



# UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO

## FACULTAD DE TRABAJO SOCIAL

### ESCUELA PROFESIONAL DE TRABAJO SOCIAL



## LAS CLASES VIRTUALES Y SU RELACIÓN CON LA SALUD MENTAL EN ESTUDIANTES DE LA IES CÉSAR VALLEJO DE LA PROVINCIA DE HUANCANÉ EN EL CONTEXTO DE LA CUARENTENA POR COVID-19, 2020

### TESIS

#### PRESENTADA POR:

**Bach. ESTHER YANETH COSI HUANCA**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:**

**LICENCIADA EN TRABAJO SOCIAL**

**PUNO – PERÚ**

**2022**



## DEDICATORIA

*A Dios todopoderoso por guiarme, por fortalecerme y acompañarme todos los días de mi vida. A mis queridos padres Irma y Nicolás, por apoyarme incondicionalmente, por brindarme sus sabios consejos y motivación constante. A mis hermanas y hermano por sus palabras de aliento y compañía; también agradezco a mis hermanos que desde el cielo me cuidan y guían mi ser en todo momento.*

**Esther Yaneth.**



## AGRADECIMIENTO

*A la Universidad Nacional de Altiplano – Puno y a la Facultad de Trabajo Social por abrirme las puertas y por brindarme la oportunidad de haber estudiado esta profesión; asimismo, agradezco a todos las docentes de esta Facultad.*

*A la Dra. Bestsabé Aurora Llerena Zea por su apoyo, por sus aportes y valiosas sugerencias en la realización de este estudio.*

*A los miembros del jurado, en especial a la Dra. Nilda Mabel Flores Chávez, M.S.c. Katia Marleny Arpasi Chambi y M.Sc. Lourdes Lacuta Sapacayo, quienes revisaron la coherencia metodológica y teórica y brindaron sus observaciones.*

*De igual manera agradezco a la I.E.S. César Vallejo por brindarme las facilidades para la ejecución de la investigación.*

*Finalmente, agradezco a todas(os) mis amistades que conocí en el transcurso de mi formación profesional, por sus consejos y apoyo muchas gracias por todo lo bueno.*

**Esther Yaneth.**



# ÍNDICE GENERAL

<b>DEDICATORIA</b>	
<b>AGRADECIMIENTO</b>	
<b>ÍNDICE GENERAL</b>	
<b>ÍNDICE DE TABLAS</b>	
<b>ÍNDICE DE ACRÓNIMOS</b>	
<b>RESUMEN .....</b>	<b>9</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>10</b>
<b>CAPÍTULO I</b>	
<b>INTRODUCCIÓN</b>	
<b>1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....</b>	<b>13</b>
<b>1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....</b>	<b>15</b>
1.2.1. Problema general .....	15
1.2.2. Problemas específicos.....	15
<b>1.3. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN.....</b>	<b>15</b>
1.3.1. Hipótesis general .....	15
1.3.2. Hipótesis específicas.....	16
<b>1.4. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO.....</b>	<b>16</b>
<b>1.5. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN .....</b>	<b>17</b>
1.5.1. Objetivo general .....	17
1.5.2. Objetivos específicos .....	17
<b>CAPÍTULO II</b>	
<b>REVISIÓN DE LITERATURA</b>	
<b>2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN.....</b>	<b>19</b>
2.1.1. A nivel internacional .....	19
2.1.2. A nivel nacional.....	21
2.1.3. A nivel local.....	22
<b>2.2. MARCO TEÓRICO .....</b>	<b>23</b>
2.2.1. Las clases virtuales desde la teoría de aprendizaje colaborativo de Vygotsky.	23
2.2.2. Clases virtuales en el contexto de la pandemia por covid-19.....	24



2.2.3. Recursos de aprendizaje .....	26
2.2.4. Acompañamiento virtual .....	27
2.2.5 Aprendizaje colaborativo .....	28
2.2.6. Competencias del estudiante .....	29
2.2.7. La salud mental desde la interdisciplinariedad.....	30
2.2.8. Salud mental desde el enfoque psicosocial.....	30
2.2.9. Alteraciones en la salud mental durante la pandemia del covid-19 .....	32
2.2.10.Síntomas somáticos .....	33
2.2.11. Ansiedad e insomnio .....	34
2.2.12. Disfunción social.....	34
2.2.13. Depresión .....	35
<b>2.3. MARCO CONCEPTUAL.....</b>	<b>36</b>
2.3.1. Agotamiento .....	36
2.3.2. Autoevaluación.....	36
2.3.3. Capacidad .....	36
2.3.4. Comunicación.....	37
2.3.5. Herramientas de aprendizaje .....	37
2.3.6. Nervios.....	37
2.3.7. Participación en clases.....	37
2.3.8. Preocupación .....	37
2.3.9. Retroalimentación.....	37
2.3.10. Suicidio.....	38
<b>CAPÍTULO III</b>	
<b>MATERIALES Y MÉTODOS</b>	
3.1. Ubicación Geográfica del Estudio.....	39
3.2. Tipo y Método de Estudio .....	39
3.3. Población y Muestra de Estudio .....	41
3.4. Procesamiento estadístico.....	41



## CAPÍTULO IV

### RESULTADOS Y DISCUSIÓN

<b>4.1. RESULTADOS PARA EL OBJETIVO GENERAL .....</b>	<b>43</b>
4.1.1. Clases virtuales .....	43
4.1.2. Prueba de hipótesis general .....	46
<b>4.2. RESULTADOS PARA EL OBJETIVO ESPECÍFICO 01.....</b>	<b>47</b>
4.2.1. Recursos de aprendizaje .....	47
4.2.2. Síntomas somáticos .....	48
4.2.3. Prueba de hipótesis específica 01 .....	51
<b>4.3. RESULTADOS PARA EL OBJETIVO ESPECÍFICO 02.....</b>	<b>51</b>
4.3.1. Acompañamiento virtual .....	51
4.3.2. Ansiedad e insomnio .....	54
4.3.3. Prueba de hipótesis específica 2: .....	56
<b>4.4. RESULTADOS PARA EL OBJETIVO ESPECÍFICO 03.....</b>	<b>56</b>
4.4.1. Aprendizaje colaborativo.....	56
4.4.2. Disfunción social en la actividad diaria .....	59
4.4.3. Prueba de hipótesis específica 3 .....	61
<b>4.5. RESULTADOS PARA EL OBJETIVO ESPECÍFICO 04.....</b>	<b>62</b>
4.5.1. Competencias del estudiante .....	62
4.5.2. Depresión.....	64
4.5.3. Prueba de hipótesis específica 4 .....	66
<b>V. CONCLUSIONES.....</b>	<b>67</b>
<b>VI. RECOMENDACIONES.....</b>	<b>69</b>
<b>VII. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS.....</b>	<b>71</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>78</b>

**ÁREA:** Familias, realidades, cambios y dinámicas de intervención

**TEMA:** Cambios en la estructura de las familias

**FECHA DE SUSTENTACIÓN:** 15 de junio de 2022.



## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1:	Clases virtuales en los estudiantes de la IES “César Vallejo” de Huancané en el contexto de cuarentena por la covid-19. ....	44
Tabla 2:	Clases virtuales en los estudiantes de la IES “César Vallejo” de Huancané en el contexto de cuarentena por la Covid-19. ....	46
Tabla 3:	Recursos de aprendizaje en los estudiantes de la IES “César Vallejo” de Huancané en el contexto de cuarentena por la covid-19.....	47
Tabla 4:	Síntomas somáticos en los estudiantes de la IES “César Vallejo” de Huancané en el contexto de cuarentena por la Covid-19.....	49
Tabla 5:	Correlación entre los recursos de aprendizaje y la salud mental. ....	51
Tabla 6:	Acompañamiento virtual en los estudiantes de la IES “César Vallejo” de Huancané en el contexto de cuarentena por la covid-19.....	52
Tabla 7:	Ansiedad e insomnio en los estudiantes de la IES “César Vallejo” de Huancané en el contexto de cuarentena por la Covid-19.....	54
Tabla 8:	Correlación entre el acompañamiento virtual y la salud mental.....	56
Tabla 9:	Aprendizaje colaborativo en los estudiantes de la IES “César Vallejo” de Huancané en el contexto de cuarentena por la Covid-19.....	57
Tabla 10:	Disfunción social en los estudiantes de la IES “César Vallejo” de Huancané en el contexto de cuarentena por la Covid-19.....	59
Tabla 12:	Competencias del estudiante de la IES “César Vallejo” de Huancané en el contexto de cuarentena por la Covid-19. ....	62
Tabla 13:	Depresión en los estudiantes de la IES “César Vallejo” de Huancané en el contexto de cuarentena por la Covid-19. ....	64
Tabla 14:	Correlación entre las competencias del estudiante y la salud mental. ....	66



## ÍNDICE DE ACRÓNIMOS

<b>MINEDU</b>	: Ministerio de Educación.
<b>I.E.S.</b>	: Institución Educativa Secundaria.
<b>SPSS</b>	: Statistics Standard Edition.
<b>OMS</b>	: Organización Mundial de la Salud
<b>IPE</b>	: Instituto Peruano de Economía



## RESUMEN

La investigación: Las clases virtuales y su relación con la salud mental en estudiantes de la institución educativa secundaria César Vallejo de la provincia de Huancané en el contexto de la cuarentena por Covid-19, 2020, se realizó con el objetivo general de: Determinar la relación entre las clases virtuales y la salud mental en los estudiantes, la hipótesis planteada fue: existe relación significativa entre las clases virtuales y la salud mental en los estudiantes. A nivel metodológico se aplicó el método hipotético deductivo y el diseño no experimental. Se utilizó la encuesta y como instrumento la escala de Likert que se aplicó a 192 estudiantes. Los resultados demostraron con un valor de correlación de Spearman de 0,674 y con significancia de 0.000 que existe correlación positiva considerable entre las clases virtuales y la salud mental; al respecto: el 42% de los estudiantes lograron un aprendizaje regular, 35% manifiesta que el uso de recursos de aprendizaje fue regular, el 60% presentaron un nivel medio en síntomas somáticos, el 60% manifestó que el acompañamiento virtual de docentes y/o tutores fue regular, el 70% presentaron un nivel medio de ansiedad e insomnio, el 76% de la población de estudio manifestaron que durante la cuarentena los estudiantes tuvieron un aprendizaje colaborativo regular, el 65% manifestaron un nivel bajo en cuanto a la satisfacción de sus actividades, el 81% de estudiantes manifestaron un nivel regular en el logro de sus competencias como estudiante y el 91% presentar niveles bajos o leves de depresión.

**Palabras clave:** clases virtuales, salud mental, estudiantes, confinamiento.



## ABSTRACT

The research: Virtual classes and their relationship with mental health in students of the César Vallejo secondary educational institution in the province of Huancané in the context of the quarantine by Covid-19, 2020, was carried out with the general objective of: Determine the relationship between virtual classes and mental health in students, the hypothesis was: there is a significant relationship between virtual classes and mental health in students. At the methodological level, the hypothetical-deductive method and the non-experimental design were applied. The survey was used and the Likert scale was used as an instrument, which was applied to 192 students. The results demonstrated with a Spearman correlation coefficient value of 0.674 and a significance of 0.000 that there is a considerable positive correlation between virtual classes and mental health; in this regard: 42% of the students achieved regular learning, 35% stated that the use of learning resources was regular, 60% presented a medium level in somatic symptoms, 60% stated that the virtual accompaniment of teachers and/or tutors was regular, 70% presented a medium level of anxiety and insomnia, 76% of the study population stated that during the quarantine the students had regular collaborative learning, 65% expressed a low level in terms of satisfaction with their activities, 81% of students showed a regular level in the achievement of their skills as a student and 91% presented low or mild levels of depression.

**Keywords:** virtual classes, mental health, students, confinement.



# CAPÍTULO I

## INTRODUCCIÓN

La situación mundial con la pandemia del Covid-19 ha provocado muchos cambios en el ámbito económico, y de manera especial en la salud y educación. La Organización Mundial de la Salud (OMS) la declaró desde marzo del 2020 como pandemia mundial y enfermedad contagiosa por el virus del Covid-19, por ende, los países a nivel mundial se vieron obligados a implementar estrategias de gobierno para controlar la expansión y los contagios declarando de esta manera la cuarentena obligatoria la misma que se dio como una estrategia para prevenir la enfermedad.

El gobierno peruano declaró en el País la emergencia sanitaria por la presencia de dicha enfermedad, consecuentemente el Ministerio de Educación dispuso medidas de implementación de programas en educación a distancia como: “Aprendo en Casa”, este contexto ha demandado que las clases presenciales se suspendan y que se lleven a cabo de manera virtual para prevenir la propagación de la enfermedad. Millones de estudiantes de clases 100% virtuales pasan horas frente a sus celulares y computadoras sin poder salir a jugar con sus amigos, sin clases presenciales de deporte, de arte y cultura muchos estudiantes tuvieron dificultades para realizar sus estudios mediante el aprendizaje virtual o remoto, la enseñanza virtual cambio radicalmente en cuanto al dictado de clases para los estudiantes, siendo afectadas la salud mental de los adolescentes al entrar en confinamiento sin poder salir de casa.

Asimismo, la enseñanza virtual ha incrementado las dificultades que el sistema educativo peruano presentaba, extendiéndose de esta manera las brechas de diferencia social y digital para mostrar, en varios otros puntos, que la enseñanza en épocas de enfermedad pandémica deja de ser un derecho y se convierte en una mercancía que solo



puede obtener quien tiene recursos económicos y tecnológicos (Gómez & Escobar, 2021, p. 10).

Este contexto educativo ha traído consecuencias en cuanto al estado de salud de los estudiantes, específicamente en su bienestar subjetivo y objetivo; al ser declarado el estado en cuarentena, los estudiantes se vieron obligados a asistir a clases virtuales ya que se encontraban aislados, encerrados y sin interacción con sus amigos y/o compañeros, lo cual afectó su bienestar.

Desde esta perspectiva, la presente investigación determinó la relación de las clases virtuales con la salud mental en los alumnos de la institución educativa secundaria César Vallejo de la provincia de Huancané en el contexto de la cuarentena por la Covid-19. Asimismo, a nivel específico estableció la relación entre los recursos de aprendizaje y la salud mental, el acompañamiento virtual y la salud mental, determinar la relación entre el aprendizaje colaborativo y la salud mental e identificar la relación entre las competencias y la salud mental del estudiante.

La investigación y los resultados se estructuraron y se dieron a conocer de la siguiente manera: En el primer capítulo se desarrolla la introducción, el planteamiento del problema, hipótesis, justificación de estudio y objetivos. En el capítulo II se desarrolla los antecedentes, el marco teórico y conceptual en relación a la variable independiente y dependiente. En el capítulo III se da a conocer los materiales y métodos utilizados en la investigación, así como el ámbito de estudio, la población, muestra de estudio y las técnicas de recolección de datos. En el capítulo IV se muestran los resultados y la discusión de la investigación en relación a los objetivos. Finalmente, se presentan las conclusiones a las que arribó la investigación, las recomendaciones, referencias bibliográficas utilizadas durante el proceso de la investigación y se anexa los instrumentos.



## 1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Las clases virtuales actualmente son una de las nuevas modalidades de enseñanza ante la pandemia ocasionado por el covid-19, esta modalidad permitió la continuidad del aprendizaje constituyéndose como una alternativa ante el encierro decretado por el gobierno, lo que ocasionó y restringió la interacción con familiares, compañeros y amigos e impactó en la salud mental de los estudiantes; tras un análisis del Instituto Peruano de Economía (2021) expuso que en la parte sur de la nación solo el 17% de alumnos contaron con internet en el hogar para aprender a distancia en las primeras cuatro semanas de clases de 2021, asimismo, sostuvo que estas cifras no mejorarían; Por otro lado, se cree que 120 mil estudiantes no lograron conectarse en las zonas de Puno, Cusco y Apurímac, el caso ha sido preocupante debido a que en el primer departamento la conectividad en el nivel secundario bordeó el 11,9%, en la segunda el 7% y en la última apenas el 6.3%. Asimismo el Ministerio de Salud mediante la Dirección de salud mental refieren que el encierro prolongado, la pérdida de socialización y al observar como los padres viven estresados, deprimidos, con carencias económicas, problemas de salud y hasta de violencia ha hecho que la salud mental de los adolescentes se vea deteriorada.

En la región de Puno según las autoridades regionales y la Dirección Regional de Educación informan que, tras activarse la enseñanza virtual durante la emergencia sanitaria, denominada “Aprendo en Casa” para la continuidad del proceso de aprendizaje de los estudiantes, al menos unos 20 mil alumnos no han continuado. En las zonas rurales la deserción fue en aumento, ahí los escolares subieron a las zonas más altas o a cerros para captar la señal de conexión de internet, radio o televisión a fin de lograr aprendizajes, ya que no tuvieron buena señal de internet en algunos poblados (La Exitosa, 2020).

