genética	Falta de higiene	Bioterrorismo	Manipulación política	Crisis económica	Pobreza	No sé
12%	3%	23%	39%	2%	9%	2%	1%	9%

7.- ¿Cuál crees que es la población de mayor riesgo?

Niños	Jóvenes	Menos de 60 años	Mayores de 60 años	Embarazadas	Personas con enfermedades crónicas	Todos por igual
1%	0%	4%	32%	1%	32%	30%

8.- ¿Cuál es la vía de contagio?

Cercanía física con una persona con síntomas	Cercanía física con una persona que regreso del extranjero	A través del estornudo o gotas de saliva	Al tocar superficies (muebles, picaportes, puertas, suelos, objetos) contaminadas con el virus	En la comida	En el aire	En donde hay mucha gente	No sé
29%	1%	36%	19%	0%	6%	7%	1%

9.- ¿Cómo te enteraste de las acciones que el IPN esta emprendiendo ante la pandemia?

Televisión	Radio	Periódicos	Página web del IPN	Redes sociales	Amigos	No me entere
7%	1%	0%	29%	51%	5%	6%

10.- ¿A qué medio le crees más?

Noticieros	Página web del IPN	Canal del IPN	Conferencias de la Secretaría de Salud	Programas especiales	Revistas científicas
16%	13%	8%	51%	6%	7%

11.- ¿Cómo calificarías la situación de la epidemia que se vive en México?

Muy grave	Grave	Regular	Poco grave	Nada grave
27%	53%	18%	2%	0%

12.- ¿Cómo calificarías la situación de la epidemia que se vive en el mundo?

Muy grave	Grave	Regular	Poco grave	Nada grave
58%	36%	5%	1%	0%

13.- Las medidas preventivas que se han tomado en nuestro país te parecen:

Muy excesivas	Excesivas	Regulares	Suficientes	Insuficientes
1%	7%	27%	30%	35%

14.- ¿Qué tan grave consideras que es la infección por coronavirus?

Muy grave	Grave	Regular	Poco grave	Nada grave
38%	46%	12%	3%	0%

15.- ¿Qué tan probable crees que te contagies del coronavirus?

Altamente probable	Muy probable	Regular	Poco	Nada
1%	13%	34%	46%	6%

16.- La epidemia del COVID ¿qué tanto te ha hecho sentir ansioso, temeroso, preocupado, alerta, deprimido, confundido, aburrido, alarmado, aislado?

Muchísimo	Mucho	Regular	Poco	Nada
16%	32%	34%	13%	5%

17.- Me siento tenso (a) nervioso (a)

Casi todo el día	Gran parte del día	De vez en cuando	Nunca
6%	18%	65%	12%

18.- En estos días puedo poner atención a un programa de televisión o a la lectura de un libro

A menudo	Algunas veces	Pocas veces	Casi nunca
34%	42%	14%	10%

19.- Sigo disfrutando las cosas como siempre

Igual que antes	No tanto como antes	Solamente un poco	Ya no disfruto con nada
22%	55%	18%	4%

20.- Siento una especie de temor como si algo malo fuera a suceder

Sí, de manera muy intensa	Si, de manera no intensa	Sí, pero no me preocupa	No siento nada de eso
11%	49%	17%	23%

21.- Soy capaz de reírme y ver el lado gracioso de las cosas

Igual que siempre	Actualmente, algo menos	Actualmente, mucho menos	Actualmente, en absoluto
45%	30%	16%	9%

22.- Tengo la cabeza llena de preocupaciones

Casi todo el día	Gran parte del día	De vez en cuando	Nunca
10%	21%	59%	9%

23.- Me siento alegre

Nunca	Muy pocas veces	En algunas ocasiones	Gran parte del día
0%	15%	51%	34%

24.- Soy capaz de permanecer sentado (a), tranquilo (a), relajado (a)

