



Enviado 15/08/2020
Aprobado 23/09/2020

TRASTORNOS DE LAS EMOCIONES A CONSECUENCIA DEL COVID-19 Y EL CONFINAMIENTO EN UNIVERSITARIOS DE LAS DIFERENTES ESCUELAS DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN. PERÚ

Disorders of the Emotions as a Consequence of Covid-19 and the Confinement in University of the Different Schools of the Hermilio Valdizan National University. Peru

Mónica Roxana Tamayo García¹

Universidad Nacional Hermilio Valdizán. Perú.

mtamayo@unheval.edu.pe

Zoila Elvira Miraval Tarazona

Universidad Nacional Hermilio Valdizán. Perú.

zmiraval@unheval.edu.pe

Peggy Mansilla Natividad

Universidad Femenina del Sagrado Corazón. Perú.

pemana228@hotmail.com

Resumen

La pandemia por el Covid-19 ha transformado la manera en la que vivimos, y tras el confinamiento obligatorio, la forma en la que nos relacionamos con las personas cambiará también de manera drástica. Y sin llegar a vivir la experiencia traumática de una hospitalización, la sociedad en su conjunto sufrirá estrés postraumático, debido al aislamiento domiciliario. En muchos casos, la enfermedad ha impactado de forma directa a personas cercanas, lo que se traducirá en una prevalencia mayor de los problemas relacionados con la salud mental. En este sentido, nadie duda de la huella psicológica y social que la pandemia dejará en la mayoría de la población. El trabajo realizado tiene el objetivo de identificar los trastornos de las emociones a consecuencia del covid-19 y el confinamiento en universitarios de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán. El tipo y nivel de investigación fue descriptivo, exploratorio, explicativo, aplicativo, analítico, prospectivo y transversal, con una muestra de 100 universitarios de las diferentes escuelas académico profesionales de la universidad. Para la recopilación

¹ **Mónica R. Tamayo García:** Doctora en Ciencias en la especialidad de Pedagogía – República de Cuba, Magister en Salud Pública, Maestrando en Bioética – FLACSO Argentina, especialista en Comunicación en Salud, Ética de la Investigación, Bioética, Gestión Universitaria. tulipanmtg@gmail.com

Trastornos de las emociones a consecuencia del COVID-19 y el confinamiento en universitarios de las diferentes escuelas de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán. Perú.

de datos se utilizó el cuestionario y se hizo uso de la encuesta virtual como técnica. Los principales resultados demuestran que los universitarios, presentan trastornos emocionales como: problemas de sueño (85%) y sentimientos depresivos y de desesperanza (83%). Se concluye que a consecuencia del confinamiento los universitarios presentan problemas psicológicos de ansiedad y depresión (46%), el 22% presenta depresión y estrés, mientras que un 17% de universitarios presenta estrés post traumático a consecuencia del covid-19 y el confinamiento.

Palabras clave: Trastornos de las emociones, covid-19, confinamiento, universitarios, universidad.

Abstract

The Covid-19 pandemic has transformed the way we live, and after mandatory confinement, the way we interact with people will also change drastically. And without going through the traumatic experience of hospitalization, society as a whole will suffer post-traumatic stress, due to home isolation. In many cases, the disease has directly impacted close people, which will translate into a higher prevalence of mental health-related problems. In this sense, no one doubts the psychological and social footprint that the pandemic will leave on the majority of the population. The work carried out has the objective of identifying the disorders of the emotions as a result of the covid-19 and the confinement in university students of the National University Hermilio Valdizán. The type and level of research was descriptive, exploratory, explanatory, applicative, analytical, prospective and cross-sectional, with a sample of 100 university students from the different academic professional schools of the university. For data collection, the questionnaire was used and the virtual survey was used as a technique. The main results show that university students present emotional disorders such as: sleep problems (85%) and feelings of depression and hopelessness (83%). It is concluded that as a result of confinement, university students present psychological problems of anxiety and depression (46%), 22% present depression and stress, while 17% of university students present post-traumatic stress as a result of COVID-19 and confinement.

Keywords: Emotion disorders, covid-19, confinement, university, public university.