En la institución educativa secundaria César Vallejo de Huancané la mayoría de los estudiantes tuvieron inconvenientes para asistir a las clases virtuales en contexto de



cuarentena por la pandemia del covid-19, las brechas tecnológicas en varias zonas rurales obstaculizaron el acceso igualitario a la educación de los estudiantes que desarrollaron sus clases por medios de comunicación como la radio, televisión, internet y celular, a causa de ello, la mayoría de los estudiantes no lograron descargar archivos que el docente enviaba porque no contaban con un celular personal, el equipo móvil era compartido con sus hermanos.

En cuanto al acompañamiento virtual de los docentes y/o tutores también presento dificultades y obstáculos, no pudieron realizar procesos de acompañamiento porque no estaban preparados para el nuevo sistema educativo virtual, por ello, el aprendizaje colaborativo en el entorno virtual se vio afectada y la interacción entre el docente y el estudiante no se desarrolló de manera eficiente para lograr las competencias educativas.

Cabe resaltar que la población más vulnerable durante la pandemia han sido los estudiantes por su escasa capacidad de acceso a clases virtuales y las condiciones en las que tuvieron que acceder, estas condiciones afectaron su estado de salud emocional y mental presentando síntomas de agotamiento, estrés, alteración de emociones, situaciones de inestabilidad, ansiedad, frustración, sentimientos de tristeza, apatía, depresión, cansancio de hacer lo rutinario y de no poder realizar actividades como deporte, socializar con sus amigos y otras actividades, a consecuencia de ello dejaron de lado el optimismo y motivación que mostraban en la presencialidad.

Por lo expuesto, es importante que, los docentes, los profesionales de diferentes áreas conozcan las características y condiciones en las que se da la enseñanza virtual y cómo afecta la salud mental en los estudiantes para que propicien experiencias de aprendizaje de acuerdo a las condiciones del estudiante dentro de sistema educativo eficiente.



## **1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

### **1.2.1. Problema general**

- ¿Cuál es la relación entre las clases virtuales y la salud mental en los estudiantes de la I.E.S. César Vallejo de la provincia de Huancané en el contexto de cuarentena por Covid-19, 2020?

### **1.2.2. Problemas específicos**

- ¿Cuál es la relación entre los recursos de aprendizaje y la salud mental en los estudiantes de la I.E.S. César Vallejo de la provincia de Huancané en el contexto de la cuarentena por Covid-19, 2020?
- ¿Cuál es la relación entre el acompañamiento virtual y la salud mental en los estudiantes de la I.E.S. César Vallejo de la provincia de Huancané en el contexto de la cuarentena por Covid-19, 2020?
- ¿Cuál es la relación entre el aprendizaje colaborativo y la salud mental en la actividad diaria en los estudiantes de la I.E.S. César Vallejo de la provincia de Huancané en el contexto de la cuarentena por Covid-19, 2020?
- ¿Cuál es la relación entre las competencias del estudiante y la salud mental en los estudiantes de la I.E.S. César Vallejo de la provincia de Huancané en el contexto de la cuarentena por Covid-19, 2020?

## **1.3. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN**

### **1.3.1. Hipótesis general**

- Existe relación significativa entre las clases virtuales y la salud mental en los estudiantes de la I.E.S. César Vallejo de la provincia de Huancané en el contexto de la cuarentena por Covid-19, 2020.



### **1.3.2. Hipótesis específicas**

- Existe relación significativa entre los recursos de aprendizaje y la salud mental en los estudiantes de la I.E.S. César Vallejo de la provincia de Huancané en el contexto de la cuarentena por Covid-19, 2020.
- Existe relación significativa entre el acompañamiento virtual y la salud mental en los estudiantes de la I.E.S. César Vallejo de la provincia de Huancané en el contexto de la cuarentena por Covid-19, 2020.
- Existe relación significativa entre el aprendizaje colaborativo y la salud mental en la actividad diaria en los estudiantes de la I.E.S. César Vallejo de la provincia de Huancané en el contexto de la cuarentena por Covid-19, 2020.
- Existe relación significativa entre las competencias del estudiante y la salud mental en los estudiantes de la I.E.S. César Vallejo de la provincia de Huancané en el contexto de la cuarentena por Covid-19, 2020.

### **1.4. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO**

La investigación en el ámbito social es relevante ya que las clases virtuales y salud mental en el contexto de la cuarentena por covid-19 y en la vida cotidiana de muchos estudiantes se vio afectada. Se observó a los estudiantes de la institución educativa secundaria César Vallejo que llevar su aprendizaje en la modalidad virtual les ocasionó problemas las brechas tecnológicas de las zonas rurales que obstaculizaron el acceso igualitario a la educación.

Los estudiantes desarrollaron sus aprendizajes por medios de comunicación como radio, televisión y celular lo cual dificultó el acceso a sus recursos de aprendizaje, no permitió el acompañamiento virtual permanente por la falta de recursos tecnológicos y capacidad de internet de los estudiantes y en algunos casos de sus docentes y/o tutores, quienes no estaban preparados para el nuevo sistema educativo virtual por lo cual el



aprendizaje colaborativo en el entorno virtual se vio afectada porque la interacción entre el docente y el estudiante no se desarrolló de manera eficiente para lograr las competencias educativas, consecuentemente muchos estudiantes se vieron afectados en su salud mental ya que presentaron agotamiento, cansancio, estrés, sentimientos de tristeza, pánico, ansiedad, depresión, frustración, pesimismo, baja autoestima; razones por las cuales se debe ahondar en este campo y sugerir alternativas como parte del mejoramiento emocional, social y educativo de los estudiantes.

Por tanto, el propósito de este estudio realizado permitió determinar la relación de estas dos variables: clases virtuales y salud mental a partir de aspectos teóricos e indagaciones realizadas en el entorno de Latinoamérica y dentro de país. Asimismo, es un aspecto relevante a la capacidad de raciocinio que tiene todo individuo y los recursos internos que posee en situaciones adversas, estos conocimientos permitirán aportar en el desarrollo de los estudiantes en los distintos ámbitos, entre ellas la educativa.

Por otro lado, es muy importante la intervención profesional de Trabajo Social, el cual podrá contribuir en fortalecer sus capacidades, habilidades, desarrollar actividades de orientación respecto a la salud mental de los estudiantes y padres de familia.

## **1.5. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN**

### **1.5.1. Objetivo general**

- Determinar la relación entre las clases virtuales y la salud mental en los estudiantes de la I.E.S. César Vallejo de la provincia de Huancané en el contexto de la cuarentena por Covid-19, 2020.

### **1.5.2. Objetivos específicos**

- Establecer la relación entre los recursos de aprendizaje y la salud mental en los estudiantes de la I.E.S. César Vallejo de la provincia de Huancané en el contexto de la cuarentena por Covid-19, 2020.



- Conocer la relación entre el acompañamiento virtual y la salud mental en los estudiantes de la I.E.S. César Vallejo de la provincia de Huancané en el contexto de la cuarentena por Covid-19, 2020.
- Determinar la relación entre el aprendizaje colaborativo y la salud mental en los estudiantes de la I.E.S. César Vallejo de la provincia de Huancané en el contexto de la cuarentena por Covid-19, 2020.
- Identificar la relación entre las competencias del estudiante y la salud mental en los estudiantes de la I.E.S. César Vallejo de la provincia de Huancané en el contexto de la cuarentena por Covid-19, 2020.



## CAPÍTULO II

### REVISIÓN DE LITERATURA

#### 2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

##### 2.1.1. A nivel internacional

**Del Castillo & Pando (2020)** investigaron en España: La salud mental infanto-juvenil y la pandemia de Covid-19, se planteó como objetivo revisar la literatura científica, del impacto psicológico de la pandemia y confinamiento en la población infanto-juvenil. Utilizó el método bibliográfico. Demuestra que, la pandemia infecciosa está asociada al aumento de la sintomatología depresiva, ansiosa y postraumática en esta población. El confinamiento repercutió negativamente sobre su salud mental y física. El desarrollo de los niños se vio alterado por el cierre de las instituciones de enseñanza, el distanciamiento y restricción de las relaciones con sus pares, la imposibilidad de realizar actividad física en forma permanente y la pérdida de hábitos saludables de vida. Por otro lado, la pandemia de Covid-19 está asociada con el incremento de factores de riesgo psicosociales, como la pobreza, el aislamiento, violencia familiar, el hacinamiento y el uso de nuevas tecnologías.

**Expósito & Marsollier (2020)** estudió en Argentina la virtualidad y educación en tiempos de Covid-19, planteó como objetivo: explorar las estrategias, recursos pedagógicos y tecnológicos utilizados por los docentes en el modelo de educación virtual durante el confinamiento preventivo y cierre de establecimientos educativos dispuesto ante la situación de emergencia sanitaria mundial por la Covid-19. Se aplicó una metodología de tipo descriptivo correlacional. Los resultados muestran que los análisis de los datos evidencian desigualdades existentes en cuanto al uso de tecnologías y recursos pedagógicos digitales. Las diferencias se manifiestan en relación con el tipo de



gestión, nivel educativo, el rendimiento académico, la situación socioeconómica y el apoyo familiar al estudiante. Concluye: que los resultados evidencian las desigualdades educativas, recomiendan comprender los condicionantes y las consecuencias en el sistema educativo.

**Rodríguez & Fernández (2014)** investigaron en la ciudad de Bogotá la relación entre el tiempo de uso de las redes sociales en internet y la salud mental en adolescentes colombianos con el objetivo de: determinar si hay diferencias entre grupos de adolescentes del 7º grado. La metodología empleada fue correlacional. Concluye que, entre los adolescentes con mayor tiempo de uso de redes sociales, son mayores los problemas externalizantes (ruptura de reglas, conducta agresiva, y problemas de atención). Es necesario que las futuras investigaciones enfatizen los factores positivos del uso de las redes sociales, internet en el desarrollo de los adolescentes.

**Cochea (2020)** investigó en Guayaquil, Ecuador: Redes sociales y salud mental en niños,. Se planteó como objetivo: determinar la afectación que ocasionan las redes sociales en la salud de los niños . La metodología cuantitativa aplicada tuvo un diseño no experimental de nivel descriptivo de campo. Concluye: la mitad de los niños del 6º de nivel Básico de la Unidad Educativa Arnulfo se sintieron aburridos cuando no se conectaron a las redes sociales, sus padres percibieron que su hijo (a) se aisló de las actividades familiares o amistades para refugiarse en el uso del celular, también se identificó que más las dos cuartas partes de alumnos no limitan el tiempo de conexión en las redes sociales, los padres no establecieron horarios, se evidenció que más de las tres cuartas partes de niños sienten molestia cuando se les indican que dejen de utilizar las redes sociales; por otro lado, los padres han observado cambios repentinos emocionales en sus hijos, además se identificó que los niños presentaron bajas calificaciones.



### 2.1.2. A nivel nacional

**Lovón & Cisneros (2020)** en su investigación: Repercusiones en las clases virtuales en los estudiantes universitarios en el contexto de la cuarentena Covid-19; El caso de PUCP Lima-Perú, plantearon como objetivos: estudiar las consecuencias de la educación virtual en los estudiantes universitarios de la PUCP en tiempo de pandemia y analizar las repercusiones en la salud mental de los estudiantes de la pontífice universidad católica del Perú. Concluyeron que los problemas que causan repercusiones en la salud mental de estos estudiantes son adaptativos, los alumnos con escasos recursos tecnológicos, carecen y están en desventaja, presentan frustración y deserción, en el siguiente semestre, podrían presentar problemas de la salud mental y el eventual retiro de cursos o deserción.

**Vásquez (2019)** en su investigación: Salud mental y su relación vital en adolescentes de la I.E. Santa Clara Arequipa – 2018. Planteó como objetivo determinar la salud mental y su relación con la satisfacción en adolescentes. A nivel metodológico fue una investigación de nivel relacional explicativo, transversal y prospectivo, estudió a 140 adolescentes de cuarto y quinto de secundaria. Concluye: que el 74.3% está poco satisfecho con la vida a nivel personal, familiar, amical y en el colegio. encontró relación directamente entre las variables: salud mental y satisfacción vital; si el adolescente muestra ausencia de depresión, ansiedad y disfunción social, su nivel de satisfacción personal y social es favorable; por lo tanto, su salud mental somático es buena.

**Sánchez & Mejía (2020)** en su investigación: Investigaciones en salud mental en condiciones de pandemia por el Covid-19 -Lima. Plantearon como objetivos: Determinar las características y tendencias de los comportamientos psicosociales desajustados de los peruanos en un contexto de pandemia por la presencia del Covid-19, lo cual permita conocer en qué nivel se presentan estos desajustes e identificar y describir las



características del comportamiento psicosocial desajustado de la población peruana que lleve a definir un perfil de indicadores de comportamientos desajustados. Concluyeron que la evidencia informa una alta prevalencia de problemas de salud mental entre los pacientes, los proveedores de atención médica y los cuidadores informales, esta situación es un desafío para fortalecer los servicios de salud mental en cuarentena y el aislamiento.

### **2.1.3. A nivel local**

**Quispe (2021)** en su estudio en la facultad de Ingeniería estadística e informática de la UNA de Puno los Factores de riesgo en la salud mental de los estudiantes de ante la pandemia de Covid-19, planteó como objetivo determinar los factores de riesgo que influyen significativamente en la salud mental de los estudiantes. La metodología fue cuantitativa no experimental. Concluye que los factores significativos en la salud mental de los estudiantes fueron el factor sexo (0,850), violencia física (0,802), violencia psicológica (0,729), depresión (0,752), escuchar y ver noticias relacionadas con el virus, problemas de insomnio (0,731), problemas de drogadicción (0,813), problemas de alcoholismo (0,748), ansiedad (0,807), y la variable ingreso económico con (0,702); los factores socioeconómicos influyeron significativamente en la salud mental.

**Montesinos (2016)** en su investigación: Competencia comunicativa y salud mental positiva en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Secundaria UNA – Puno, 2015. Su objetivo fue determinar la relación entre la competencia comunicativa y la salud mental positiva en los estudiantes. Utilizó la metodología cuantitativa de nivel descriptivo-correlacional. Concluye que existe correlación positiva media entre la salud mental positiva y la competencia comunicativa, contrasta su hipótesis con la prueba estadística Rho de Spearman, el cual fue igual a 0.49; por tanto, a mayor salud mental positiva se obtendrá mayor competencia comunicativa; estos estudiantes



tienen una salud mental positiva relativamente óptima con una competencia comunicativa regular.

## **2.2. MARCO TEÓRICO**

### **2.2.1. Las clases virtuales desde la teoría de aprendizaje colaborativo de Vygotsky**

La teoría del aprendizaje colaborativo de Vygotsky, extendida por Rubia y Guitert (2014) orienta la investigación; la teoría del aprendizaje colaborativo se fundamenta en un proceso de actividad, relación y reciprocidad entre los alumnos, haciendo más fácil la construcción de significados y un desarrollo personal hacia mejores niveles de desarrollo en procesos grupales, de tal forma que contribuye a la calidad de este en la medida en que se incrementen las ocasiones de aprendizaje de todos los estudiantes, asimismo la colaboración beneficia al rendimiento, las relaciones interpersonales y el bienestar emocional del estudiante de la misma manera el aprendizaje colaborativo en entornos virtuales es un proceso coordinado, compartido e interdependiente, en el que los alumnos trabajan unidos para conseguir objetivos comunes en un ámbito virtual.

Para Pizango (2020) refiere que el aula virtual cuenta con una secuencia de recursos de aprendizaje que posibilita al alumno poder reforzar o llevar a cabo su enseñanza-aprendizaje, esperando como consecuencia mejorar el aprendizaje presencial, así como la calidad de los aprendizajes, las propiedades de la retroalimentación y el funcionamiento de recursos en el aula; es decir, los estudiantes que cuentan con los recursos de aprendizaje (videos, audios, documentos de pdf) tienden a mejorar su desempeño de aprendizaje en las clases virtuales.

Asimismo Ochoa (2021) indica que, los espacios virtuales posibilitan mayor comunicación entre el estudiante y docente y favorece el acompañamiento, del aprendizaje, realimentación y seguimiento personalizado. Es fundamental que en el



ámbito virtual el aprendizaje sea accesible con cualquier dispositivo electrónico, en cualquier sitio y tiempo, convirtiéndose en un instrumento complementario al currículo no solo para el aprendizaje en línea sino para la enseñanza presencial en un contexto de emergencia por Covid 19.