Siempre	A menudo	Raras veces	Nunca
20%	43%	31%	6%

25.- Me siento lento y torpe

Gran parte del día	A menudo	A veces	Nunca
14%	19%	45%	22%

26.- Experimento una desagradable sensación de nervios y hormigueo en el estómago

Muy a menudo	A menudo	En algunas ocasiones	Nunca
3%	7%	50%	40%

27.- He perdido el interés por mi aspecto personal

Completamente	No me cuido como debería	Me cuido como siempre lo he hecho
8%	40%	52%

28.- Me siento inquieto como si no pudiera parar de moverme

Realmente mucho	Bastante	No mucho	En absoluto
7%	23%	53%	18%

29.- Espero las cosas con ilusión

Como siempre	Algo menos que antes	Mucho menos que antes	En absoluto
50%	33%	12%	6%

30.- Experimento de repente sensaciones de gran angustia o temor

Muy a menudo	Con cierta frecuencia	Raramente	Nunca
7%	24%	52%	18%

31.- La alerta sanitaria afecto la convivencia familiar

No	Si, positivamente	Si, negativamente
34%	45%	21%

32.- La alerta sanitaria ha tenido efectos económicos negativos en tu familia

Si	No
51%	49%

33.- ¿Por qué se vio afectada la economía de tu familia?

Despido de algunos miembros de la familia	Cierre de negocios familiares	Disminución de trabajo	Falta de pago por cierre de instituciones
5%	10%	67%	18%

34.- "El quedarse en casa" está teniendo efectos negativos en mi salud física

Muchísimo	Mucho	Regular	Poco	Nada
7%	14%	26%	31%	23%

35.- "El quedarse en casa" está teniendo efectos negativos en mi salud mental

Muchísimo	Mucho	Regular	Poco	Nada
9%	9%	27%	22%	33%

36.- "El quedarse en casa" está teniendo efectos negativos en mis actividades recreativas

Muchísimo	Mucho	Regular	Poco	Nada
16%	27%	22%	18%	17%

37.- “El quedarse en casa” está teniendo efectos negativos en mis actividades deportivas

Muchísimo	Mucho	Regular	Poco	Nada
25%	20%	16%	18%	21%

38.- “El quedarse en casa” está teniendo efectos negativos en mis estudios

Muchísimo	Mucho	Regular	Poco	Nada
32%	31%	21%	10%	6%

39.- “El quedarse en casa” está teniendo efectos negativos en mi vida social

Muchísimo	Mucho	Regular	Poco	Nada
15%	15%	33%	21%	16%

40.- “El quedarse en casa” está afectando negativamente mis ingresos económicos

Muchísimo	Mucho	Regular	Poco	Nada
12%	19%	28%	24%	17%

41.- ¿Qué tipo de contactos has tenido con personas relacionadas con el IPN durante la epidemia del al COVID 19? Estudiantes, maestros, autoridades, personal administrativo.

Telefónico	Internet (redes sociales)	Ninguno
2%	92%	6%

42.- Durante este periodo de contingencia sanitaria has recibido ayuda de:

Padres	Abuelos	Tíos	Hermanos	Amigos	Maestros	Vecinos
73%	5%	3%	4%	7%	4%	4%

43.- ¿Qué tipo de apoyo has recibido?

Emocional	Económico	Psicológico	Con información	Con cuidado de familiares	En actividades de la vida cotidiana
19%	10%	8%	28%	19%	16%

44.- ¿Qué medidas utilizas para evitar ser contagiado de coronavirus?

No salgo	63%
Lavo frecuentemente mis manos	8%
Uso cubrebocas	9%
Uso gel desinfectante	0%
Desinfecto la casa	6%
No saludo de beso, ni de mano	0%
Evito tocarme el rostro (ojos, nariz, boca)	0%
Desinfecto celular, pasamanos, picaportes, apagadores de la luz, etc.	2%
Toso o estornudo en el ángulo interno del brazo	1%
Evito usar el transporte público	0%
Evito asistir a lugares donde hay gente	9%

45.- Tienes miedo a contagiarte

Muchísimo	Mucho	Regular	Poco	Nada
13%	23%	29%	22%	12%

46.- ¿Tienes miedo de que algún familiar se contagie?