Cómo citar el artículo

Tamayo-García, M.R., Miraval-Tarazona, Z.E., y Mansilla-Natividad, P. (2020). Trastornos de las emociones a consecuencia del COVID-19 y el confinamiento en universitarios de las diferentes escuelas de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán. Perú. *Revista de Comunicación y Salud*, 10 (2), 343-354. doi: [https://doi.org/10.35669/rcys.2020.10\(2\).343-354](https://doi.org/10.35669/rcys.2020.10(2).343-354)

1. INTRODUCCIÓN

El estado de emergencia decretado por el gobierno peruano, para hacer frente a la crisis sanitaria en la que nos encontramos en relación a la expansión del coronavirus (COVID-19), nos ha obligado a llevar a cabo el confinamiento en nuestras casas. Esta etapa de confinamiento, suele ser una experiencia desagradable para los seres humanos, debido a que es un aislamiento obligatorio y que implica romper con nuestro día a día, nuestras rutinas, nuestro ocio, nuestras clases, nuestros amigos, familia, nuestra pérdida de libertad, la aparición del aburrimiento y emociones descontroladas.

El ser humano no sólo vive para sí mismo como individualidad, sino que se encuentra constitutivamente volcado hacia los miembros de su propia especie, siendo en la relación con los demás donde se descubre y modela como persona (Huanca, 2017). Dicha relación es por tanto, un hecho indispensable para el proceso de personalización porque el ser humano existe en la medida que coexiste con los demás, teniendo en cuenta que desde el momento del nacimiento son los otros los que, no sólo ayudan a crecer y desarrollarse, sino que van enseñando a descubrirse a sí mismo, a los demás y al mundo en el que se vive.

En efecto esta situación tiene una potente carga psicológica sobre nosotros, a consecuencia de la cuarentena que poco a poco van pasando los días, y ya superamos más de 100 días de confinamiento, y vemos que de repente nuestra vida se ha paralizado y nos toca adaptarnos temporalmente a una nueva situación, nunca antes experimentada. Por supuesto el momento que acontece nos genera estrés, pero no sólo la situación vivida, sino también todas las consecuencias generadas por esta hasta la fecha. Los desórdenes emocionales y de la conducta en los jóvenes constituyen un grupo complicado de problemas emocionales y del comportamiento. Con el presente trabajo, pretendemos contribuir a la clínica de este sector de la población vulnerable, al confinamiento como son los adolescentes que sufren estos desórdenes y trastornos, por que mañana más tarde tendrán mucha dificultad en seguir las reglas y en comportarse de manera socialmente aceptable, en su medio. El objetivo del estudio de la presente investigación fue identificar los trastornos de las emociones a consecuencia del covid-19 y el confinamiento en universitarios, ya que es sabido que el aislamiento social está generando trastornos emocionales en las personas, dado que es la primera vez que se produce en el Perú, esta situación tal inusual e impredecible como es el confinamiento de estar en casa, y el ser humano por naturaleza no puede estar demasiado tiempo alejado de las personas, no poder verlos, ni abrazarlos debido al confinamiento. Lo cierto que es una problemática mundial de la salud mental, que se manifiesta de múltiples formas: psicológica, emocional, y física, frente a esa problemática nos planteamos la siguiente interrogante ¿Cuáles son los trastornos de las emociones a consecuencia del covid-19 y el confinamiento en universitarios? Teniendo como hipótesis de trabajo: que los trastornos emocionales han aumentado en los universitarios a consecuencia del covid-19 y el confinamiento. Entre las limitaciones que se presentaron durante el desarrollo de la investigación fueron al momento de

Trastornos de las emociones a consecuencia del COVID-19 y el confinamiento en universitarios de las diferentes escuelas de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán. Perú.

recolección los datos, por la situación virtual de la misma; como los escasos antecedentes de estudios relacionados al tema.

2. OBJETIVOS

Ante tal importancia del fenómeno psicológico que se viene presentando actualmente en variadas sociedades, esta investigación se propuso como objetivo principal identificar los trastornos de las emociones a consecuencia del Covid-19 y el confinamiento en universitarios de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán.