Así mismo, Jáuregui (2021) precisa que en las clases virtuales se utiliza los medios que provee el internet como el chat, WhatsApp, páginas web, aplicaciones, foros, etc. con un fin común que es la distribución de materiales en línea y hacer que estos materiales estén a disposición de los estudiantes en formatos para imprimir, editar o guardar. El entorno virtual se configuró en un nuevo espacio de aprendizaje social en donde se puede trabajar a distancia, informar, entretenerse, investigar, desarrollar actividades sociales, hacer arte, entre otras muchas cosas no solo en los hogares sino en las instituciones, organizaciones, empresas, etc. (Echevaria, 2014).

### **2.2.2. Clases virtuales en el contexto de la pandemia por covid-19**

Según Aguirre (2021) el aprendizaje de los estudiantes durante la pandemia por covid-19 se vio afectada tras las medidas y protocolos impuestos por los gobiernos, la forma drástica del uso máximo de las tecnologías de información, pero estas son relevantes para el nuevo reto en la enseñanza, debido a que acrecentarían de una forma inimaginable la función de los alumnos en todos sus aspectos. No obstante, han percibido todo lo opuesto, más que nada para quienes poseen bajos recursos económicos, sin embargo, los alumnos que si poseen las maneras sin embargo no cuentan con la motivación suficiente para lograr desenvolverse de forma positiva, además son más susceptibles frente a los distractores digitales lo cual ha traído como resultado y seguirá afectando el rendimiento académico de los estudiantes quienes hacen uso indiscriminado y sin control de estos medios.



Toasa (2022) describe el contexto actual expresando los grandes cambios en los procesos educativos en la interacción entre docente y alumno en las escuelas, colegios o universidades, es importante crear un ambiente de participación considerando la motivación de los estudiantes por aprender con rapidez y eficiencia, por ello, el docente debe crear estrategias, recursos pedagógicos e impulsar, motivar a sus alumnos; a continuación, mantener el interés por aprender, propiciando niveles altos de concentración y atención para alcanzar sus metas y objetivos de aprendizaje como la adquisición de conocimientos en base a la construcción de ideas que permitan resolver dudas, problemas dentro y fuera del entorno educativo.

En el Perú la accesibilidad al sistema educativo de calidad es diferenciado según el tipo de gestión, la cobertura, área geográfica, infraestructura y tecnologías de información y comunicación (TIC) con las que cuentan las instituciones educativas, sin embargo, estas desigualdades y brechas se han incrementado durante la emergencia sanitaria, provocando que los estudiantes abandonen el sistema, reduciéndose la cobertura y calidad educativa (Gómez & Escobar, 2021).

De la misma manera, la educación virtual ha acentuado las debilidades que el sistema educativo tenía, en el contexto de pandemia se amplió las brechas de diferencia social y digital, en diversos otros aspectos. La educación en tiempos de pandemia dejó de ser un derecho y se convirtió en una mercancía que solo puede acceder quien tiene recursos tecnológicos y económicos (Gómez & Escobar, 2021). Por tanto, para lograr los objetivos de la agenda 2030 para el desarrollo sostenible, debería convertirse en una gran oportunidad de mejora, para adoptar mejores estrategias educativas establecidas en diversas políticas públicas y así garantizar el bienestar y desarrollo de los estudiantes, durante y después de la pandemia. (Gómez & Escobar, 2021).



La interrupción de la presencialidad de las clases ha ocasionado la necesidad de incorporar nuevos mecanismos de manera estratégica y rápida, estos han sido acogidos por los gobiernos para dar respuesta y atenuar los efectos que conlleva la ausencia de estudiantes en aula. Las medidas se dieron básicamente en tres ámbitos: las modalidades de aprendizaje a distancia, la atención a la salud y el bienestar integral de los estudiantes. (CEPAL UNESCO, 2020)

El aprendizaje en línea, la transmisión por radio y televisión, las llamadas telefónicas, mensajes de texto, mensajería instantánea fueron algunas de las estrategias propuestas en el Perú para sobrellevar los impactos producidos por la pandemia del Covid-19 en el ámbito educativo, estas estrategias no tendrán sentido alguno si no se atienden factores de conectividad de calidad, acceso a las TICs, control significativo por parte de los padres, acompañamiento por parte de profesores, motivación intrínseca para aprender; en un contexto en el que la enseñanza virtual ha tenido muchos condicionantes que se asumieron como barreras para lograr mejores resultados. (Picon , Oliveria y Rodriguez, 2021).

En ese sentido, los autores recomiendan continuar impulsando actividades y procesos de evaluación en espacios virtuales de aprendizaje con un enfoque participativo o de intervención a fin de descubrir las debilidades en cuanto a la planificación, diseño, y desarrollo de acciones de evaluación y así proveer el entrenamiento con estrategias, recursos, herramientas digitales más acordes a los entornos virtuales. Asimismo hacer que la evaluación sea proceso o actividad atractiva y dinámica para los estudiantes.

### **2.2.3. Recursos de aprendizaje**

Según Soto (2020) precisa que los recursos de aprendizaje abarcan todos los recursos y herramientas que el alumno puede usar en el proceso de su aprendizaje. A su



vez, se precisa que, en este tipo de recursos logran ser el internet, mediante sitios abiertos, los medios de intercambio de recursos, sistemas clasificadorio más fáciles

Mediante el uso de internet el alumno hace la búsqueda de información, el cual permite al estudiante llevar a cabo realizar una búsqueda criteriosa y reflexiva de sus actividades; asimismo ejercita en el proceso de aprender a aprender que les será necesario en su vida personal y mundo profesional. Además, se debe resaltar que el uso de internet propicia otros aspectos formativos del alumno que trascienden el trabajo del aula, al ser una herramienta de la generación actual, se siente cómodo con ella y, por ende, se motiva a leer, promueve la indagación, realiza la averiguación criteriosa de contenidos de información y hasta reafirma la necesidad del manejo de una lengua extranjera como el inglés. (Garibay, 2014).

Según Betalleluz (2018) el aula virtual es un lugar específico en el cual se interrelacionan la existencia del docente, la presencia social y cognitiva: los contenidos y recursos, los compañeros y el profesor por consiguiente tiene que conceder un entorno motivador y amigable al alumno que tome en cuenta sus características. Asimismo, los recursos de aprendizaje, la didáctica va a ser determinante para que el estudiante aprenda y construya aprendizajes, es importante la ayuda de materiales audiovisuales, gráficos, animaciones y/o audios que refuercen comprender del tema desarrollado.

#### **2.2.4. Acompañamiento virtual**

En virtud de Soto (2020) se considera que el docente asume la posición y rol de tutor, guía y orientador para el estudiante. Además, es muy importante el rol que asumen los docentes frente a sus tareas de enseñanza virtual y ver cuáles son sus necesidades de apoyo e intereses en torno al uso de recursos tecnológicos para aprender y enseñar. García et al. (2015)



Por otro lado, Garduño (2015) refiere que en este aspecto es fundamental la colaboración de profesionales de psicología, pedagogía e informática, con experiencia en el uso de los espacios virtuales en el ámbito educativo o de su práctica docente. El acompañante pedagógico identifica los medios de comunicación que el profesor usará para establecer contacto con las familias y los alumnos a su cargo y orienta en su uso de acuerdo a las características, condiciones, necesidades y nivel educativo al que pertenecen (UGEL, 2020).

Los profesores y las instituciones educativas tienen la responsabilidad de sensibilizar a sus estudiantes en su rol de estudiantes virtuales; más que preocuparse por dotar a las instituciones y al alumnado de herramientas telemáticas, digitales deben permitir que sus alumnos logren comunicarse y aprender a partir de cualquier espacio, durante su vida, y que esta sea colaborativa. (Betalleluz, 2018)

### **2.2.5 Aprendizaje colaborativo**

Soto (2020) manifiesta que esta se caracteriza por la construcción participativa del conocimiento, es producto de la investigación, gestión de la información grupal, la experiencia personal y el manejo de herramientas y recursos de aprendizaje virtual. Sin embargo, esta responde a un entorno sociocultural nuevo que implica considerar cómo aprenden (socialmente) y dónde (en la red); es importante recordar que el aprendizaje es producto de los recursos y estrategias personales de estudio que permite apropiarse, sin embargo, éste se lleva a cabo mejor con participación de los demás. (Garibay, 2014).

Para el logro de aprendizaje colaborativo en el espacio virtual, el alumno requiere disponer de recursos y herramientas tecnológicas que le permitan la consecución del aprendizaje de conocimientos. La condición de virtualidad, la deslocalización geográfica, involucra la necesidad de integrar instrumentos de gestión del proceso de participación que fueron omitidos en un entorno presencial como la organización descriptiva del trabajo



que favorecen y optimizan el desarrollo de los resultados; por ello, la cooperación o a la participación en la enseñanza, el aprendizaje o cualquier actividad elaborada en un mundo global no puede entenderse si no es desde la interacción con otros alumnos. (Perez & Montse Guitert, 2013).

El aprendizaje colaborativo es un proceso de aprendizaje donde destaca mucho el esfuerzo en grupo entre los miembros que participan en la acción educativa; donde el profesor asume el rol de facilitador y de ser tutor que motiva, sirve de apoyo a los alumnos para construir aprendizaje en procesos cooperativos. (Lara & Estero, 2012)

#### **2.2.6. Competencias del estudiante**

Según Soto (2020) las competencias del estudiante son acciones, habilidades visibles y concretas del estudiante en relación a cómo lograr un producto. La competencia del manejo de TICs es fundamental, debe ser promovido y desarrollado en el proceso educativo, lo cual permitirá al estudiante aprovechar al máximo los recursos tecnológicos y comunicativos que ofrecen el siglo XXI para la adquisición de habilidades, destrezas y búsqueda de información para la obtención y construcción, de conocimiento (Cano, 2018). El alumno desarrolla competencias para ejercer sus conocimientos en un entorno real, al representar creativa y creativamente sus actividades educativas; estos atributos tienen la posibilidad de potenciarse si el profesor realiza el acompañamiento oportuno y efectivo. En estos procesos de transformación, es responsabilidad de las instituciones educativas y del profesor atender los desafíos y dilemas de cómo incorporar y obtener competencias digitales que posibiliten la adquisición y diversificación del entendimiento de los sujetos involucrados en el proceso educativo, en un contexto en el que circula la información a velocidades insospechadas y con un vertiginoso desarrollo tecnológico que coloca en desventaja a las instituciones como al docente sin capacidades y competencias tecnológicas (Aguirre & Ruiz, 2012).



### **2.2.7. La salud mental desde la interdisciplinariedad**

Según Trullenque (2012) la interdisciplinariedad desde una perspectiva biopsicosocial se define como el trabajo en equipo de personas, profesionales con formaciones académicas diferentes que realizan un trabajo conjunto, estos pueden ser: psiquiatras, psicólogos, enfermeras, trabajadores sociales. Pero este mismo autor esboza cómo la remodelación de roles profesionales debe adaptarse en función a las necesidades y facilitar el intercambio de ideas entre ellos. Cuando la unidad interna del equipo es efectiva, es normal que suceda que los miembros asuman técnicas de otros, aunque no sean específicas de su profesión, sin que, por ello, la cohesión del conjunto, interfiera el rol de sus componentes o sustituya los objetivos del equipo. En el equipo interdisciplinario los profesionales socializan sus conocimientos e intercambian parte de sus prácticas de forma coordinada. De esta forma, se puede lograr una acción terapéutica global más coherente y se puede evitar la proliferación de intervenciones profesionales más allá de lo necesario.

Los trabajadores sociales en Salud Mental se integran en un equipo interdisciplinario que incluye un grupo de profesionales encargados con un objetivo común, igual en sus aportaciones, pero diferenciados en los tipos de información e intervenciones que pueden realizar y están capacitados para organizar sus acciones de acuerdo con las características y las prioridades del problema.

### **2.2.8. Salud mental desde el enfoque psicosocial**

A partir del enfoque y teoría psicosocial, se entiende que los adolescentes son seres sociales que se formaron a partir de interacciones e intercambios interpersonales y sociales. Los factores familiares, económicos, sociales y culturales influyen en los procesos psico-biológicos individuales. El entorno proporciona al sujeto los recursos, medios, referentes y modelos para conocerse a sí mismo, si las condiciones son favorables



y positivas condiciona un pronóstico positivo en su salud mental. Por otro lado, la pobreza, el desempleo prolongado, el abandono del sistema educativo, la ruptura de vínculos familiares, sociales con el grupo de pertenencia y muchas veces de exclusión social son condicionantes que exponen al sujeto a vivir situaciones de riesgo y desequilibrio con su entorno familiar y social. (Segredo, Kahan, & Luzardo, 2010)

Se entiende por salud mental al estado o condición de bienestar o de equilibrio subjetivo como objetivo. A nivel subjetivo considera como el sujeto se considera o percibe su estado de bienestar; por otro lado, a nivel objetivo se da cuando hay ausencia de factores que afectan el organismo o cuando no están expuestos a enfermedades. Desde este estudio, se considera a la salud mental como el estado de bienestar que guarda relación con el estar y sentirse bien. Este estado de bienestar debe estar relacionado al concepto de equilibrio o adaptación que todo organismo debe tener con su ambiente. Así, de esta manera pueden presentar una serie de situaciones y manifestaciones propias de la lucha del organismo por mantener el equilibrio con su entorno, no toda la manifestación de su comportamiento, los organismos necesariamente caen en los extremos polos de salud-enfermedad (Sánchez & Mejía, 2020)

Según Ministerio de Salud (2018) la salud mental es un componente indispensable para la salud integral, se constituye en un componente esencial para la salud de la población, el mismo que se viene implementando a través de los sistemas, órganos y operadores de atención de la salud. Por otro lado, se menciona que, es el proceso dinámico de bienestar, producto de la relación del entorno y la extensión, despliegue de capacidades humanas e institucionales de la sociedad. En este proceso es importante que el sujeto tenga la capacidad afrontar constructivamente los conflictos de la vida, así como. buscar el sentido, armonía, el autocuidado, empatía y confianza en la relación con uno mismo y



con los demás, reconociendo su condición, propia y ajena, de ser sujeto de derecho (Ministerio de Salud, 2021).

Las enfermedades y la salud mental están condicionadas por factores de riesgo como la interacción social, la condición física, material y psicología. El riesgo de las enfermedades mentales ya sea en el mundo desarrollado y en países en vías de desarrollo está asociada a factores de pobreza, bajo ingreso, bajos niveles educacionales, malas condiciones habitacionales, estos factores pueden interactuar e intensificar sus efectos sobre la conducta y el bienestar. Por otro lado, el abuso de sustancias, la violencia a mujeres y niños y los problemas de salud como la depresión, enfermedad cardíaca, y ansiedad tienen mayor prevalencia y son más difíciles de afrontar cuando existen condiciones de altos niveles de exigencia de desempeño, estrés laboral, bajo nivel de ingreso y educación, estilo de vida no saludable, discriminación de género y violaciones a los derechos (OMS, 2014).

Los problemas de depresión y ansiedad, se encuentran entre las principales causas de sufrimiento y salud mental en el mundo. La población de mayor riesgo son los adultos mayores, los adolescentes, los jóvenes, las personas con problemas de salud mental preexistentes, las que están atrapadas en conflictos y crisis y los trabajadores sanitarios de primera línea que atienden situaciones de salud por covid-19 (Gutierrez, 2020).

### **2.2.9. Alteraciones en la salud mental durante la pandemia del covid-19**

Los estudiantes de instituciones educativas durante la pandemia por Covid-19 han sentido estrés y ansiedad por las clases virtuales repentinas, en ese contexto se implementaron nuevas modalidades de estudio, la enseñanza en casa fue difícil para los estudiantes, estos estudiantes al no tener un docente tutor en la presencialidad, no tuvieron un buen aprendizaje lo que les generó estrés, ansiedad en su salud mental, dejaron de lado el optimismo que mostraban en las clases presenciales. Se debe tomar en cuenta los



factores estresantes como la presión de los exámenes, entrega de tareas, falta de apoyo de la familia y el sentir presión por los docentes que exigen demasiado, pero no tienen un buen método de enseñanza, todos estos factores le provocan estrés y ansiedad en el campo de estudio, su salud mental se ve afectada por la alteración de sus emociones y sentimientos al verse perdidos por no comprender las clases y por consiguiente podrían tener dificultad al aprobar los semestres. (Toasa, 2022)

Asimismo, los autores refieren que, la salud mental en el contexto de la pandemia de covid-19 se vio afectada por factores de riesgo social como los problemas económicos, sociales, de salud, etc. los problemas más comunes han sido la ansiedad, estrés; en el ámbito académico, los factores que influyeron en estas patologías son las nuevas metodologías que se implementó, esta crisis dio un giro muy grande en los estilos de vida de las personas y estrategias de afrontamiento para evitar daños en la salud mental.