Muchísimo	Mucho	Regular	Poco	Nada
39%	32%	18%	7%	4%

47.- Actualmente mi salud es:

Excelente	Muy buena	Buena	Regular	Mala
26%	36%	27%	10%	2%

48.- ¿Tienes alguna enfermedad crónica?

Sí	No
9%	91%

49.- ¿Tienes algún síntoma del coronavirus?

Si	No	No sé
3%	87%	10%

50.- ¿Conoces a alguien cercano a ti que se haya enfermado de coronavirus?

Sí	No
36%	64%

51.- ¿Cuáles medidas que se han tomado te parecen mejores? (marca todas las que sean pertinentes)

Suspensión de clases	Cancelación de eventos (sociales, culturales, deportivos)	Cierre de cines, teatros y bares	Cierre de parques y de zoológicos	Medidas preventivas solicitadas a la sociedad	Operativo especial para supervisar la higiene en el transporte público	Suspensión de actividades económicas no esenciales	Solicitud de quedarse en casa
11%	21%	3%	0%	13%	5%	5%	42%

52.- ¿Consideran que las medidas tomadas por la epidemia fomentaron la solidaridad y cooperación social?

No	Si	No sé
27%	57%	15%

53.- Crees que el riesgo de contagio cuando regreses a clases en el IPN es:

Muy alto	Alto	Moderado	Bajo	Ninguno	No sé
12%	28%	38%	16%	1%	4%

54.- Desde tu punto de vista, el seguimiento de las medidas preventivas al regresar al IPN es responsabilidad de: (Marca todas las que consideres pertinentes)

El gobierno	Las autoridades del IPN	Alumnos	Profesores	Personal administrativo	Personal de limpieza	La sociedad en general	Es mi propia responsabilidad
9%	27%	8%	0%	2%	0%	27%	27%

55.- ¿Cuánto tiempo crees que se deben de mantener las medidas preventivas al regresar a la escuela?

Quince días	Un mes	Dos meses	Tres meses	Más de cuatro meses
8%	32%	21%	15%	23%

56.- ¿Consideras que el IPN está preparado para darle a la comunidad los servicios básicos de prevención y atención en caso de un nuevo brote epidémico?

Si	No
70%	30%

57.- ¿De quién es responsabilidad recuperar el tiempo perdido en las escuelas?

Del gobierno	De las autoridades del IPN	De los profesores	De los alumnos	De todos
9%	12%	0%	7%	72%

58.- Antes de la pandemia comías

Más	Menos	Igual
17%	44%	39%

59.- Antes de la pandemia dormías

Más	Menos	Igual
21%	65%	14%

60.- Estar encerrado me hace sentir: (Marca todas las que consideres pertinentes)

Enojado	Triste	Indiferente	Preso	Aislado	Muy estresado
2%	14%	19%	5%	25%	35%

61.- ¿En este periodo de pandemia has tenido pesadillas? ¿Cuántas aproximadamente)

Una	Dos	Tres	Más de 5
57%	20%	10%	13%

62.- Ahora mi principal preocupación esta en: (Marca todas las que consideres pertinentes)

La salud	La escuela	El aspecto económico	La violencia que se puede desatar después de terminar la pandemia
33%	43%	16%	7%

Aun cuando los resultados son más que reveladores es importante puntualizar algunos datos:

En el rubro de datos generales podemos encontrar que del total de jóvenes, la mayoría son mujeres (57%) y tienen 15 años de edad (51%), comparten su casa con más de 5 personas (45%).

Se enteraron del brote de COVID-19 por las redes sociales (56%), pero le tienen más confianza a las conferencias diarias de la Secretaría de Salud (51%) que a otras fuentes de información y están al tanto de que una vía para infectarse es por gotas de saliva que se expanden por un estornudo o tos (36%) o por estar en cercanía física con una persona con síntomas (29%).