3. METODOLOGÍA

Metodológicamente hay que señalar que el diseño de investigación, correspondió al diseño no experimental de tipo transversal, los métodos utilizados fueron: inductivo deductivo, análisis y síntesis. La muestra fue de tipo no probalística y estuvo conformada por 100 estudiantes de las diferentes escuelas profesionales de la UNHEVAL (Universidad Nacional Hermilio Valdizán). Se hizo uso de la encuesta como técnica y se aplicó como instrumento un cuestionario para la recolección de datos, cabe señalar que se validó el instrumento teniendo en cuenta el criterio de expertos. La aplicación del instrumento fue a través de la plataforma virtual del cisco webex (de propiedad de la universidad).

Como el estudio incluye a personas, fue necesario tener en cuenta el aspecto de ética de la investigación, resolviendo de esa manera con lo estipulado por las normas de investigación en las personas, a través de cuestionarios anónimos y de esa manera cumplir con los aspectos de confidencialidad y respeto a las personas sujeto de estudio.

4. RESULTADOS

Del total de universitarios estudiados, podemos señalar que los resultados, en lo referente a la edad y sexo de universitarios en estudio, demuestra que en mayoría los universitarios (55%) se encuentran comprendidos entre las edades de 19 a 21 años de edad, y que el grupo mayoritario pertenece al sexo femenino (52%), es de destacar la similitud de los resultados con los estudios de J. Hernández en México (2016) que refiere que los adolescentes con problemas emocionales en su mayoría eran mujeres (57.3%). Con respecto a la zona de residencia de los universitarios es de verse que la mayoría (45%) vive en zonas urbano marginales, seguidos por un 24% que vive en zonas urbanas de la ciudad de Huánuco.

Y en lo referente al año de estudios la mayoría de universitarios, se encontraba cursando el segundo (47%) y tercer año académico (29%), y pertenecían a las escuelas académico profesionales de ciencias de la salud (31%), seguidos por ingenieras (25%), ciencias administrativas (17%), educación (15%) y un 12% de universitarios a escuela de derecho y ciencias políticas de la UNHEVAL.

Trastornos de las emociones a consecuencia del COVID-19 y el confinamiento en universitarios de las diferentes escuelas de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán. Perú.

Tabla 1. *Sintomatología frecuente por el confinamiento en universitarios de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán.*

SINTOMATOLOGÍA A CONSECUENCIA DEL CONFINAMIENTO	N°	%
Dolores musculares/articulares (síntoma físico sin relación con una enfermedad medica)	2	2
Dolores de cabeza, nuca (síntoma físico sin relación con una enfermedad medica)	74	74
Irritabilidad, agobio, enfado	10	10
Sentimientos depresivos, pesimistas y de desesperanza	83	83
Problemas de sueño (dificultad para dormir, sueño ligero, interrumpido)	85	85
Dificultades de concentración	65	65
Preocupación constante	22	22
Apatía, falta de iniciativa	7	7
Sentimiento de inseguridad	46	46
Llanto, ganas de llorar	21	21
Agresividad	34	34
Problemas de memoria	8	8
Aumento o disminución del apetito	31	31
Sequedad en la boca	21	21
Mareos, vértigo, pérdida del equilibrio	4	4
Desvanecimientos/desmayos	1	1
Jadeos/dificultad respiratoria	6	6
Miedo a perder a un ser querido	68	68
Ideas suicidas	1	1
Ataques de angustia y ansiedad	48	48
Enfermedad física (con diagnóstico médico) o con agravante de la misma	2	2
TOTAL	100	100