#### **2.2.10. Síntomas somáticos**

Sánchez (2020) menciona que los niños y adolescentes no están exentos de este tipo de trastorno, por el contrario, son más vulnerables para somatizar, ya que de esta forma expresan su sufrimiento a través de un síntoma físico, generado en situaciones de conflicto, y esta expresión somática es un pedido de ayuda ante la amenaza de romper su equilibrio biopsicosocial.

Por otro lado, los síntomas somáticos se expresan en insomnio, con trasfondo ansioso, reactivo, depresión melancólica, disminución del apetito, peso y de la energía. A nivel afectivo, se presenta la apatía (desinterés por el medio), la desesperanza vital y la irritabilidad, la abulia (falta de iniciativa para emprender actividades). Entre los síntomas cognitivos; es frecuente el déficit en atención o concentración; asimismo, puede presentarse ideas suicidas (Quesada & Fernández, 2012). Es importante que cuando un estudiante presenta síntomas, busque un tratamiento oportuno, ya que puede comenzar a



desarrollar algún tipo de trastorno emocional, lo que puede ser un factor negativo para el aprendizaje de los estudiantes.

### **2.2.11. Ansiedad e insomnio**

Según Clemente (2021) las personas manifiestan reacciones neurofisiológicas a consecuencia de estímulos externos o internos y de la interpretación que este les dé a los eventos que le acontecen. En este sentido, Armas et al. (2021) precisan que la ansiedad afecta a las funciones cerebrales cognitivas, el sistema nervioso autónomo expresada en sensaciones de tensión, aprensión difusa, y sensación de malestar, acompañadas de síntomas como taquicardia, opresión en el tórax, malestar regional, epigástrico y agitación.

Farfán (2021) indica que las personas afectadas en su salud mental presentan insomnio o dificultad para conciliar o mantener el sueño, por lo general suelen despertarse demasiado temprano o presentar un sueño variable, con una o varias noches de mal sueño seguidas de una noche de mejor sueño, a su vez, se caracteriza como un trastorno. Por otro lado, Diaz (2019) refiere que el insomnio es la causa más común de somnolencia diurna en la población de adultos, jóvenes, los profesionales de la salud y el personal del transporte que padece insomnio o se encuentra afectado en su salud mental.

### **2.2.12. Disfunción social**

De acuerdo con Lorraine (2017) puede ser el resultado de problemas que afecta al sujeto o por efectos secundarios de medicinas que pueden causar problemas de funcionamiento social. Desde la posición de Cajas (2021) está relacionado con problemas neuropsiquiátricos tales como: estados de ansiedad, ánimo, de alimentación, de personalidad. Por lo tanto, la disfunción social es un problema que afecta las relaciones y funcionamiento social. Es importante destacar que las relaciones interpersonales en el funcionamiento social deben ser naturales, libres de conflictos y malos entendidos, y esto



se logra sabiendo interrelacionarse y conversar adecuadamente con los demás. En la medida en que un sujeto se relacione de forma adecuada con los demás, recibe un reforzamiento positivo de la sociedad, lo que eleva su autoestima. Y se obtiene aprendiendo en un proceso de interacción con los demás. Las habilidades se pueden aprender y pueden variar de simples a complejas, como: sonreír, saludar, pedir favores, hacer favores, hacer amigos, expresar sentimientos, opiniones, iniciar, mantener y terminar diálogos y defender los derechos (Concepción, 2010).

### **2.2.13. Depresión**

El Ministerio de salud (2015) precisa que la depresión es aquella enfermedad que afecta principalmente el estado de ánimo de la persona, por lo que también se le conoce como un trastorno afectivo o del humor. De igual forma, se caracterizan por sentimientos de tristeza, culpa, pérdida de interés, baja autoestima, alteraciones del sueño, de apetito, cansancio y falta de concentración. La depresión puede persistir o reaparecer, afectando significativamente la capacidad de un sujeto para trabajar, estudiar, o para hacer frente a su vida diaria. En su forma más grave, la depresión puede llevar al suicidio (OMS, 2017).

Según Corea (2021) la depresión es compleja, ya que involucra factores genéticos, biológicos, psicosociales, de igual forma muestra lo común que es, afectando principalmente al grupo poblacional que se encuentra en subdesarrollo socioeconómico, con síntomas que varían dependiendo de diferentes factores de riesgo, provoca discapacidad impacta negativamente la economía mundial.

Sandoval & Umbrarila (2013) sostienen que los adolescentes son uno de los grupos con mayor probabilidad de sufrir depresión, porque durante esta etapa se dan procesos de cambio físico, psicológico y cognitivo que obligan a los jóvenes a desarrollar estrategias de afrontamiento que les permitan establecer un sentido de identidad, derechos, autonomía y éxito de la persona y de la sociedad. La adolescencia es el periodo



de desarrollo más crítico para adquirir y mantener comportamientos saludables para reducir el riesgo y prevenir el desarrollo de trastornos. En particular, aquellos con antecedentes de depresión en la adolescencia tienen una tasa consistentemente alta de trastorno mayor después de la edad adulta.

Los autores Voltas & Canals (2020) mencionan que la depresión es considerada un trastorno mental y se distingue por los cambios de humor en respuesta a situaciones negativas vividas en la cotidianidad. La etapa de vida de mayor riesgo para el inicio de la depresión es la adolescencia, lo cual puede persistir en vida adulta provocando de sufrimiento y consecuencias negativas en todos los aspectos de la vida.

## **2.3. MARCO CONCEPTUAL**

### **2.3.1. Agotamiento**

Es la condición de cansancio, disminución de fuerzas para realizar actividades. El agotamiento se produce por actividades física intensas, por la falta de descanso,, alimentación o como consecuencia de algún trastorno de la salud o tipo enfermedad (Pérez & Merino, 2017).

### **2.3.2. Autoevaluación**

Es la capacidad que tiene el individuo de analizarse, examinarse, observarse y valora sistemáticamente su propia acción y sus resultados a fin de estabilizar o mejorarla, puede tener lugar a nivel individual o en ámbito organizacional (Basurto et al., 2021).

### **2.3.3. Capacidad**

Es “la manera de realizar actividades o labores que se tienen destinadas para realizar una función orientada a factores fundamentales y desarrollar aptitudes convenientes, pueden ser más complejas, bien elaboradas con el fin de volverse prácticas” (Yirda, 2021).



#### **2.3.4. Comunicación**

Según Maggio (2018) menciona que comunicar efectivamente con una variedad de estilos, modos y herramientas (las herramientas digitales) con un diseño diferente para una amplia gama de audiencias.

#### **2.3.5. Herramientas de aprendizaje**

Las herramientas son los elementos y los medios utilizados para logros trazados, son necesarios para que los estudiantes aprendan, recuerden y amplíen conceptos en el procesos de trabajar, aprender y explorar nuevos espacios de aprendizaje formando comunidades virtuales como grupos colaborativos para intercambiar experiencias y conocimientos (Ortiz, 2018).

#### **2.3.6. Nervios**

Es una emoción natural del ser humano ante determinados sucesos de la vida. Son momentos puntuales en los que podemos sentirnos más alterados o nerviosos, ya que a la vez son circunstancias que generan estrés (Rey, 2020).

#### **2.3.7. Participación en clases**

La participación en el aula es vista como una “estrategia que fomenta el aprendizaje activo, promoviendo el pensamiento crítico, las habilidades de escuchar y hablar, así como la atención y el compromiso en el aula” (Rueda et al., 2017).

#### **2.3.8. Preocupación**

“La ansiedad es lo que sucede cuando tu mente esta atormentada por pensamientos negativos, resultados inciertos o cosas que podrían salir mal. En pocas palabras, la ansiedad ocurre en la mente, no en tu cuerpo” (Pattee, 2020).

#### **2.3.9. Retroalimentación**

La retroalimentación es una “estrategia que es muy útil para poder señalar y explicar al alumno sobre sus errores, permitiendo corregirlos y así lograr los resultados



de aprendizaje esperado. Es decir, aplicación de la evaluación formativa y del aprendizaje significativo” (Trejo, 2021).

### **2.3.10. Suicidio**

Nos referimos al suicidio como “cualquier muerte que resulte directa o indirectamente de un acción positiva o negativa, realizada por su propia víctima, quien sabe que el acto producirá ese resultado. Se trata por tanto de una acción por la que el sujeto busca acabar con su vida”. (García et al., 2019).



## CAPÍTULO III

### MATERIALES Y MÉTODOS

#### 3.1. UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL ESTUDIO

Se desarrolló en la institución educativa César Vallejo, ubicado en la provincia de Huancané del departamento de Puno, sus límites son: por el norte con la provincia de San Antonio de Putina, por el este con el país de Bolivia, por el lado sur con el Lago Titicaca y al oeste con las provincias de Azángaro y San Román. Huancané se localiza en los 3841 m.s.n.m.

#### 3.2. TIPO Y MÉTODO DE ESTUDIO

##### 3.2.1. Tipo de investigación

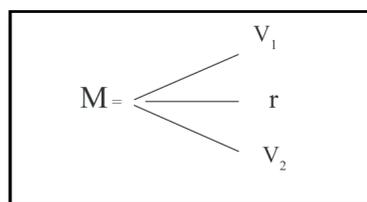
Es una investigación descriptiva correlacional, debido a que recogió y midió la información de las variables referidas a las clases virtuales y a la salud mental, describió el problema de investigación como se manifiesta. Lo correlacional tuvo como finalidad conocer la relación o el grado de asociación entre las variables en un contexto, respondió a preguntas de investigación según Hernández (2019) busca establecer si hay o no una correlación entre ambas variables.

##### 3.2.2. Método de investigación

En el proceso de la investigación se manejó el método hipotético deductivo del enfoque cuantitativo, por lo que se enfatizó la relación entre la variable independiente (clases virtuales) y dependiente (la salud mental) para demostrar la hipótesis. Según Behar (2008) “el método hipotético deductivo consiste en saber la verdad o falsedad del enunciado de la hipótesis planteada”.

### 3.2.3. Diseño de investigación

Para el desarrollo de la investigación se utilizó el diseño no experimental con corte transversal, al respecto “este diseño consiste en investigar sin la manipulación deliberada de variables y la observación de los fenómenos en su ambiente natural para analizarlos y recolectar datos en un mismo tiempo” (Hernández, 2014, p. 152). De esta manera este diseño permitió medir y evaluar la relación que existe entre las clases virtuales y la salud mental.



Dónde:

M = Muestra.

X = Variable 1: clases virtuales.

Y = Variable 2: salud mental.

R = Relación entre ambas variables.

### 3.2.4. Técnicas e Instrumentos de Recojo de Datos

- Técnica: permitió recoger los datos en relación a las variables por medio de un cuestionario.
- Instrumento: se utilizó la escala de Likert para el recojo de la información de las clases virtuales y la salud mental
- Revisión bibliográfica: permitió construir una base teórica para la interpretación de los datos.
- Procedimiento de datos: los datos fueron ordenados y procesados con los programas estadísticos Excel y SPSS. El estadígrafo utilizado fue Rho Spearman.



### **3.3. POBLACIÓN Y MUESTRA DE ESTUDIO**

#### **3.3.1. Población**

Estuvo conformada por 192 estudiantes de 3<sup>ro</sup> al 5<sup>to</sup> grado del nivel secundario de la institución educativa estatal César Vallejo de la provincia de Huancané. Según Carrasco (2019) “la población es el universo o cualquier conjunto de individuos (u objetos) que tengan alguna característica común observable”(P. 234).

#### **3.3.2. Muestra**

Al respecto, para el estudio actual se empleó la muestra no probabilística, según Carrasco (2019) precisa “la muestra no probabilística es donde el investigador realiza una selección a su criterio propio, en esta no se emplea ninguna regla de tipo matemático o como también estadística” (p. 243). En tal forma, la muestra aplicada es de 192 estudiantes de la I.E.S. César Vallejo de la provincia de Huancané.

### **3.4. PROCESAMIENTO ESTADÍSTICO**

Se aplicó el coeficiente de correlación de Rho Spearman para poder medir el grado de asociación de las variables cuantitativas, se buscó comprobar que cada variable tiene una distribución normal univariada. Según Villsante (2019) “el coeficiente de correlación de Rho Spearman es utilizado en la estadística descriptiva, se aplica al estudio de dos variables” (p. 69). Este coeficiente de correlación se aplicó para estudiar el grado de relación entre las dos variables.

#### **3.4.1. Determinación de las hipótesis estadísticas**

- **H<sub>0</sub>=Hipótesis nula**

H<sub>0</sub>: No existe relación significativa entre las clases virtuales y la salud mental en los estudiantes de la I.E.S. César Vallejo de la provincia de Huancané en el contexto de cuarentena por la Covid-19, 2020.

$$H_0: \rho_{xy} = 0$$

- **Ha=Hipótesis alterna**

Ha: Existe relación significativa entre las clases virtuales y la salud mental en los estudiantes de la I.E.S. César Vallejo de la provincia de Huancané en el contexto de cuarentena por la Covid-19, 2020.

$$H_1: \rho_{xy} \neq 0$$

### 3.4.2. Nivel de significancia

Se utilizó un nivel de significancia de 0,05.

### 3.4.3. Prueba de hipótesis para el coeficiente de correlación

Se hizo una prueba t del coeficiente de correlación, la fórmula fue:

$$t = \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}}$$

Con  $n - 2$  grados de libertad y con un nivel de significancia de 0.05. para determinar si existe relación entre las clases virtuales y salud mental se utilizó:

#### El Rho de Spearman con sus rangos y relaciones.

Rango	Relación
	Correlación:
- 0.91 hasta el - 1.00	negativa perfecta
- 0.76 hasta el - 0.90	negativa muy fuerte
- 0.51 hasta el - 0.75	negativa considerable
- 0.11 hasta el - 0.50	negativa media
- 0.01 hasta el - 0.10	negativa débil
0.00	No existe correlación
+ 0.01 hasta el +0.10	positiva débil
+ 0.11 hasta el +0.50	positiva media
+ 0.51 hasta el +0.75	positiva considerable
+ 0.76 hasta el +0.90	positiva muy fuerte
+ 0.91 hasta el +1.00	positiva perfecta

**Fuente:** uso de la correlación de Spearman (Mondragon, 2014, p. 100).



## CAPÍTULO IV

### RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Se presenta los resultados tabulados, según los objetivos planteados con la descripción correspondiente, numeración y porcentajes respectivas en base a la aplicación del cuestionario referido a las clases virtuales y salud mental, y que a su vez responderá a los objetivos y permitirá contrastar las hipótesis, establecer la relación que existe entre las variables desde el aporte de las teorías investigadas.

Los resultados se obtuvieron por medio de la aplicación de encuestas con la escala de Likert a los alumnos de la institución educativa secundaria César Vallejo, los mismos que fueron ordenados y procesados en el programa SPSS 25 y presentados mediante las tablas estadísticas, la prueba de hipótesis se realizó a través del análisis estadístico correlacional Rho. Spearman; los resultados se presentan a continuación

#### **4.1. RESULTADOS PARA EL OBJETIVO GENERAL**

##### **4.1.1. Clases virtuales**

La clase virtual se caracteriza porque el proceso de aprendizaje y enseñanza se realiza en un entorno digital de intercambio de conocimientos, información entre los alumnos que participan en el aula y el docente, en este espacio se utilizan medios tecnológicos digitales como: el chat, páginas web, foros, etc., de diferentes plataformas; en el que se utilizan materiales y recursos en línea para aprendizajes de los estudiantes.

**Tabla 1: Clases virtuales en los estudiantes de la IES “César Vallejo” en el contexto de la cuarentena por covid-19.**

Clases virtuales	Frecuencia	Porcentaje
Deficiente	50	26%
Regular	<b>80</b>	<b>42%</b>
Bueno	42	22%
Excelente	<b>20</b>	<b>10%</b>
<b>Total</b>	<b>192</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** “Elaborado por el equipo de trabajo”

En la tabla 1 se muestra que, de los 192 estudiantes encuestados de la institución educativa César Vallejo de Huancané, el 42% de estudiantes manifestaron que sus clases virtuales fueron regulares durante el contexto de la cuarentena por covid-19, son estudiantes que tuvieron inconvenientes en el acceso a internet y comunicación virtual para desarrollar sus clases virtuales ya que la mayoría de los estudiantes provienen de zonas rurales de la provincia de Huancané, lo cual condiciona su acceso a los recursos y herramientas de aprendizaje e influyó en el acompañamiento virtual de sus docentes y tutores quienes no pudieron brindarles de manera efectiva procesos de aprendizaje y asesoramiento, en este contexto, los estudiantes y los docentes no estuvieron preparados para el nuevo sistema educativo virtual de tal forma que el aprendizaje colaborativo en el entorno virtual se vio afectada porque la interacción entre el docente y el estudiante no se desarrolló de manera eficiente para lograr las competencias educativas. Por lo cual la situación de la cuarentena les afectó en su vida cotidiana generándoles situaciones de inestabilidad, una mayor apatía, depresión, trastornos de sueño, es decir el aprendizaje que habían logrado en sus clases presenciales lo perdieron y tuvieron que adaptarse a nueva modalidad virtual.