Sus primeras reacciones ante tal situación fueron de preocupación (35%) e inquietud por conocer más del tema (27%).

Consideran que el origen del coronavirus se debe a la falta de higiene (39%), tienen muy claro que las personas más propensas a contagiarse son las mayores de 60 años (32%) y las que tienen enfermedades crónicas (32%). En este punto lo que llama la atención es que ninguno de ellos considero la posibilidad de que los jóvenes se contagien; lo cual puede entenderse por las primeras noticias que casi descartaban a este grupo etario; sin embargo, un factor de mayor peso es el hecho de que por ser adolescentes se sienten omnipotentes.

Distinguen la situación de la pandemia en México como grave (53%), a diferencia de la percepción que tienen de la situación mundial a la que conciben como muy grave (58%). Esto se puede deber a que en el momento de la aplicación del cuestionario México se encontraba en la fase II y aun así supusieron que las medidas preventivas que se tomaron fueron insuficientes (35%).

En cuanto a su salud física piensan que es muy buena (36%), que han sido pocos los efectos negativos (31%) porque el 91% no tienen enfermedades crónicas, la mayor parte expresa no tener ningún síntoma de coronavirus (87%) y la mayoría no conoce a nadie que lo padezca (64%); Contrariamente la economía familiar se vio afectada (51%) dado que hubo una disminución de trabajo (67%).

En lo que respecta a su salud mental refieren que no han tenido consecuencias negativas (33%), pero el efecto nocivo que ha tenido el encierro es mucho en sus actividades recreativas (27%), muchísimo en sus actividades deportivas (25%) y en sus estudios (32%), en tanto ha sido regular en su vida social

(33%). Por otro lado si han visto cambios en algunos de sus hábitos, comían (44%) y dormían (65%) menos.

Señalan que la convivencia familiar si se afectó pero de manera positiva (45%), han recibido principalmente ayuda de los padres (73%) y apoyo con información (28%). Así también, aprecian que la pandemia produjo el incremento de la solidaridad y la cooperación social (57%)

La medida preventiva que mencionan como más pertinente es la solicitud de quedarse en casa (42%), por lo que asumieron con más frecuencia no salir (63%). A pesar de considerar a la infección del coronavirus grave (46%) ven poco probable que se contagien (46%), pero si manifiestan muchísimo temor a que algún familiar se contagie (39%); por tal motivo solo han mantenido contacto con compañeros, maestros y autoridades del IPN a través de las redes sociales (92%)

Han tenido diferente tipo de reacciones emocionales: ansiedad, temor, preocupación, estado de alerta, depresión, confusión, aburrimiento, aislamiento que califican con mucha intensidad (48%).

Aún su estado de tensión no les resulta invasivo, ya que expresan sentirse nerviosos de vez en cuando (65%), lo que les permite poner atención en actividades como ver la TV o leer un libro (42%), no obstante reportan que no disfrutaban tanto como antes (55%); pero que si son capaces de reírse y encontrar el lado gracioso de las cosas igual que siempre (45%).

Manifiestan temor de que algo malo suceda aunque no de manera intensa (49%) y no obstante de sentirse nerviosos, con hormigueo en el estómago en algunas ocasiones (50%) puntualizan que pueden estar tranquilos a menudo (43%), pero el estar encerrados los hace sentir estresados (35%)

Señalan que sienten su cabeza llena de preocupaciones de vez en cuando (59%) y solo en algunas ocasiones se sienten alegres (51%) y esperan las cosas con ilusión como siempre (50%).

Piensan que en el regreso a clases el riesgo a contagio es moderado (38%) y el cumplimiento de las medidas de prevención es responsabilidad en igual medida de la sociedad en general (27%), de las autoridades del IPN (27%) y de ellos (27%). Suponen que las medidas protectoras deben mantenerse por un mes (32%), confían en que las autoridades del IPN son capaces de brindar a la comunidad los servicios básicos de prevención y atención en caso de un nuevo brote epidémico (70%).