Fuente: *elaboración propia.*

Frente a la pregunta realizada a los estudiantes de las diferentes escuelas académicos profesionales de la UNHEVAL, que si durante los 100 días de confinamiento, a causa del Covid-19, y comparando con su vida antes de este suceso, en qué medida cree que ha experimentado con frecuencia algunos de estos síntomas, teniendo la opción de responder varios síntomas, los universitarios respondieron en mayoría: el 85% que presenta problemas de sueño (como dificultad para dormir, sueño ligero, sueño interrumpido, despertar temprano), seguido por un 83% que indico presentar sentimientos depresivos, pesimistas y de desesperanza, mientras que el 74% de universitarios refirió presentar dolores de cabeza y nuca (debiéndose tener presente que es un síntoma físico, sin relación con una enfermedad medica), y por otro lado el 68% de universitarios refirió tener miedo de perder un ser querido a causa del Covid-19, y 65% de universitarios indico tener problemas de concentración. Es de señalar que el 48% de universitarios presenta ataques de angustia y ansiedad, y un 46% presenta sentimientos de inseguridad, seguido por el 34% que señalo presentar sentimientos de agresividad. Es de resaltar, una respuesta alarmante de un universitario que refirió presentar ideas suicidas a consecuencia del covid-19 y el confinamiento.

Trastornos de las emociones a consecuencia del COVID-19 y el confinamiento en universitarios de las diferentes escuelas de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán. Perú.

Tabla 2. *Reacciones habituales ante la pandemia del covid-19 en el país y la región en universitarios de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán.*

REACCIONES HABITUALES ANTE LA PANDEMIA DEL COVID-19	N°	%
No ver la tv, ni leer noticias sobre Covid-19	12	12
Tener mucho miedo al contagio	14	14
Sentirse ansioso por lo sucedido	16	16
Ver un futuro incierto	23	23
Estar deprimido todo el tiempo	15	15
Miedo a salir a la calle	5	5
Tendencia a no pensar y no hablar de la situación	8	8
Facilidad para desconectarse de las preocupaciones	2	2
He tenido conflicto con las personas que vivo (porque no cumplen con las medidas de prevención)	5	5
TOTAL	100	100%

Fuente: *elaboración propia.*

Con respecto a las reacciones habituales de los universitarios ante la pandemia del Covid-19 y el confinamiento, respondieron en mayoría 23% que ven un futuro incierto, seguido por el 16% que se siente ansioso por lo sucedido, y el 15% indico estar deprimido todo el tiempo, mientras que un 14% refirió tener mucho miedo al contagio y el 12% de universitarios señalo no ver la tv, ni leer noticias sobre el Covid-19. Por otro lado, la minoría de universitarios (8%) reacciona con una tendencia a no pensar, ni hablar de la situación, y un 5% respectivamente tiene miedo a salir a calle, así como ha tenido conflictos con las personas que vive, porque estas no cumplen con las medidas de prevención.

Tabla 3. *Universitarios con problemas psicológicos que atribuyen al confinamiento. Universidad Nacional Hermilio Valdizán.*

PROBLEMAS PSICOLOGICOS DERIVADOS DEL CONFINAMIENTO	N°	%
Depresión y estrés	22	22
Depresión	10	10
Estrés post-traumático	17	17
Ansiedad y depresión	46	46
Ansiedad	5	5
TOTAL	100	100%

Fuente: *elaboración propia.*

En la presente tabla, es de verse que los universitarios en estudio, atribuyen presentar problemas psicológicos a consecuencia del confinamiento, y la mayoría (46%) indico presentar ansiedad y depresión, mientras que el 22% señalo presentar

depresión y estrés, seguido del 17% de universitarios que refirió presentar estrés post traumático por el confinamiento de la pandemia del Covid-19.

5. DISCUSIÓN

En el estudio, se ha podido identificar que el 37% de universitarios convive en hogares con personas pertenecientes a grupos de riesgo al Covid-19, de los cuales un 8% de universitarios pertenecen a un grupo de riesgo al Covid-19 (padecen de sobrepeso, asma, diabetes). Como también, se ha podido indagar que el 68% de universitarios conviven con familiares con síntomas compatibles al Covid-19, siendo este aspecto un factor de alto riesgo de contagio, para el universitario y su familia.