Según Soto (2020) las clases virtuales se desarrollaban generalmente en todos los niveles de educación superior, de especialización y técnico, hasta que la pandemia del



Covid-2019, obligó a los demás niveles como el secundario a cambiar su educación tradicional por la modalidad virtual, esto resultó un proyecto y reto completamente nuevo, se tuvo que manejar estratégicamente la falta de acceso a internet, los puntos de comunicación, las brechas tecnológicas que existían en varias zonas de nuestro país. De igual forma, Toasa (2022) menciona que la población más vulnerable durante la pandemia son los estudiantes al sentir estrés y ansiedad por sus clases virtuales, su salud mental se ve afectada por la alteración de sus emociones, sentimientos y al no poder aprender de manera adecuada dejando de lado el optimismo que mostraban en la presencialidad.

Por otro lado, el 10% de estudiantes encuestados indicaron un nivel excelente en cuanto a las clases virtuales, es decir que no tuvieron inconvenientes en cuanto al acceso a las clases virtuales. Según Ochoa (2021) los entornos virtuales hacen posible mayor comunicación, favorecen el acompañamiento, realimentación y seguimiento personalizado de los estudiantes por los docentes. Es importante que estos espacios virtuales de aprendizaje sean accesibles desde cualquier dispositivo electrónico, en cualquier momento, convirtiéndose en una herramienta complementaria al currículo educativo no solo para los alumnos, sino también para educación presencial. Siendo aplicable igualmente al currículo en casos de emergencia como la del Covid-19.

#### 4.1.2. Prueba de hipótesis general

##### **Ha = Hipótesis alterna**

**Ha.** Existe relación significativa entre las clases virtuales y la salud mental en los estudiantes de la IES César Vallejo de la provincia de Huancané en el contexto de la cuarentena por Covid-19, 2020.

##### **Ho = Hipótesis nula**

**Ho:** No existe relación significativa entre las clases virtuales y la salud mental en los estudiantes de la IES César Vallejo de la provincia de Huancané en el contexto de la cuarentena por Covid-19, 2020.

- Aceptar si  $p < 0.05$  y rechazar si  $p > 0.05$ .

**Tabla 2: Clases virtuales y salud mental en los estudiantes de la IES “César Vallejo” en el contexto de la cuarentena por Covid-19.**

		Correlaciones		Clases virtuales		Salud mental	
Rho de Spearman	de	Clases virtuales	Coefficiente de correlación Sig. (bilateral)	de	1,000		<b>,674**</b>
			N		.		,000
					192		192
		Salud mental	Coefficiente de correlación Sig. (bilateral)	de	,674**		1,000
			N		,000		.
					192		192

**Fuente:** “elaborado por equipo de trabajo”

#### **Decisión**

En la tabla 2 según la prueba de correlación de Rho de Spearman, se identifica la existencia de una correlación positiva considerable de Rho de Spearman de **0.674**, entre las clases virtuales y la salud mental en los estudiantes de la IES César Vallejo de la provincia de Huancané en el contexto de la cuarentena por Covid-19, 2020; por ello, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna.

## 4.2. RESULTADOS PARA EL OBJETIVO ESPECÍFICO 01

### 4.2.1. Recursos de aprendizaje

Esta se emplea cuando el estudiante desarrolla estrategias ante tareas. Estos recursos de aprendizaje apoyan la autonomía, optimiza el procedimiento de enseñanza. Existen una variedad de recursos que fomenten el desarrollo del aprendizaje, se encuentran aquellos elementos audiovisuales, recursos informáticos y videos. El fin de estos es que sean útiles en los estudiantes, y así puedan desarrollarse de manera eficaz en la sociedad después de culminar sus estudios.

**Tabla 3: Recursos de aprendizaje en los estudiantes de la IES “César Vallejo” en el contexto de la cuarentena por covid-19.**

Recursos de aprendizaje	Frecuencia (n)	Porcentaje (%)
Deficiente	48	25%
Regular	<b>67</b>	<b>35%</b>
Bueno	63	33%
Excelente	14	<b>7%</b>
<b>TOTAL</b>	<b>192</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** “Elaborado por el equipo de trabajo”

En la tabla 3 se observa que, de 192 estudiantes encuestados de la institución educativa César Vallejo de Huancané, el 35% de estudiantes manifestaron que el uso de los recursos de aprendizaje fueron de forma regular durante el contexto de la cuarentena por Covid-19, es decir los estudiantes tenían el acceso limitado a sus aulas virtuales, biblioteca virtual, foros debates, recursos didácticos como documentos de pdf, videos y audios, etc., materiales de retroalimentación y practicas calificadas de lo aprendido ya que las medidas impuestas por el gobierno durante la cuarentena eran estrictas y no se podían realizar actividades como la compra de un dispositivo móvil, laptops, recargas de celular, en algunas zonas rurales no tenían acceso a la conexión de internet ni señal de comunicación. Según Lovón & Cisneros (2020) mencionan que los estudiantes con



escasos recursos tecnológicos, están en desventaja, presentan frustración, depresión y en semestres posteriores podrían presentar problemas de salud mental y el eventual retiro de cursos o deserción.

Por otro parte, un 7% de estudiantes indicaron un nivel excelente en cuanto a los recursos de aprendizaje, es decir que no tuvieron inconvenientes en cuanto al acceso de su aula virtual, por lo que contaban con acceso a internet, disponían del uso de los recursos didácticos. Según Salgado (2015) se refiere a recursos de aprendizaje en internet, a través de sitios abiertos, intercambios de recursos, así como sistemas de clasificación de los mismos por temas, modalidades y otros, de manera que puedan ser localizables fácilmente. Por tanto, el uso de internet implica aspectos formativos del estudiante que van más allá del trabajo en aula, es esencialmente una herramienta de su generación se siente cómodo con ella y, por lo tanto; promueve la investigación, lectura, la búsqueda con criterio de contenidos, incita dudas sobre la validez de la información y reafirma la necesidad de manejar incluso una lengua extranjera como el inglés (Garibay, 2014).

Respecto a lo mencionado hay que destacar que los recursos de aprendizaje son muy importantes pues permiten el vínculo directo de los estudiantes, con la realidad física y social, porque ellos necesitan vivenciar diferentes medios y recursos que los motiven en su proceso educativo fomentando lo que es la interacción en un espacio donde se facilite la comunicación con el profesor; sin embargo en un contexto de pandemia esta tuvo que ser remplazado por recursos tecnológicos virtuales que no tuvieron la misma efectividad en el logro de aprendizajes

#### **4.2.2. Síntomas somáticos**

Esta se presenta inexplicables síntomas físicos, como; dolores de cabeza, debilidad, fatiga, carencia en el desenvolvimiento social de vida diaria.

**Tabla 4: Síntomas somáticos en los estudiantes de la IES “César Vallejo” en el contexto de la cuarentena por Covid-19.**

Síntomas somáticos	Frecuencia (n)	Porcentaje (%)
Bajo	48	25 %
Medio	<b>115</b>	<b>60%</b>
Alto	29	<b>15%</b>
<b>Total</b>	<b>192</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** “Elaborado por el equipo de trabajo”

La tabla 4 muestra los resultados en relación a la dimensión de síntomas somáticos que manifestaron los estudiantes de la institución educativa César Vallejo de Huancané en el contexto de la cuarentena por Covid-19, en donde 115 estudiantes que equivale al 60% de la población de estudio indican un nivel medio en cuanto a los síntomas somáticos, es decir; algunas veces presentaron síntomas relacionados con su estado de salud, a nivel físico presentaron; agotamiento, la tensión mental, escalofríos tras el encierro prolongado. Asimismo, los adolescentes no están exentos de este tipo de trastorno, por el contrario, son más vulnerables para somatizar, pues de esa manera expresan su dolor y la angustia de su sufrimiento a través de un síntoma físico, producido en situaciones de conflicto, y esta expresión somática es un pedido de ayuda ante la amenaza de romper el equilibrio biopsicosocial (Sánchez, 2020). Como resultado de los síntomas que más han aumentado durante la pandemia en estudiantes fueron los síntomas somáticos como la irritabilidad, mal genio, el no obedecer. (Molina, 2021)

Mientras que el 15% de la población de estudio presentó un nivel alto en cuanto a los síntomas somáticos durante la pandemia del Covid-19, es decir; que estos estudiantes manifestaron mayores síntomas de agotamiento, se han sentido estresados y sin fuerzas para poder desarrollar sus actividades, con dolores de cabeza, la sensación de que estaban enfermos ha sido de manera constante. Estos resultados evidencian que cuando el estudiante siente dificultades en su estado físico, logra tener pensamientos, sensaciones u



comportamientos tan intensivos vinculado con los síntomas que presenta o siente que no puede hacer algunas de las actividades dificultando en su vida diaria como estudiante. En base de Bernáldez, Oudhof van, Robles & Domínguez (2019) los síntomas somáticos guardan relación con las preocupaciones frecuentes que afectan la salud y la vida de las personas.

Por tanto, considerando esta situación crítica que pasaron los estudiantes durante la pandemia del Covid-19, decimos que se ha presentado un nivel medio de síntomas somáticos y que se vio afectada de alguna manera la salud mental debido al confinamiento alargado en el cual los estudiantes no estaban preparados frente a la crisis que desencadenó la pandemia. Por ende, es importante que cuando un estudiante presenta algún síntoma sea atendido para identificar los factores de riesgo y derivar a un especialista.

#### 4.2.3. Prueba de hipótesis específica 01

**Tabla 5: Correlación entre los recursos de aprendizaje y la salud mental.**

		Correlaciones	Recursos de aprendizaje	Salud mental
Rho de Spearman	de Recursos de aprendizaje	Coefficiente de correlación Sig. (bilateral)	1,000	<b>,548**</b>
		N	192	192
	Salud mental	Coefficiente de correlación Sig. (bilateral)	,548**	1,000
		N	192	192

**Fuente:** “Elaborado por el equipo de trabajo”

#### **Decisión**

En la tabla 5 según la prueba de correlación de Rho de Spearman, se identifica la existencia de una correlación positiva considerable de Rho de Spearman de **.548**, entre los recursos de aprendizaje y la salud mental en los estudiantes de la I.E.S. César Vallejo de la provincia de Huancané en el contexto de la cuarentena por covid-19, 2020; por ello, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, se concluye que existe relación significativa entre ambas variables.

### 4.3. RESULTADOS PARA EL OBJETIVO ESPECÍFICO 02

#### 4.3.1. Acompañamiento virtual

Es donde se orienta asumiendo una tarea de enseñanza al estudiante atendiendo a las resoluciones de problemas o inquietudes, según las necesidades que este requiera. Asimismo, se emplean estrategias que permitan acercarse al estudiante, con la misión de

que este se sienta acompañado en el proceso de su aprendizaje y pueda socializar con los demás compartiendo ideas, opiniones u experiencias.

**Tabla 6: Acompañamiento virtual en los estudiantes de la IES “César Vallejo” en el contexto de la cuarentena por covid-19.**

<b>Acompañamiento virtual</b>	<b>Frecuencia (n)</b>	<b>Porcentaje (%)</b>
<b>Deficiente</b>	46	23%
<b>Regular</b>	<b>116</b>	<b>60%</b>
<b>Bueno</b>	27	14%
<b>Excelente</b>	5	2%
<b>Total</b>	<b>192</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** “elaborado por el equipo de trabajo”

La tabla 6 muestra datos de la dimensión de acompañamiento virtual, se observa que: de la población muestra de la institución educativa César Vallejo de Huancané, 116 estudiantes que equivale al 60% de la población de estudio manifestaron que el acompañamiento virtual fue regular, este fue brindado por sus docentes y/o tutores durante sus clases virtuales que se dio debido a la pandemia del covid-19 mediante reuniones sincrónicas de manera paulatina utilizando mayormente las redes sociales como el WhatsApp, las llamadas telefónicas, mensajes de texto sin embargo no todos han estado en contacto generándoles estrés y rasgos ansiosos. Asimismo durante la cuarentena muchas familias se encontraban en una situación de preocupación por la salud familiar lo cual les obligó a dejar de lado el tema del aprendizaje de sus hijos, otros al tener bajos recursos económicos se vieron obligados a dejar a sus hijos en casa muchos sin quien los pueda apoyar en su aprendizaje y seguir continuando con sus actividades de trabajo sobre todo en las zonas rurales y entre otros factores que se han podido dar durante la pandemia; por otro lado, los docentes también estuvieron más preocupados en sus familias en cuanto a su salud, por lo que también se vieron perjudicado de alguna manera los estudiantes ya



que no todos disponían medios de comunicación para que el docente les pueda apoyar, orientar, motivar en su aprendizaje virtual asimismo apoyarles en el aspecto emocional en los inconvenientes que el estudiante pudo haber presentado durante la cuarentena. Los resultados son corroborados por Toasa (2022) refiere que la modalidad de educación remota o virtual es un sistema nuevo al que los estudiantes tuvieron que adaptarse rápidamente a pesar de las dificultades de accesibilidad permanente de internet, teniendo que utilizar dispositivos móviles como los celulares y tablets en algunos casos.

Sin embargo, un 2% de estudiantes presentan un nivel excelente en cuanto al acompañamiento virtual, es decir; que, sí tuvieron el apoyo, la orientación y motivación por parte de sus docentes, tutores y padres de familia durante la pandemia por Covid-19, según Soto (2020) quien refiere que el acompañamiento virtual es fundamental en el proceso de educación virtual, debido a que el estudiante requiere de apoyo, resolución de inquietudes, dudas, monitoreo y acompañamiento que le permita desarrollar sus actividades de aprendizaje y sus objetivos curriculares.

Por lo tanto, afirmamos que, los estudiantes necesitan la guía de sus docentes como se demuestra en los resultados hallados, cabe precisar también que el contacto constante entre los docentes y estudiantes es muy importante no solo para impulsar el aprendizaje, sino para saber cómo se encuentran los estudiantes, apoyarlos en los momentos difíciles que podrían estar atravesando y asegurar de alguna manera su bienestar integral. Según Garduño (2015) refiere que “la colaboración de los profesionales es fundamental en las diferentes áreas, con experiencia en el uso de los espacios virtuales en el ámbito educativo o de su práctica docente” (p. 12). Es decir, el interés u desafío permanente en los docentes en el acompañamiento virtual debe ser impulsado por la misma institución educativa, o las respectivas áreas, ya que, el estudiante es el único perjudicado en su aprendizaje y más si este no cuenta con el apoyo del docente.

#### 4.3.2. Ansiedad e insomnio

La ansiedad actúa como incapacidad de relajación, se presenta como nerviosismo, miedo a tomar equivocadas decisiones, susto y carecimiento de confianza y agitación. Por otro lado, el insomnio es la carencia de conciliar sueño o la permanencia, esta dificulta la recuperación del cuerpo causando incapacidad activa y baja concentración en las labores diarias.

**Tabla 7: Ansiedad e insomnio en los estudiantes de la IES “César Vallejo” en el contexto de la cuarentena por Covid-19.**

<b>Ansiedad e insomnio</b>	<b>Frecuencia (n)</b>	<b>Porcentaje (%)</b>
<b>Bajo</b>	54	28%
<b>Medio</b>	<b>134</b>	<b>70%</b>
<b>Alto</b>	4	2%
<b>Total</b>	<b>192</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** “elaborado por el equipo de trabajo”

En la tabla 7 relacionada a la dimensión ansiedad e insomnio, se observa que de la población muestra de la institución educativa César Vallejo de Huancané, el 70% de estudiantes manifestaron que presentaron ansiedad e insomnio en un nivel un nivel medio es decir; a menudo han tenido preocupaciones que le han hecho perder el sueño o se han notado preocupados y en tensión ya que a diario se escuchaba el número de casos contagiados con el covid-19 en los medios de comunicación; en ocasiones han tenido dificultad para dormir porque muchos estudiantes tuvieron familiares contagiados, lo que afectó su estado emocional, presentando tristeza, apatía, en algunos casos mal humor, estrés por el encierro prolongado, cansancio por hacer lo rutinario y no poder realizar actividades deportivas, socializar con amigos, asimismo sentirse en constante tensión y angustia por contagiarse con el covid-19; en este contexto, los estudiantes presentaron situaciones de insomnio, según Farfán (2021) el insomnio se caracteriza por presentar



dificultad para iniciar y mantener el sueño o despertarse demasiado temprano, es un sueño variable, con una o varias noches de mal sueño seguidas de una noche de mejor sueño; estas condición que afectaron el estado de salud y rendimiento académico de los estudiantes.