Su mayor preocupación se encuentra focalizada en la escuela (43%); por lo que el 72% considera que en todos recae la responsabilidad de recuperar el tiempo perdido (gobierno, autoridades del IPN, profesores, alumnos).

A continuación se muestran las respuestas más significativas a las **preguntas abiertas**:

1.- ¿Por tu cabeza ha pasado la posibilidad de morir por el COVID? Explica.

La mayor parte de jóvenes señalan que no paso por su cabeza morir, “Me siento seguro con las medidas que sigo”, “Prefiero no pensar, que se alejen esas ideas”, “Antes veía muy lejano que mis seres queridos pudieran morir, ahora lo veo como algo que puede ocurrir”.

2.- ¿Ha cambiado tu concepto del proceso vida-muerte? Explica.

Muchos manifestaron que ahora ven diferente la muerte, “La vida es un ciclo”, “Ahora valoro más la vida”, “Cuando te toca te toca”, “Nada es para siempre”, “En vida hay que dar lo mejor”, “Aunque la vida es un ciclo, todo puede cambiar”, “Prefiero no pensar, pero ahora veo que todos podemos morir”.

3.- Si has tenido pesadillas, relata una.

Un número elevado mencionaron haber tenido por lo menos una pesadilla y los temas más recurrentes fueron: otras pandemias peores que la actual, falta de dinero, accidentes automovilísticos, secuestros, asesinatos, ahogamientos, oír gritos muy fuertes, choques, gente atropellada, explosiones, terremotos, desabasto de alimentos, inclusive que algunos profesores tienen el virus,

4.- ¿Has llegado a extrañar la escuela? ¿Por qué?

La gran mayoría extraña la escuela por diversos factores; por distracción, por la interacción con otros, por las amistades, por aprender, por sentir esa sensación entre el sometimiento (por los regaños de los maestros) y la libertad, por los profesores y porque las clases presenciales son mejores ya que en las clases virtuales no se aprende igual. Incluso hubo alguien que dijo “Éramos felices y no lo sabíamos”.

5.- ¿Has tenido algún problema para trabajar en línea? ¿Por qué?

Casi todos mencionaron que sí tuvieron algunas dificultades, “Porque no se aprende igual”, “Fallaba el internet”, “En casa varios ocupamos la misma computadora”, “Faltaba la interacción con otros para aprender”, “Las instrucciones de las actividades a veces no son claras”, “No tenemos al maestro para aclarar dudas”:

6.- ¿Qué es lo primero que harás terminando la pandemia, cuándo puedas salir?

“Reunirme con mis familiares que no he visto”, “Ver a mis amigos”, “Ir a fiestas”, “Relajarme”, “Salir al parque”, “Regresar a mis actividades cotidianas”, “Abrazar a toda la gente que quiero”, “Comprar tenis para hacer ejercicio”, “Ir a Six Flags”, “Realizar actividad física”, “Celebrar mi cumpleaños”, “Ir a ver a mi mamá porque vivo con mis abuelitos”, “Platicar con la gente”, “Ir al cine”, “Ir a un restaurante a comer con mi familia”, “Realizar un proyecto artístico”.

7.- Que enseñanza te deja esta situación en todos los aspectos de tu vida: biológica, psicológica y social.

“Valorar la vida”, “Valorar a mi familia”, “Valorar a mis amigos”, “La importancia de la higiene”, “Lo más importante es la salud”, “Aprender a controlar mi claustrofobia”, “Conocerme más”, “Adaptarme a la situación”, “Valorar la convivencia con mi familia”, “Conocer más a mis seres queridos”, “Que debemos vivir al máximo”, “Pasar más tiempo con los que amo”, “Que la gente dependemos de la interacción con

otros”, “Que solo así podemos ser una sociedad más consciente”, “Cuidar a los más vulnerables”, “Seguir instrucciones”, “Cuidar mi alimentación”, “Controlar mis ataques de ansiedad”, “Estar en paz”, “No sentirme superior, en las crisis todos somos iguales”.