En ese sentido, también se ve que el 53% de universitarios ha sido el responsable de salir de su casa, durante el confinamiento; por cuestiones que está permitido como es por trabajo, compras de primera necesidad, farmacia, asistir a una persona necesitada, etc. Pero por otro lado, nos llama la atención que un 37% de universitarios ha salido de su casa durante el confinamiento, para distraerse, al respecto inferimos, que pudiera ser una respuesta emocional frente a los problemas psicológicos que presenta, mientras que el 10% de universitarios no ha salido para nada de su casa durante el confinamiento. En el caso de la pandemia generada por el Covid-19, la evidencia ha mostrado que, independiente de la etapa de exposición al virus en que pueda estar una persona, ya sea en cuarentena, al haber estado expuesta, en aislamiento, al ya estar infectada, bajo una situación preventiva de distanciamiento social, o bien post alta del virus, todas las medidas preventivas sugeridas incorporan medidas comportamentales (Urzúa, 2020), (Ozamis, 2020) señala en su estudio, que se ha detectado un mayor nivel de sintomatología a partir del confinamiento, donde las personas tienen prohibido salir de sus casas. Por otro lado, Espada (2020) señala que el confinamiento en el hogar es una medida sin precedentes en nuestro país que puede tener un impacto negativo en el bienestar físico y psicológico de niños y adolescentes.

Respecto al sentir de los universitarios frente al Covid-19 y el confinamiento, es de ver que la mayoría (52%) se siente con miedo y temor por lo ocurrido, y el 18% se siente confundido, mientras que un 11% se siente enfadado por lo ocurrido. Y en lo referente en qué medida se siente informado, sobre el covid-19 los universitarios, estos señalaron en mayoría (51%) bastante informado, seguido por un 46% que no prefieren saber del tema. Resultados que se asemejan a los de Esfahani (2020) que indica que los “sentimientos de ansiedad, enfado, impotencia y dolor están aumentando a medida que las personas se enfrentan a un futuro cada vez más incierto y casi todos han sido afectados por alguna pérdida”.

Los universitarios refirieron experimentar con frecuencia algunos síntomas emocionales, a causa del Covid-19 durante los 100 días de confinamiento, en mayoría (85%) presenta problemas de sueño (como dificultad para dormir, sueño ligero, sueño interrumpido, despertar temprano), seguido por un 83% que indico presentar sentimientos depresivos, pesimistas y de desesperanza, mientras que el 74% de

universitarios refirió presentar dolores de cabeza y nuca (debiéndose tener presente que es un síntoma físico, sin relación con una enfermedad medica), y por otro lado el 68% de universitarios refirió tener miedo de perder un ser querido a causa del Covid-19, y 65% de universitarios indico tener problemas de concentración. Es de señalar que el 48% de universitarios presenta ataques de angustia y ansiedad, y un 46% presenta sentimientos de inseguridad, seguido por el 34% que señalo presentar sentimientos de agresividad. Es de resaltar, una respuesta alarmante de un universitario que refirió presentar ideas suicidas a consecuencia del covid-19 y el confinamiento. Contrastando dichos resultados con los aportes de (Brooks et al., 2020) que señala que este “escenario causaría un impacto psicológico negativo en las personas y en la población más vulnerable, desencadenando estrés, temor, confusión, ira, frustración, preocupación, aburrimiento, soledad, estigma, ansiedad, desesperanza, culpa, depresión y suicidio”. Las investigaciones demuestran que los jóvenes con desórdenes de la conducta, tendrán problemas de continuar, si ellos y sus familias no reciben un tratamiento comprensivo a tiempo; y que sin el tratamiento, muchos de estos muchachos con desórdenes de la conducta no lograrán adaptarse a las demandas que conlleva el ser adulto y continuarán teniendo problemas en sus relaciones sociales y no manteniendo un empleo, y pueden a menudo contravenir la ley o se comportan de manera antisocial (AACAP, 2004), (Gonzales et al., 2013). Mientras que los resultados de (Ozamis, 2020) demuestran que, aunque los niveles de sintomatología han sido bajos en general al principio de la alarma, la población más joven y con enfermedades crónicas ha referido sintomatología más alta que el resto de población. Del mismo modo, los resultados de (Xin et al., 2020) concluyo que los universitarios en cuarentena eran más propensos que otros a percibir discriminación y a mostrar angustia mental.