Por otro lado, el 2% de estudiantes manifestaron que tienen un nivel alto de ansiedad e insomnio durante la pandemia, es decir; han tenido preocupaciones de manera constante, dificultades para dormir, pánico, se han asustado en vista de que a diario se tenía noticias por los medios de comunicación sobre el número de muertos y desenlaces sociales causados por dicha enfermedad, en muchos casos a nivel de sus familias se contagiaron con el Covid-19 y en algunos causó hasta la muerte de sus seres queridos afectándolos en su estabilidad emocional y física. Según Armas, Talavera, Cárdenas, & De la Cruz (2021) la ansiedad “afecta a las funciones cerebrales cognitivas” (p. 133).

Los resultados de este estudio identifican factores asociados con un nivel medio frecuencia en ansiedad y factores asociados con mayor frecuencia media en insomnio, sin embargo, no alcanzan significancia estadística, probablemente por el tamaño de la muestra, aunque, este si está presente en los estudiantes y puede lograr afectar su estado de salud si esta no es intervenida u identificada por los profesionales. En tal sentido, si no hay intervención, los estudiantes pueden sufrir alteraciones negativas posteriormente. Según Diaz (2019) “la falta del sueño es la causa más común de somnolencia diurna excesiva en la población general” (P.67)





**Tabla 9: Aprendizaje colaborativo en los estudiantes de la IES “César Vallejo” en el contexto de la cuarentena por Covid-19.**

<b>Aprendizaje colaborativo</b>	<b>Frecuencia (n)</b>	<b>Porcentaje (%)</b>
<b>Deficiente</b>	30	15%
<b>Regular</b>	<b>146</b>	<b>76%</b>
<b>Bueno</b>	13	7%
<b>Excelente</b>	4	<b>2%</b>
<b>Total</b>	<b>192</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** “elaborado por el equipo de trabajo”

En la tabla 9, relacionada a la dimensión del aprendizaje colaborativo, se observa que de los estudiantes encuestados de la institución César Vallejo de Huancané, el 76% de la población de estudio manifestaron que durante la cuarentena los estudiantes tuvieron un aprendizaje colaborativo regular, es decir su participación fue pasiva ya que las herramientas como el celular u otros medios para comunicarse no le permitían buena señal o no entraban conexión de internet; por tanto, no participación en forma dinámica a nivel individual y grupal, algunos priorizaron problemas familiares dentro de su hogar, porque tenían familiares que se contagiaron y estuvieron cuidándolos, asimismo muchos estudiantes se contagiaron por lo que tuvieron que aislarse y no tener contacto con sus compañeros para compartir ideas o trabajos. Este aislamiento provocó que presenten dificultades en el desarrollo de sus cursos y en el trabajo en equipo. Por eso, ya refiriéndonos a la cooperación o de colaboración en la educación, no cabe duda de que el aprendizaje y en general cualquier actividad que se realice en un mundo global no puede entenderse si no es desde la interacción con otros estudiantes. (Perez & Montse Guitert, 2013)

Por otro lado, se tiene a un 2% de la población de estudio que manifiestan tener un nivel excelente en cuanto a su aprendizaje colaborativo puesto que estos estudiantes son los que participaron activamente en el desarrollo de sus cursos y en trabajos de



equipo, cumplieron los objetivos y actividades del curso y asumieron con responsabilidad el desarrollo de sus actividades del curso. Según la teoría de aprendizaje colaborativo de Vygotsky, extendida por Rubia y Guitert (2014) fundamenta que el proceso de actividad, las relaciones interpersonales, la colaboración, los procesos grupales y reciprocidad hacen más fácil la construcción de significados y un desarrollo personal hacia mejores niveles de desarrollo en procesos grupales, de tal forma que contribuye a la calidad de este en la medida en que se incrementa las ocasiones de aprendizaje de todos los estudiantes, asimismo la colaboración beneficia al rendimiento.

En relación a los perfiles de los estudiantes, al trabajar en equipo en espacios virtuales no solamente implica una manera de organizar el trabajo y de aprender de forma colaborativa, sino contribuye al desarrollo de la competencia necesaria a lo largo de la vida de saber interactuar con otros. Sin embargo, esta acción no surge de manera espontánea sino por los resultados del aprendizaje colaborativo, actualmente no se fomenta lo suficiente. Por otro lado, esta situación nace y responde a un nuevo contexto sociocultural, donde se definen el “cómo aprendemos” (socialmente) y “dónde aprendemos” (online). Si bien es cierto que el aprendizaje incluye una parte individual de análisis y apropiación, es mejor desarrollarlo en colaboración con los otros. (Garibay, 2014). Estos resultados son corroborados por (Abellan, 2018) quien refiere que el aprendizaje colaborativo es muy beneficioso para las instituciones educativas porque ayuda a mejorar en el proceso de enseñanza-aprendizaje y lograr así el desarrollo en los alumnos.

Por tanto, el aprendizaje colaborativo es muy importante porque dada la situación de la pandemia por Covid-19, las instituciones educativas tuvieron que adaptarse y modificar los procesos en la educación sin embargo es importante poder mejorarlas e

implementar algunas nuevas técnicas y herramientas metodológicas para continuar con la formación estudiantil.

#### 4.4.2. Disfunción social en la actividad diaria

Es la carencia de planificación de la persona, asimismo en esta suele involucrarse más en la toma de decisiones y a la final nunca empiezan las tareas, o si la empiezan, están constantemente reiniciando e iniciando porque se les ocurrió una mejor forma de hacerla. Al final, cuando llega el momento de seguir adelante con otra cosa, están agotados.

**Tabla 10: Disfunción social en los estudiantes de la IES “César Vallejo” en el contexto de la cuarentena por Covid-19.**

<b>Disfunción social</b>	<b>Frecuencia (n)</b>	<b>Porcentaje (%)</b>
<b>Bajo</b>	66	<b>35%</b>
<b>Medio</b>	<b>126</b>	<b>65%</b>
<b>Alto</b>	0	0%
<b>Total</b>	<b>192</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** “Elaborado por el equipo de trabajo”

En la tabla 10 respecto a la dimensión de disfunción social, se observa que de la población de muestra de la institución educativa César Vallejo de Huancané, el 126 estudiantes que representan a 65% de la población de estudio manifiesta que presentó un nivel medio de disfunción social durante el contexto de pandemia por covid-19, es decir estos estudiantes no estaban satisfechos con las actividades que realizaban diariamente, pues el contexto de pandemia afectó sus condiciones para acceder y participar en procesos de aprendizaje virtual, a ello se suma su condición familiar que demandó en ellos tener que asumir responsabilidades de cuidado de sus familiares, estas condiciones fueron factores de riesgo que afectó su desempeño y funcionamiento social como estudiante, muchos estudiantes priorizaron actividades de cuidado familiar dejando de lado



responsabilidades académicas, ocasionando que se sientan desinteresados por algunas materias de estudio y por el logro de actividades de aprendizaje, lo cual finalmente afectó en que se sientan insatisfechos con su rol de estudiantes, fue un contexto en el que se vieron con capacidades materiales y emociones disminuidas, lo que no les permitió emprender actividades y de disfrutar actividades de aprendizaje; por otro lado, no podían encontrarse o reunirse con sus amigos, compañeros, docentes y otros familiares. Según Cajas (2021) indica que la disfunción social “está asociado con problemas neuropsiquiátricos como: estados de ánimo, ansiedad, la alimentación, la personalidad. En otras palabras, la disfunción social afecta el adecuado funcionamiento de las relaciones sociales”; al respecto, de Lorraine (2017) precisa “puede ser el resultado de otros problemas, efectos secundarios de medicamentos que pueden causar problemas de funcionamiento social”.

Por otro lado, un 35% de estudiantes precisan que se encuentran en un nivel bajo de disfunción familiar, estos estudiantes manifestaron estar ocupados y activos, tuvieron tiempo para hacer labores cotidianas y consideran que han estado haciendo las cosas bien. Cuando la pandemia de Covid-19 golpeó, quedarse en casa y limitar la interacción social era la herramienta clave en la lucha contra la Covid-19; sin embargo, al mismo tiempo, muchos estudiantes también han experimentado sentimientos que no esperaban, como la ansiedad por regresar a situaciones sociales. Las relaciones interpersonales en el funcionamiento social deben ser naturales, libres de conflictos y esto se logra sabiendo interrelacionarse y conversar adecuadamente con los demás. En la medida en que un sujeto se relacione de forma adecuada con los demás, recibe un reforzamiento positivo de la sociedad, lo que eleva su autoestima. (Concepción, 2010).

Por tanto, se sugiere preparar a los estudiantes a gestionar sus emociones para que se tomen un tiempo ante un evento social con la finalidad de pensar con exactitud qué

situaciones de la interacción que está por ocurrir los ponen ansiosos y luego desarrollar estrategias satisfactorias acerca de lo que pueden hacer útilmente o tomar decisiones para reducir sus preocupaciones y disfrutar de sus actividades. También, debemos considerar que existen otro tipo de factores que ponen en declive su función social del estudiante. Es recomendable seguir investigando e identificar esas causas que presenta el estudiante en estos tiempos de crisis mundial por la Covid-19.

#### 4.4.3. Prueba de hipótesis específica 3

**Tabla 11: Correlación entre el aprendizaje colaborativo y la salud mental.**

		Correlaciones		Aprendizaje colaborativo	Salud mental
Rho de Spearman	Aprendizaje colaborativo	Coeficiente de correlación		1,000	<b>,689**</b>
		Sig. (bilateral)		.	,000
	Salud mental	N		192	192
		Coeficiente de correlación		,689**	1,000
		Sig. (bilateral)		,000	.
		N		192	192

**Fuente:** “Elaborado por el equipo de trabajo”

#### Decisión

En la tabla 11 según la prueba de correlación de Rho de Spearman, se identifica la existencia de una correlación positiva considerable de Rho de Spearman de **0.689**, entre el aprendizaje colaborativo y la salud mental en los estudiantes de la I.E.S. César Vallejo de la provincia de Huancané en el contexto de la cuarentena por Covid-19, 2020; por ello, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna.



## 4.5. RESULTADOS PARA EL OBJETIVO ESPECÍFICO 04

### 4.5.1. Competencias del estudiante

Es la adecuada combinación de conocimiento en el estudiante, estas pueden ser capacidades de comprensión, herramientas, comunicación y actitudes apropiadas según el contexto donde se encuentre. Asimismo, impulsa la realización de tareas, la participación eficaz y sirve para la vida social, más aún en sociedades diversificadas, cuyo fin, es también resolver conflictos.

**Tabla 12: Competencias del estudiante de la IES “César Vallejo” en el contexto de la cuarentena por Covid-19.**

Competencias del estudiante	Frecuencia (n)	Porcentaje (%)
Deficiente	18	9%
Regular	155	81%
Bueno	15	8%
Excelente	4	2%
<b>Total</b>	<b>192</b>	<b>100%</b>

Fuente: “elaborado por el equipo de trabajo”

A partir de los resultados de la tabla 12 relacionada a la dimensión competencias del estudiante de la institución educativa César Vallejo de Huancané, 155 estudiantes que equivale al 81% de la población estudio presentaron un nivel regular en cuanto a sus competencias como estudiante, es decir, el logro de competencias no se logró como estuvo previsto pues no contaron con un horario establecido que permita asistir con frecuencia a las clases virtuales y cumplir con actividades educativas, muchos presentaron dificultades en comprender los temas tratados durante sus clases, además no pudieron comunicarse con sus docentes, tutores para resolver un conflicto, tomar decisiones para desarrollar las actividades de aprendizaje o autoevaluar su aprendizaje, no lograron mantener una comunicación permanente y actitud positiva durante el desarrollo de sus actividades ya que la comunicación con sus docentes, tutores se vio interferida por la



carencia e insuficiencia de la capacidad de internet; por otro lado, los mismos padres de familia estaban preocupados más por problemas económicos que se daban en cada hogar, ya que habían dejado de trabajar por la pandemia asimismo

muchos de los estudiantes no disponían del uso de las herramientas de aprendizaje durante la pandemia para lograr sus aprendizajes. A partir de la experiencia de la educación virtual que se desarrolló en el contexto del Covid-19 es necesario el desarrollar nuevas competencias para el docente, el desarrollo de materiales didácticos elaborados con diferentes medios que fomenten el uso de las TIC y el desarrollo de nuevas estrategias didácticas donde se plasmen las competencias que deben desarrollar los estudiantes, de manera que le permitan incursionar con éxito en el campo educativo, profesional y social. Sin embargo, existe una gran mayoría de estudiantes quienes tienen dificultad en cuanto a sus competencias como estudiantes. (Aguirre & Ruiz, 2012).

Por otro lado, el 2% de la población de estudio manifestaron que tienen un nivel excelente en cuanto a sus competencias, es decir; estos estudiantes tuvieron la capacidad de aprender de manera activa y participativa, adquiriendo conocimientos y habilidades que fomentaron sus propios valores, lo que da como resultado la autoformación de ellos mismos. El alumno desarrolla competencias para ejercer sus conocimientos en un entorno real, al representar creativamente sus actividades educativas; en estos atributos de la posibilidad de potenciarse es muy importante el acompañamiento oportuno y efectivo del profesor. (Aguirre & Ruiz, 2012).

Por tanto, es importante también que el estudiante desarrolle su capacidad de exigirse a sí mismo y que lo involucre en la toma de decisiones como por ejemplo en la distribución de su tiempo, la ubicación de espacio donde desarrolla sus clases, en autoevaluarse su proceso de aprendizaje y así tener un logro en su aprendizaje y en su desarrollo como persona.

#### 4.5.2. Depresión

Afecta el pensamiento, comportamiento, dificulta la realización de actividades habituales, ganas de llorar, recordar cosas, intento suicida, pérdida de interés, carencia de apetito o adelgazamiento y problemas físicos inexplicables. Esta puede requerir tratamientos a largo plazo.

**Tabla 13: Depresión en los estudiantes de la IES “César Vallejo” en el contexto de la cuarentena por Covid-19.**

<b>Depresión</b>	<b>Frecuencia (n)</b>	<b>Porcentaje (%)</b>
<b>Bajo</b>	<b>116</b>	<b>60%</b>
<b>Medio</b>	70	37%
<b>Alto</b>	6	<b>3%</b>
<b>Total</b>	<b>192</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** “elaborado por el equipo de trabajo”

En la tabla 13 relacionada a la dimensión de la depresión, se observa que de la población muestra de la institución César Vallejo de Huancané, 174 estudiantes que equivalen al 91% de la población de estudio manifestaron presentar niveles de depresión bajo, es decir presentan tristeza, indiferencia hacia el estudio, cansancio, desmotivación, falta de interés pero en forma leve producto del contexto de la pandemia por covid-19; no han llegado a pensar hasta el extremo de que no vale la pena vivir o en la posibilidad de que desean estar muertos que vivos, o en las ideas de suicidio. Ante estos resultados expuestos es pertinente recordar que la etapa de adolescente es única en la vida, por su activo desarrollo biológico, psíquico y social. Es decir, se entiende como la etapa de cambio de la infancia a la iniciación a la vida adulta. Puesto que en ellos tienen que alcanzarse muchas marcas significativas, como la identidad propia, desarrollo afectivo – psicosexual y una correcta integración al escenario social. Asimismo, consideramos que este es decisivo el encuentro del estudiante para su vocación y vida personal. Según



Sandoval & Umbrarila (2013) sostienen que los adolescentes son uno de los grupos con mayor probabilidad de sufrir depresión, porque durante esta etapa se dan procesos de cambio físico, psicológico y cognitivo que obligan a los jóvenes a desarrollar estrategias de afrontamiento que les permitan establecer un sentido de identidad, derechos, autonomía y éxito como personas y de la sociedad.

Por otra parte, un 3% presentan un nivel alto de depresión, es decir que han estado viviendo frecuentemente la vida sin esperanza debido a los contagios que se veía en las noticias todos días o que se vieron afectados por problemas de salud o económicos de familiares, estos estudiantes tenían familiares que se habían contagiado por dicha enfermedad, muchos también se veían muy deprimidos porque les afectaba bastante el encierro prolongado y no se podían relacionar o encontrar con sus amigos o compañeros ya que durante ese año los estudiantes no podían salir a las calles ni siquiera a poder realizar compras o acompañar a sus padres puesto que solo estaba permitido un integrante por familia. La depresión puede persistir o reaparecer, afectando significativamente la capacidad de una persona para trabajar, estudiar, o para hacer frente a su vida diaria. En su forma más grave, la depresión puede llevar al suicidio (OMS, 2017).

Por ello, es importante que los docentes, tutores y padres de familia mantengan la confianza, el apoyo necesario con sus alumnos e hijos para brindarles el soporte emocional que requieren en esta etapa de sus vidas y que no corran el riesgo de necesitar un tratamiento más intensivo o hasta provocar consecuencias negativas en todos los aspectos de sus vidas.