8.- ¿Qué cambios harás en tu vida a partir de esta experiencia?

“Apoyarnos más”, “Aprovechar cada momento”, “Valorar cada minuto de mi vida”, “Disfrutar todo, hasta lo malo porque de ello aprendes”, “Dejar de ser superficial”, “Ser más solidario con los demás”, “Vivir el día como si fuera el último”, “Disfrutar las pequeñas cosas”, “Cuidar a las personas cercanas a mí”, “Tratar de ser mejor en todo”, “Hacerme responsable de mis actos”, “Esforzarme en la escuela”, “Demostrar mi aprecio”, “Cambiar mis hábitos”, “Mejorar mi vida espiritual”, “Hacer un proyecto de vida”, “Cumplir las metas que me planteo”, “Disfrutar de lo que tengo”, “Ahorrar”, “Desinfectar todo”, “Tener una dieta más nutritiva”, “Reflexionar acerca de lo que estoy haciendo con mi vida”.

## CONCLUSIONES

Parece paradójico pensar que jóvenes que en los últimos tiempos han estado acostumbrados a interactuar principalmente por medios virtuales y que de alguna manera se han mantenido aislados a voluntad, ahora extrañan la posibilidad de estar físicamente con el otro, No obstante, es justificable ya que el ser humano es por naturaleza social.

Ahora bien las circunstancias bajo las cuales se encuentran enclaustrados difieren en mucho de la que impone el sermón de los padres o del temor ante la situación de criminalidad que se sufre en el país. Es un confinamiento obligatorio, que lleva como consigna que “de no ser respetado se corre el riesgo de contagiarse y contagiar a los seres más queridos”.

Probablemente, es la adolescencia la peor etapa para estar en aislamiento, por las características propias de la edad. Aun cuando la soledad temporal en el adolescente es absolutamente necesaria en su desarrollo para convertirse en adulto sano; la situación de encierro forzoso se puede transformar en una vivencia avasallante.

Es como vivir una doble crisis; la que me impone de manera natural mi self (“establecer una frontera con los demás para construir mi identidad) y a la que me obliga una enfermedad. Sumado a esto, podemos agregar que puede tornarse difícil para los jóvenes lidiar con esta escenario ya que se encuentran viviendo un periodo en que las emociones están a flor de piel, y viven con frustración el confinamiento.

Por último, cabe señalar que como sociedad debemos estar atentos a lo que ocurre con nuestros jóvenes; ya que como cita la UNICEF “Hay que revalorizar la adolescencia como una etapa de posibilidades”, pero, más allá de lo que esta organización internacional defiende, “Se trata de una oportunidad para ser, ser personas” (Rogers, 2007).

**Lo fundamental es lograr que con la resolución de la crisis, el adolescente se transforme en un adulto feliz, productivo, que pueda vivir armónicamente con la sociedad.**

#### FUENTES DE CONSULTA

Covey, S. (2007). *Los 7 hábitos de los adolescentes altamente efectivos*. México: Debolsillo.

Erikson, E. (1972). *Sociedad y adolescencia*. Buenos Aires: Paidós.

Freud, S. (1905). *Tres ensayos sobre teoría sexual*. Madrid: Verbum.

Instituto de Investigaciones Sociales (2020). *Encuesta acerca de la pandemia*. UNAM: México.

Tapia, M. L., Fiorentino, M. T., Correché, M. S (2003). Soledad y tendencia al aislamiento en estudiantes adolescentes . Su relación con el autoconcepto. *Fundamentos en Humanidades*, IV (7-8), 163-172 [fecha de Consulta 5 de Mayo de 2020]. ISSN: 1515-4467. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=184/18400809>