Con respecto a los problemas psicológicos los universitarios en estudio, atribuyen presentar trastornos psicológicos a consecuencia del confinamiento, y la mayoría (46%) indico presentar ansiedad y depresión, mientras que el 22% señalo presentar depresión y estrés, seguido del 17% de universitarios que refirió presentar estrés post traumático por el confinamiento de la pandemia del Covid-19. Es sabido, que la depresión y la ansiedad se presenta con bajones de estados de ánimo, y situaciones donde los universitarios han tenido familiares fallecidos en estos días y no han podido despedirse de ellos, los problemas psicológicos de vuelven crónicos, y de resaltar que estas son situaciones más críticas que pueden derivar en un incremento mayor de la ansiedad o de la depresión, e incluso convertirse en síndromes de estrés agudo; una ansiedad máxima provocada por la impotencia ante la situación, y si estos síntomas se alargan en el tiempo, pueden provocar ciertas enfermedades mentales, relacionadas con la ansiedad y la depresión, que tenemos que vigilar (Ruiz-Grosso et al., 2012). Por otro lado, Hernández (2016) concluye en su estudio que los trastornos mentales en adolescentes son considerados como un problema de salud pública, debido a su alta prevalencia. Al respecto, es importante el aporte de Fernández (2020) que recomienda que en esta situación la mejor iniciativa será saber amoldarnos, seguir en casa, asumir que esto pasará, cultivar la paciencia, construir rutinas, cuidar nuestras necesidades básicas, compartir información contrastada y constructiva, mantener el contacto social virtual, centrarnos en pequeños objetivos diarios, no desesperar, y sobre todo

interiorizar que el altruismo y la sensación particular de poder estar ayudando a otros; aunque nos cueste y sea difícil, reducirá nuestro estrés y hará que esta situación sea más soportable y llevadera. Los resultados de Esfahani (2020) señalan que el 45% de estadounidenses sienten que el coronavirus ha afectado negativamente su salud mental. Así mismo, es importante el aporte de (Espada, 2020) que señala que la cuarentena en el hogar o la hospitalización por enfermedad del adolescente o familiares directos son condiciones que pueden generar altos niveles de estrés y problemas psicológicos. Mientras que los resultados del estudio de (Marquina y Jaramillo, 2020) indicó que la depresión, estrés post traumático y el enojo fueron más altas.

En lo referente a la percepción de una afectación académica de los universitarios, a consecuencia del Covid-19 y el confinamiento, es de ver que la mayoría (55%) de los universitarios refiere una afectación económica, por lo gastos extras que afronta, como gastos de compra de celulares modernos, laptops, internet y electricidad; seguidos por un 24% de universitarios que indica, sentirse afectado de manera considerable por la forma virtual de sus clases, infiriéndose al respecto que los estudiantes universitarios prefieren que el proceso de enseñanza aprendizaje sea de manera presencial en la aulas universitarias, por la calidez y la interacción entre sus compañeros y su docente. En ese aspecto, es de destacar que el 9% de universitarios indicó sentirse afectado académicamente, lo suficiente para perder el año académico. Mientras (Alonso, 2016) señala en su estudio que “actualmente, es más frecuente encontrarnos con adolescentes que presentan problemas de convivencia y trastornos de conductas en las aulas, por lo que esto provoca cada vez mayor inquietud tanto para el profesorado, como para las familias, ya que muestran un grupo complicado de problemas emocionales y de comportamiento”. Cabe indicar, que durante el primer semestre del año lectivo 2020 según una nota de prensa local (Tudiarío, 2020), un promedio de 3,000 universitarios no se matricularon en la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, con lo que se confirma, que un buen número de estudiantes universitarios, perderán el año académico a consecuencia del Covid-19 y el confinamiento.

6. CONCLUSIONES

Los trastornos emocionales en jóvenes, se caracterizan en mayor parte, aun desajuste dentro de su contexto familiar, universitario y social. Trastornos que alteran su equilibrio emocional y social, así como también se ve afectado su entorno académico. Si bien es cierto, en la sociedad actual se ha producido un cambio de valores, preponderando el individualismo, el bienestar personal al esfuerzo y el trabajo, y como consecuencia nos encontramos con una escasa resistencia a la ansiedad y el estrés. Y si sumamos, el impacto psicológico originado por la pandemia del Covid-19 y su medida preventiva a través del confinamiento, esto ha producido un efecto amplio, trascendental y probablemente duradero en el tiempo; afectando tanto a la población en general como a los universitarios.