#### 4.5.3. Prueba de hipótesis específica 4

**Tabla 14: Correlación entre las competencias del estudiante y la salud mental.**

Correlaciones		Competencias del estudiante	Salud mental
Rho de Spearman	Competencias del estudiante	1,000	<b>,549**</b>
	Coeficiente de correlación Sig. (bilateral)	.	,000
	N	192	192
	Salud mental	,608**	1,000
	Coeficiente de correlación Sig. (bilateral)	,000	.
	N	192	192

**Fuente:** “Elaborado por el equipo de trabajo”

#### Decisión

En la tabla 14, según la prueba de correlación de Rho de Spearman, se identifica la existencia de una correlación positiva considerable de Rho de Spearman de **0.549**, entre las competencias del estudiante y la salud mental en los estudiantes de la IES César Vallejo de la provincia de Huancané en el contexto de la cuarentena por covid-19, 2020; por ello, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna.



## V. CONCLUSIONES

**PRIMERA:** En relación al objetivo general se obtuvo resultados según Rho Spearman que existe correlación positiva considerable entre las clases virtuales y la salud mental en los estudiantes de la I.E.S. César Vallejo de la provincia de Huancané en el contexto de la cuarentena por Covid-19, 2020 con valores de “ $r=0,674$ ” con significancia de 0.000; en tal sentido las clases virtuales se relacionan considerable y significativamente en la salud mental de los estudiantes en el contexto de cuarentena por el covid-19, es decir las clases virtuales con brechas de acceso a recursos tecnológicos virtuales condicionó un aprendizaje regular (42%) en los estudiantes, quienes se vieron afectados en su salud mental presentando experiencias de estrés, tristeza, angustia y desmotivación.

**SEGUNDA:** En relación al primer objetivo específico se determina según la Rho Spearman, que existe correlación positiva considerable entre los recursos de aprendizaje y la salud mental en los estudiantes con un valor de “ $r=0,548$ ” y significancia de 0.000; en efecto, el 35% de estudiantes manifestaron que el uso de recursos de aprendizaje fueron de forma regular durante el contexto de la cuarentena, es decir los estudiantes tenían el acceso limitado a sus aulas virtuales y otras herramientas tecnológicas lo cual afectó en su salud mental ya que el 60% de estudiantes presentaron síntomas somáticos como agotamiento, tensión mental, escalofríos, angustia en el encierro prolongado y con las exigencias del aprendizaje virtual.

**TERCERA:** En relación al segundo objetivo específico se determina según la Rho Spearman, que existe relación significativa entre el acompañamiento virtual y la salud mental en los estudiantes con un valor de “ $r=0,577$ ” y significancia de 0.000; al respecto, 60% de la población de estudio manifestaron que el acompañamiento virtual de docentes y/o tutores fue regular durante el contexto de la cuarentena; es decir, el acceso limitado



a sus aulas virtuales y acceso a herramientas no permitió tener acompañamiento permanente lo cual afectó en su salud mental ya que el 70% de estudiantes presentaron un nivel medio de ansiedad e insomnio.

**CUARTA:** En relación al tercer objetivo específico se determina según la Rho Spearman, que existe relación significativa entre el aprendizaje colaborativo y la salud mental en la actividad diaria en los estudiantes con un valor de “ $r=0,689$ ” y significancia de 0.000; al respecto, el 76% de la población de estudio manifestaron que durante la cuarentena los estudiantes tuvieron un aprendizaje colaborativo regular, es decir su participación fue pasiva ya que las herramientas como el celular u otros medios para comunicarse no le permitían acceder realizar aprendizajes colaborativos, el 65% de la población de estudio manifiestan tener un nivel medio de disfunción social o insatisfacción de sus actividades diarias.

**QUINTA:** En relación al cuarto objetivo específico se determina según la Rho Spearman que existe relación significativa entre las competencias del estudiante y la salud mental en los estudiantes con un valor de  $r=0,549$ ” y significancia de 0.000; al respecto, el 81% de la población de estudio presentaron un nivel regular en cuanto a sus competencias como estudiante; por otro lado, 91% manifestaron presentar niveles bajos de depresión, es decir presentaron tristeza, indiferencia hacia el estudio, cansancio, desmotivación, falta de interés pero en forma leve.



## VI. RECOMENDACIONES

**PRIMERA:** Al Ministerio de Educación como órgano rector de las políticas educativas, se recomienda coordinar y articular con los gobiernos regionales para promover la cobertura, accesibilidad a internet y a los recursos tecnológicos a fin de lograr con mejores condiciones para una educación virtual, asimismo, esta entidad debe ampliar el presupuesto educativo para la creación de talleres socioeducativos, socioemocionales en temas relacionados a la salud mental en estudiantes y de esta forma velar por el bienestar integral de ellos.

**SEGUNDA:** A la Dirección Regional de Educación Puno a través de la Dirección de Gestión Pedagógica se recomienda programar actividades para desarrollar talleres educativos, socioemocionales con los estudiantes de esta manera fortalecer sus capacidades, habilidades y destrezas. Se recomienda también a los especialistas de tutoría y orientación educativa (TOE) brindar atención integral con soporte emocional, implementando talleres que apoyen y refuercen aquellas situaciones que afectan la salud emocional de los estudiantes en este contexto de la pandemia, de manera que le permitan contar con recursos personales para afrontar con éxito procesos de aprendizaje y futuros retos profesionales y sociales

**TERCERA:** Se recomienda a la institución César Vallejo mediante la dirección, docentes y padres de familia desarrollar nuevas estrategias metodológicas de aprendizaje que puedan generar más conocimientos constructivos de manera positiva, con la finalidad de enfrentar los nuevos retos que se vive actualmente en este mundo ya globalizado con pandemia. Por otro lado, implementar protocolos sanitarios y acciones inmediatas de atención a estudiantes afectados en su salud integral, ya sea a nivel emocional, mental, físico o social.



**CUARTA:** A la Facultad de Trabajo Social se recomienda, propiciar la realización de investigaciones relaciones al tema de salud mental en estudiantes, ya que los cambios que generó la pandemia del Covid-19 provocó el aumento de trastornos en la salud mental de los estudiantes; asimismo implementar estrategias de atención y acompañamiento a estudiantes afectados en salud y bienestar.



## VII. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Aguirre, G., & Ruiz, M. R. (2012). Competencias digitales y docencia: una experiencia desde la práctica universitaria. *Innovación Educativa* (México, DF), 12(59), 121–141.
- Arias, J. L. (2020). Proyecto de Tesis: Guía para la elaboración. Depósito Legal en la Biblioteca Nacional del Perú. [https://repositorio.concytec.gob.pe/bitstream/20.500.12390/2236/1/AriasGonzales\\_ProyectoDeTesis\\_libro.pdf](https://repositorio.concytec.gob.pe/bitstream/20.500.12390/2236/1/AriasGonzales_ProyectoDeTesis_libro.pdf)
- Armas, F., Talavera, J. E., Cárdenas, M. M., & De la Cruz, J. A. (2021). Trastornos del sueño y ansiedad de estudiantes de Medicina del primer y último año en Lima, Perú. *Revista de La Fundación Educación Médica*, 24(3), 133. <https://scielo.isciii.es/pdf/fem/v24n3/2014-9832-fem-24-3-133.pdf>
- Arvallo, C. (2021). Sin clases presenciales , deportes y amigos para charlar , los jóvenes de EU caen en trastorno mental. <https://www.eleconomista.com.mx/internacionales/Sin-clases-presenciales-deportes-y-amigos-para-charlar-los-jovenes-de-EU-caen-en-trastorno-mental-20210208-0018.html>
- Basurto, S., Moreira, J., Velásquez, A., & Rodríguez, M. (2021). Autoevaluación, Coevaluación y Heteroevaluación como enfoque innovador en la práctica pedagógica y su efecto en el proceso de enseñanza-aprendizaje. *Polo Del Conocimiento(Pol.Con)*, 6(3), 828–845. <https://doi.org/10.23857/pc.v6i3.2408>
- Bernaldez, G. B., Oudhof van, J., Robles, E., & Domínguez, A. (2019). Narrativas del dolor: factores individuales y contextuales en el trastorno de síntomas somáticos. *Acta Universitaria*, 29, 1–13. <http://www.scielo.org.mx/pdf/au/v29/2007-9621-au-29-e2356.pdf>
- Cajas, R. B. (2021). Síndrome de burnout y salud mental en docentes de primaria de Red 4, Ugel 1, San Juan de Miraflores, 2020 [Universidad César Vallejo]. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/61280/Cajas\\_NRB-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/61280/Cajas_NRB-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Cano, J., Dominguez, A., & Ricardo, C. (2018). Fortalecimiento de la competencia TIC de estudiantes de educación superior en Ambientes Virtuales de Aprendizaje virtual learning environments. *Revista Espacios*, 19(1), 63–70. <https://www.revistaespacios.com/a18v39n25/a18v39n25p35.pdf>
- Carrasco, S. (2019). Metodología de la investigación. San Marcos.



- [http://www.sancristoballibros.com/libro/metodologia-de-la-investigacion-cientifica\\_45761](http://www.sancristoballibros.com/libro/metodologia-de-la-investigacion-cientifica_45761)
- Charaja, F. (2019). Elmapic. [http://dina.concytec.gob.pe/appDirectorioCTI/VerDatosInvestigador.do?jsessionid=2ed230de463e7b936ac7d6b6a667?id\\_investigador=38359](http://dina.concytec.gob.pe/appDirectorioCTI/VerDatosInvestigador.do?jsessionid=2ed230de463e7b936ac7d6b6a667?id_investigador=38359)
- Clemente, Z. A. (2021). Estrés Académico y Ansiedad en Estudiantes de Licenciatura en Enfermería [Benemérita Universidad Autónoma de Puebla]. <https://repositorioinstitucional.buap.mx/bitstream/handle/20.500.12371/11807/20210126140649-7284-T.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Cochea, F. M. (2020). Redes sociales y salud mental en los niños de 6° de Básica de la Unidad Educativa Arnulfo, Guayaquil-2020 [Universidad César Vallejo]. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/63867/Cochea\\_LFM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/63867/Cochea_LFM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Concepción, L. D. (2010). Relaciones Sociales En La Escuela. Innovación y Experiencias Educativas, 37, 1–9. <https://educrea.cl/wp-content/uploads/2016/09/doc2-relaciones-sociales.pdf>
- Cordova, I. (2019). Instrumentos de investigación. San Marcos. [http://www.sancristoballibros.com/libro/instrumentosdeinvestigacioncdrom\\_80412](http://www.sancristoballibros.com/libro/instrumentosdeinvestigacioncdrom_80412)
- Corea, M. T. (2021). La depresión y su impacto en la salud pública. Rev Méd Hondur, 89(1). <http://www.bvs.hn/rmh/pdf/2021/pdf/Vol89-S1-2021-14.pdf>
- De La Cruz, B., & Pizango, V. (2020). Percepciones sobre el aula virtual chamilo en estudiantes de secundaria de una institución educativa en Lima, Perú. In Universidad SanIgnaciodeLoyola. <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/932e639e-7101-4935-bf90-e8dad253c56b/content>
- Del Castillo, R. P., & Pando, M. F. (2020). Salud mental infanto-juvenil y pandemia de Covid-19 en España: cuestiones y retos. Revista de Psiquiatría Infanto-Juvenil, 37(2), 30–44. <https://www.aepnya.eu/index.php/revistaaepnya/article/view/355/293>
- Diaz, A. Y. (2019). El estrés académico y su relación con la somnolencia diurna en estudiantes de terapia física de la Universidad Norbert Wiener, 2018 [Universidad PrivadaNorbertWiener]. [http://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/123456789/3519/T061\\_AP884053\\_M.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/123456789/3519/T061_AP884053_M.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Echeverría, J. (2000). Número 24 TIC en la educación / TIC na educação Educação y tecnologías telemáticas. Revista Iberoamericana de Educación, 1–28. <https://rieoei.org/historico/documentos/rie24a01.htm>
- Expósito, C. D., & Marsollier, R. G. (2020). Virtualidad y educación en tiempos de



- Covid-19. Un estudio empírico en Argentina. *Educación y Humanismo*, 22(39), 1–22. <http://revistas.unisimon.edu.co/index.php/educacion/article/view/4214/4771>
- Farfán, I. (2021). Factores asociados a insomnio en estudiantes de Medicina de la Universidad Nacional de Piura durante el 2021 [Universidad Nacional de Piura]. <https://repositorio.unp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12676/3023/MHUM-FARGAR-2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Frías, M., Haro, Y., & Artiles, I. (2016). Las habilidades cognitivas en el profesional de la Información desde la perspectiva de proyectos y asociaciones internacionales. *Revista Investigación Bibliotecológica*, 31, 201–218. <http://www.scielo.org.mx/pdf/ib/v31n71/2448-8321-ib-31-71-00201.pdf>
- García, F., Fonseca, G., & Concha, L. (2015). Aprendizaje y rendimiento académico en educación superior: un estudio comparado. *Actualidades Investigativas En Educación*, 15(3), 1–28. <https://www.redalyc.org/pdf/447/44741347019.pdf>
- García, J., García, H., González, M., Barrio, S., & García, R. R. (2019). ¿Qué es suicidio? Problemas clínicos y conceptuales Rocío García-Pascual. 37(2), 91–100. <https://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/807#:~:text=Resumen,salud pública a nivel mundial.&text=Se analizan las implicaciones conceptuales,la prevención del fenómeno suicida.>
- Garduño, E. (2015). Acompañamiento por medios virtuales: Una propuesta metodológica. April. [https://www.researchgate.net/publication/274896402\\_Acompañamiento\\_por\\_medios\\_virtuales\\_Una\\_propuesta\\_metodologica](https://www.researchgate.net/publication/274896402_Acompañamiento_por_medios_virtuales_Una_propuesta_metodologica)
- Garibay, M. T. (2014). El foro virtual como recurso integrado a estrategias didácticas para el aprendizaje significativo. Editorial del Centro de Estudios Avanzados. [http://biblioteca.clacso.edu.ar/Argentina/cea-unc/20161114025652/pdf\\_1198.pdf](http://biblioteca.clacso.edu.ar/Argentina/cea-unc/20161114025652/pdf_1198.pdf)
- Gómez, I., & Escobar, F. (2021). Educación Virtual En Tiempos De Pandemia: Incremento De La Desigualdad Social En El Perú. Chakiñan, *Revista De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 1152165. <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/1996/3262>.
- Guterres, A. (2020). Los servicios de salud mental son parte esencial en todas las respuestas de los gobiernos al COVID-19. 19, 3. <https://www.un.org/pt/node/71571>
- Hernández, R., & Mendoza, C. P. (2018). Metodología de la investigación. <https://virtual.cuautitlan.unam.mx/rudics/?p=2612>
- Iñiguez, S., Cruz, S., & Vaca, S. (2020). Uso problemático de tecnologías de la información y comunicación, consumo de sustancias y su impacto en la Salud



- Mental de estudiantes de Bachillerato. 10, 471–489.  
<http://revistas.urp.edu.pe/index.php/Paideia/article/view/3448/4244>
- Instituto Peruano de Economía. (2021). Conectividad: el reto para la educación virtual en el Sur en el 2021. 6. <https://www.ipe.org.pe/portal/conectividad-el-reto-para-la-educacion-virtual-en-el-sur-en-el-2021/>
- Jáuregui, C. G. (2021). La influencia de la educación virtual para mejorar las competencias y los aprendizajes de los estudiantes de la Facultad de Ciencias Económicas de la Universidad Nacional del Callao (Vol. 4, Issue 1). [http://repositorio.unac.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12952/5678/informe\\_final-Jauregui-2021-FCE.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unac.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12952/5678/informe_final-Jauregui-2021-FCE.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Lorraine, B. (2017). Libros. Springer. <https://books.google.com.pe/books?id=qk4-dwaaqbaj&pg=PA302&dq=disfuncion+social+libro&hl=es&sa=X&ved=2ahukewj uhlrq5kl0ahuyh7kghvecafi4chdoaxoecagqag#v=onepage&q=disfuncion social libro&f=false>
- Lovón, M. A., & Cisneros, S. A. (2020). Repercusiones de las clases virtuales en los estudiantes universitarios en el contexto de la cuarentena por COVID- 19 : El caso de la PUCP. *Propósitos y Representaciones*, 8(SPE3), 1–15. <https://revistas.usil.edu.pe/index.php/pyr/article/view/588/1086>
- Maggio, M. (2018). Habilidades del siglo xxi. Cuando el futuro es hoy Documento Básico.FundaciónSantillana.[https://www.fundacionsantillana.com/PDFs/XIII\\_Foro\\_Documento\\_Basico\\_WEB.pdf](https://www.fundacionsantillana.com/PDFs/XIII_Foro_Documento_Basico_WEB.pdf)
- Medina, F. A., Sono, J. M., García, J. F., & Gamboa, S. (2017). Modelo de Gestión Pedagógica Territorial. In 2017. Gráfica Publi Industria E.I.R.L. [http://www.dreim.gob.pe/images/descarga/2017/JUNIO\\_2017/modelo\\_de\\_gestion\\_pedagogico\\_territorial.pdf](http://www.dreim.gob.pe/images/descarga/2017/JUNIO_2017/modelo_de_gestion_pedagogico_territorial.pdf)
- Ministerio de Salud. (2018). Plan Nacional de Fortalecimiento de Servicios de Salud Mental Comunitaria 2018-2021. Gobierno Del Perú, 100. <http://bvs.minsa.gob.pe/local/Minsa/4422.pdf>
- Ministerio de Salud. (2021). Plan de Salud Mental 2020-2021. Gobierno Del Perú, 60. <http://bvs.minsa.gob.pe/local/Minsa/5092.pdf>
- Mondragon, A. (2014). Uso de la correlación de spearman en un estudio de intervención en fisioterapia. ResearchGate. [https://www.researchgate.net/publication/281120822\\_uso\\_de\\_la\\_correlacion\\_de\\_spearman\\_en\\_un\\_estudio\\_de\\_intervencion\\_en\\_fisioterapia](https://www.researchgate.net/publication/281120822_uso_de_la_correlacion_de_spearman_en_un_estudio_de_intervencion_en_fisioterapia)