En el presente estudio, no pretendemos sugerir que la cuarentena a través del confinamiento no deba ser usada; sin embargo, el privar a las personas de su libertad

para un bien social es a menudo un tema controversial y debe ser manejado con mucho cuidado, considerando las implicancias que éste originaría en la salud mental de la población. El confinamiento es de suma importancia, para evitar la propagación del Covid-19, pero el gobierno debe lograr y saber comunicar a la gente, qué está sucediendo y por qué, explicando cuánto tiempo continuará, proporcionando actividades significativas durante el confinamiento, proporcionando una comunicación clara, asegurando disponibilidad de suministros básicos (como alimentos, agua, suministros médicos, educación en todos los niveles).

Después de analizar las diferentes teorías y los resultados obtenidos, se confirma la hipótesis planteada que si existe un aumento de los problemas psicológicos a consecuencia del Covid-19 y el confinamiento, en los universitarios de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán de Huánuco – Perú, donde es ver que la mayoría (46%) de universitarios indico presentar ansiedad y depresión, mientras que el 22% señalo presentar depresión y estrés, seguido del 17% de universitarios que refirió presentar estrés post traumático; cuyas manifestaciones han causado efectos en su salud mental, produciendo trastornos emocionales, con consecuencias largo plazo. Siendo el grupo de universitarios, un sector de la población más susceptible a experimentar mayores niveles de ansiedad, depresión y estrés en el encierro por el confinamiento, que el resto de los rangos etarios de la población.

Para concluir, nos parece oportuno sugerir la importancia del establecimiento de políticas preventivas, enfocadas en la salud mental de las personas durante epidemias, acciones que sean dirigidas o desarrolladas por personal de salud mental (psicólogos, psiquiatras, psicólogos terapeutas e implicados en la labor de salud mental), sugiriendo que principalmente deban ser identificados los grupos vulnerables de riesgo (universitarios), y que las medidas preventivas sean adaptadas a las distintas fases de la pandemia, de acuerdo al contexto y realidad social.

7. REFERENCIAS

- Alonso, G. J. (2016). Problemas de convivencia y trastornos de conductas en los adolescentes. *Revisión teórica*. Universidad de la Laguna. España. Disponible en: <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/>
- American Academy of Child and Adolescent Psychiatry. (2004). Desórdenes de conducta. Rev. N° 33. Disponible en: <https://www.aacap.org/AACAP/Families>
- Brooks, S.K., Webster, R.K., y Smith, L.E. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *Lancet*, 395(10227), 912-920. doi: [10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)

Trastornos de las emociones a consecuencia del COVID-19 y el confinamiento en universitarios de las diferentes escuelas de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán. Perú.

- Esfahani, S. E. (2020). En Confinamiento por el Coronavirus Artículo. Busca el significado, no la felicidad. *New York Times*. USA. Disponible en: <https://www.impacto.net/en-confinamiento-por-el-coronavirus>
- Espada, J. P., Orgilés, M., Piqueras, J. A., y Morales, A. (2020). Buenas prácticas en la atención psicológica infanto-juvenil ante la COVID-19. *Clínica y Salud*, 31(2), 109-113. doi: [10.5093/clysa2020a14](https://doi.org/10.5093/clysa2020a14)
- Fernández, M. (2020). Resiliencia y Altruismo en tiempos de Confinamiento. Un comentario. *Blog, Hay derecho: por una conciencia cívica*. Colombia. Disponible en: <https://hayderecho.expansion.com/2020/04/12/resiliencia-y-altruismo-en-tiempos-de-confinamiento/>
- González, G. E., Hernández, G. L., Guerra, M. D., y Del Rey, G. D. (2013). Comportamiento de los desórdenes de la conducta en un grupo de niños de la enseñanza primaria. *Medimay*, 19(1), 33-43. Recuperado de <http://revcmhabana.sld.cu/index.php/rcmh/article/view/597>
- Hernández, N. J. (2016). *Problemas emocionales y conductuales en una muestra de adolescentes de la ciudad de Toluca*. (Tesis para obtener el título de licenciado en psicología). Universidad de Toluca, México. Disponible en: <http://hdl.handle.net/20.500.11799/65268>
- Huanca, S. P. (2017). *Influencia de la situación socio-económica de la familia en las manifestaciones de agresividad en los estudiantes del 3er Grado de la I. E. S. Comercial el Centenario Putina*. (Tesis de Segunda Especialidad). Universidad Nacional de San Agustín. Facultad de Ciencias de la Educación. Arequipa. Perú. Disponible en: <http://repositorio.unsa.edu.pe>
- Marquina, M. R. y Jaramillo, V. L. (2020). El COVID-19: *Cuarentena y su Impacto Psicológico en la población*. Universidad Nacional Federico Villarreal. Perú. Disponible en: <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/452>
- Ozamis, E., Dosil, S., Picaza, G., y Idoiaga, M. (2020). Niveles de estrés y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España. *Cad. Saúde Pública*, 36(4), e00054020. doi: [10.1590/0102-311x00054020](https://doi.org/10.1590/0102-311x00054020)
- Ruiz-Grosso, P., Loret-de-Mola, C., y Vega-Dienstmaier, J. M. (2012). Validation of the Spanish Center for Epidemiological Studies Depression and Zung Self Rating Depression Scales: a comparative validation study. *PLoS One*, 7(10), e45413. doi: [10.1371/journal.pone.0045413](https://doi.org/10.1371/journal.pone.0045413)
- Tu diario. Diario local de la ciudad de Huánuco. Perú. (2020, 24 de mayo). Disponible en: <https://tudiariohuanuco.pe>

Trastornos de las emociones a consecuencia del COVID-19 y el confinamiento en universitarios de las diferentes escuelas de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán. Perú.

Urzúa, A., Vera-Villaruel, P., Caqueo-Úrizar, A., y Polanco-Carrasco, R. (2020). La Psicología en la prevención y manejo del COVID-19. Aportes desde la evidencia inicial. *Terapia Psicológica*, 38(1), 103-118. Disponible en: <http://www.teps.cl/index.php/teps/article/view/273>

Xin, M., Luo, S., She, R., Yu, Y., Li, L., Wang, S., Ma Tao, F., Zhang, J., Zhao, J., Li L., Hu, D., Zhang, G., Gu, J., Lin, D., Wang, H., Cai, Y., Wang, Z., You, H., Hu, G., y Lau, J. T. (2020). Correlaciones cognitivas y psicológicas negativas de la cuarentena obligatoria durante el brote inicial de COVID-19. China. *The new england journal of medicine*. Disponible en: <https://www.nejm.org/doi/pdf/10.1056/NEJMoa2002032>

AUTORAS

Mónica Roxana Tamayo García

Doctora en Ciencias realizado en la Universidad de Camagüey - República de Cuba, Magister en Salud Pública y Gestión Sanitaria, en la actualidad culmino la Maestría en Bioética en la FLACSO - República Argentina. Con especialidades en Bioética de la Investigación, Ética de la Investigación realizados en la República de Argentina, Comunicación en Salud, Proyectos en Salud, Gerencia Universitaria y otros. Actualmente es Docente Principal de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán de Huánuco. Perú.

tulipanmtg@gmail.com

Orcid ID: <https://orcid.org/0000-0001-9442-7053>

Zoila Elvira Miraval Tarazona

Doctora en Ciencias de la Salud, Magister en Administración y Gerencia en salud. Especialista en Alto Riesgo Obstétrico, Evaluador Nacional de Competencias Profesionales del Colegio de Obstetras del Perú certificado por el CONEAU. Docente Principal de Universidad Nacional Hermilio Valdizán de Huánuco. Perú.

zmiraval@unheval.edu.pe

Orcid ID: <https://orcid.org/0000-0001-5881-4187>

Peggy Mansilla Natividad

Doctora en Psicología en la Universidad Femenina del Sagrado Corazón – UNIFÉ, Magister en Psicología Clínica y de la Salud, especialista en Terapia del Leguaje, Perito forense.

pemana228@hotmail.com