- Montesinos, J. (2016). Competencia comunicativa y salud mental positiva en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Secundaria UNA- Puno, 2015. In Universidad Nacional del Altiplano. <http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/6315/EPG903-00903-01.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ochoa, K. A. (2021). Percepción de los estudiantes de enfermería sobre las estrategias didácticas que utilizan los docentes en el entorno virtual de una universidad pública de Lima, 2021. In Universidad Nacional Mayor de San Marcos. [https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/16685/Ochoa\\_ck.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/16685/Ochoa_ck.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- OMS. (2014). Promoción de la Salud Mental. Who. [https://www.who.int/mental\\_health/evidence/promocion\\_de\\_la\\_salud\\_mental.pdf](https://www.who.int/mental_health/evidence/promocion_de_la_salud_mental.pdf)
- Organización Mundial de la Salud. (2017). Depresión y otros trastornos mentales comunes. Organización Panamericana de La Salud, 1–24. <https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/34006/PAHONMH17005-spa.pdf>
- Ortiz, J. L., Morocho, M. I., Tenezaca, A. H., Torres, M. G., & Ugalde, D. (2014). Diagnóstico de la relación entre el uso excesivo de las TICs y síntomas depresivos y ansiedad en estudiantes de medicina, Universidad de Cuenca, Ecuador. *Maskana*, 5(2), 4148. <https://publicaciones.ucuenca.edu.ec/ojs/index.php/maskana/article/view/436/375>
- Ortiz, L. (2018). Efectos de las herramientas virtuales en el aprendizaje basado en proyectos de los estudiantes de la escuela profesional de ciencias de la comunicación de la UNSA Arequipa 2018 [Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa]. <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/6798/CCDorhula.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Pattee, E. (2020). La diferencia entre preocupación, estrés y ansiedad. *The New York Times*, 20–22. <https://www.nytimes.com/es/2020/03/04/espanol/estilos-devida/que-es-el-estres-ansiedad-preocupacion.html>
- Pérez, J., & Merino, M. (2017). Definición de gotamiento. Definición.De. <https://definicion.de/agotamiento/>
- Pino, R. (2018). Metodología de la investigación. San Marcos. <http://www.librosperuanos.com/libros/detalle/8074/Metodologia-delainvestigacion>
- Quesada, C., & Fernández, E. (2010). Residente Psiquiatría. In *Manual del Residente en Psiquiatría* (Vol. 45, Issue 21). Grupo ENE Life Publicidad, S.A. [http://www.sepsiq.org/file/Publicaciones/Manual\\_Residente\\_Psiquiatría2.pdf](http://www.sepsiq.org/file/Publicaciones/Manual_Residente_Psiquiatría2.pdf)



- Quispe, M. D. (2021). Factores de riesgo en la salud mental de los estudiantes de la facultad de ingeniería estadística e informática de la UNA Puno ante la pandemia de la COVID-19. Universidad Nacional del Altiplano.
- Rafael, O. M. (2016). Situación de la educación virtual en la Facultad de Humanidades de la Universidad de San Carlos de Guatemala [Universidad de San Carlos de Guatemala]. [http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/07/07\\_2313.pdf](http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/07/07_2313.pdf)
- Rey, T. (2020). ¿Eres una persona mayor nerviosa? ¿Cómo puede afectar esta condición a tu salud? Esta forma de ser puede provocar otros problemas, como depresión o trastornos cardiovasculares. 65ymas. [https://www.65ymas.com/salud/preguntas/quiereo-saber-si-soy-persona-nerviosa-efectos-salud\\_11826\\_102.html](https://www.65ymas.com/salud/preguntas/quiereo-saber-si-soy-persona-nerviosa-efectos-salud_11826_102.html)
- Rodríguez, A. P., & Fernández, A. (2014). Relación entre el tiempo de uso de las redes sociales en internet y la salud mental en adolescentes Colombianos. *Acta Colombiana de Psicología*, 17(1), 131-140. <https://repository.ucatolica.edu.co/bitstream/10983/1233/1/v17n1a13.pdf>
- Rueda, E., Mares, G., Gonzáles, L., Rivas, O., & Rocha, H. (2017). La participación en clase en alumnos universitarios: factores disposicionales y situacionales. *Revista Iberoamericana de Educación*, 74(1), 149-162. <https://rieoei.org/historico/documentos/7793.pdf>
- Salgado, E. (2015). La enseñanza y el aprendizaje en modalidad virtual desde la experiencia de estudiantes y profesores de posgrado. *Universidad Católica de Costa Rica*, 331. <https://www.academica.org/edgar.salgado.garcia/2.pdf>
- Sánchez, H. H., & Mejía, K. B. (2020). Investigaciones en salud mental en condiciones de pandemia por el COVID-19. In Universidad Ricardo Palma. <http://repositorio.urp.edu.pe/handle/URP/3311>
- Sánchez, I. M. (2020). Los trastornos psicosomáticos en el niño y el adolescente. *Medisan*, 24(5), 943-961. <http://scielo.sld.cu/pdf/san/v24n5/1029-3019-san-24-05-943.pdf>
- Silvestre, I., & Huamán, C. (2019). Pasos para elaborar la investigación y la redacción de la tesis universitaria. San Marcos. [http://www.sancristoballibros.com/libro/pasos-para-elaborar-la-investigacion-y-la-redaccion-de-la-tesis-universitaria\\_81569](http://www.sancristoballibros.com/libro/pasos-para-elaborar-la-investigacion-y-la-redaccion-de-la-tesis-universitaria_81569)
- Soto, K. (2020). Educación virtual y satisfacción de las estudiantes del 5° año de la Institución Educativa Nacional Santa Rosa, año 2020. [Tesis de maestría]. In Universidad César Vallejo. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/46623/Soto\\_MKA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/46623/Soto_MKA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)



- Trejo, J. (2021). La retroalimentación oral o escrita para mejorar la producción escrita en la universidad. *UNIFÉ*, 27, 7983. <https://revistas.unife.edu.pe/index.php/educacion/article/view/2366>
- UGEL. (2020). Acompañamiento Pedagógico a Distancia Acompañamiento Pedagógico a Distancia. Ministerio de Educación Perú 2020, 14. <https://ugel16barranca.gob.pe/wpcontent/uploads/2020/06/orientacionesacompañamiento-pedagógico.pdf>
- Vásquez, J. (2019). Salud mental y su relación vital en adolescentes de la I.E. Santa Clara Arequipa - 2018 [Universidad Privada Autónoma del Sur]. [http://repositorio.upads.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/UPADS/150/carbajalpachapuma yanet - bah..pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.upads.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/UPADS/150/carbajalpachapuma%20yanet%20-%20bah..pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Vivanco, A., Saroli, D., Rodríguez, T. C., & Grijalva, M. N. (2020). Ansiedad por Covid - 19 y salud mental en estudiantes universitarios. *Revista de Investigación En Psicología*, 23(2), 197215. <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/19241/16154>
- Yirda, A. (2021). Capacidad. Concepto definicion. De. <https://conceptodefinicion.de/capacidad/>
- Zambrano, G. A., Moreira, M. J., Morales, F. F., & Amaya, D. R. (2021). Recursos virtuales como herramientas didácticas aplicadas en la educación en situación de emergencia. *Polo Del Conocimiento*, 6(4), 73–87. <https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/2539/5300>



## ANEXOS

## Anexo 1

Matriz de consistencia

PROBLEMA	HIPÓTESIS	OBJETIVO	VARIABLES Y DIMENSIONES		INDICADORES	METODOLOGÍA
			Variable 1	Variable 2		
<p><b>Problema General</b> ¿Cuál es la relación entre las clases virtuales y la salud mental en los estudiantes de la provincia de Huancané en el contexto de cuarentena por la Covid-19, 2020?</p> <p><b>Problemas Específicos</b> ¿Cuál es la relación entre los recursos de aprendizaje y la salud mental en los estudiantes de la provincia de Huancané en el contexto de cuarentena por la Covid-19, 2020?</p>	<p><b>Hipótesis General</b> Existe relación significativa entre las clases virtuales y la salud mental en los estudiantes de la provincia de Huancané en el contexto de cuarentena por la Covid-19, 2020</p> <p><b>Hipótesis Específicas</b> Existe relación significativa entre los recursos de aprendizaje y la salud mental en los estudiantes de la provincia de Huancané en el contexto de cuarentena por la Covid-19, 2020</p>	<p><b>Objetivo General</b> Determinar la relación entre las clases virtuales y la salud mental en los estudiantes de la I.E.S. César Vallejo de la provincia de Huancané en el contexto de cuarentena por la Covid-19, 2020</p> <p><b>Objetivos Específicos</b> Establecer la relación entre los recursos de aprendizaje y la salud mental en los estudiantes de la I.E.S. César Vallejo de la provincia de Huancané en el contexto de cuarentena por la Covid-19, 2020</p>	<p><b>Variable 1</b> Clases virtuales</p> <p><b>Variable 2</b> Recursos de aprendizaje</p>	<p>Acceso a bibliotecas</p> <p>Acceso al aula virtual</p> <p>Uso de foros</p> <p>Utilización de recursos didácticos</p> <p>Contenido estructurado</p> <p>Prácticas calificadas</p> <p>Orientación</p> <p>Consulta</p> <p>Retroalimentación</p> <p>Fortalezas y debilidades</p> <p>Evaluación de actividades</p> <p>Flexibilidad en la utilización de medios de consulta</p> <p>Flexibilidad de tiempo de presentación</p> <p>Participación activa</p> <p>Trabajo en equipo</p> <p>Contribución y aportación</p> <p>Herramientas</p> <p>Intercambio de información</p> <p>Responsabilidad y perseverancia</p> <p>Solución de problemas</p>	<p><b>Diseño de investigación</b> No experimental</p> <p><b>Tipo de investigación</b> Descriptivo correlacional</p> <p><b>Población</b> 384 estudiantes de la I.E.S. César Vallejo de la provincia de Huancané</p> <p><b>Muestra</b> 192 estudiantes de la I.E.S. César Vallejo de la provincia de Huancané</p> <p><b>Instrumento</b> Encuesta</p> <p>Cuestionario</p> <p>Clases virtuales</p> <p>Encuesta</p> <p>Cuestionario</p> <p>Salud mental</p>	

cuarentena por la Covid-19, 2020?	Existe relación significativa entre el aprendizaje colaborativo y la salud mental en la actividad diaria en los estudiantes de la I.E.S. César Vallejo de la provincia de Huancané en el contexto de cuarentena por la Covid-19, 2020	en los estudiantes de la I.E.S. César Vallejo de la provincia de Huancané en el contexto de cuarentena por la Covid-19, 2020	Competencias del estudiante	Cumplimiento de actividades Dificultad para aprender Herramientas de aprendizaje Conocimientos técnicos Iniciativa Autoevaluación Comunicación Actitud positiva
¿Cuál es la relación entre el acompañamiento virtual y la salud mental en los estudiantes de la I.E.S. César Vallejo de la provincia de Huancané en el contexto de cuarentena por la Covid-19, 2020?	Existe relación significativa entre las competencias del estudiante y la salud mental en los estudiantes de la I.E.S. César Vallejo de la provincia de Huancané en el contexto de cuarentena por la Covid-19, 2020	Determinar la relación entre el aprendizaje colaborativo y la salud mental en los estudiantes de la I.E.S. César Vallejo de la provincia de Huancané en el contexto de cuarentena por la Covid-19, 2020	<b>Variable 2</b> Salud mental	Salud y estado físico Sensación de tomar vitaminas Agotamiento Sensación de enfermedad Dolor de cabeza Sensación de opresión en la cabeza Oleada de calor o escalofríos
¿Cuál es la relación entre el aprendizaje colaborativo y la salud mental en la actividad diaria en los estudiantes de la I.E.S. César Vallejo de la provincia de Huancané en el contexto de cuarentena por la Covid-19, 2020?	<b>HIPOTESIS ESTADÍSTICA</b> <b>Ha = Hipótesis alterna</b> <b>Ha.</b> Existe relación significativa entre las clases virtuales y la salud mental en los estudiantes de la I.E.S. César Vallejo de la provincia de Huancané en el contexto de cuarentena por la Covid-19, 2020	Identificar la relación entre las competencias del estudiante y la salud mental en los estudiantes de la I.E.S. César Vallejo de la provincia de Huancané en el contexto de cuarentena por la Covid-19, 2020	<b>Dimensiones</b> Síntomas somáticos	Preocupación Dificultad para dormir Tensión Pánico Presión Nervios
¿Cuál es la relación entre las competencias del estudiante y la salud mental en los estudiantes de la I.E.S. César Vallejo de la provincia de Huancané en el contexto de cuarentena por la Covid-19, 2020?	<b>Ho = Hipótesis nula</b> <b>Ho:</b> No existe relación significativa entre las clases virtuales y la salud mental en los estudiantes de la I.E.S. César Vallejo de la provincia de Huancané en el contexto de cuarentena por la Covid-19, 2020	Ansiedad e insomnio	Disfunción social	Mantenerse ocupado o activo Tiempo para hacer las cosas Impresión de que está haciendo las cosas Satisfacción Desempeño



I.E.S. César Vallejo de la provincia de Huancané en el contexto de cuarentena por la Covid-19, 2020?	Capacidad de toma de decisiones Disfrute de actividades Valor propio
	Depresión
	Vida sin esperanza Sentimiento o pensamiento Posibilidad de suicidio Descontrol personal Deseo de estar muerto Ideas de susidio



## Anexo 2. Instrumentos de investigación

### Instrumento – Clases virtuales

Amigo estudiante, estamos trabajando en una investigación sobre el “Clases virtuales”. Solicitamos tu ayuda a fin de que puedas contestar las preguntas en forma anónima con la mayor sinceridad posible.

Por favor lea las instrucciones y marque con una “X” la(s) alternativa(s) que considere correcta. Gracias por su colaboración

Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
1	2	3	4	5

N°	CLASES VIRTUALES	ESCALA LIKERT				
	ÍTEMS	1	2	3	4	5
<b>Dimensión: Recursos de aprendizaje</b>						
1	Se tiene acceso a las bibliotecas virtuales.					
2	Se tiene acceso a un aula virtual.					
3	Se usan de foros de debate					
4	Se utilizan recursos didácticos (pdf, vídeos, etc.) para el aprendizaje					
5	El contenido del curso está debidamente estructurad					
6	Se recibe material de retroalimentación de los temas tratados					
7	Se toman prácticas calificadas de lo aprendido.					
<b>Dimensión: Acompañamiento virtual</b>						
8	Se recibe orientación por parte del docente					
9	El docente resuelve oportunamente mis consultas.					



10	Se recibe retroalimentación personalizada de ser necesario					
11	Se lleva un control de registro de mi participación en clases.					
12	El docente identifico mis fortalezas y debilidades					
13	Se evalúa constantemente el cumplimiento de mis actividades					
14	Se tiene flexibilidad de uso de medios de consulta (llamadas, correos, mensajes, etc.).					
15	Se brinda flexibilidad de tiempo para la presentación de actividades.					
<b>Dimensión: Aprendizaje colaborativo</b>						
16	Los estudiantes participan activamente del desarrollo del curso.					
17	Los estudiantes trabajan en equipo para el cumplimiento de los objetivos del curso					
18	Contribuyo con aportes para el desarrollo de actividades del curso.					
19	Manifiesto mi opinión respecto a las herramientas utilizadas para mejorar el desarrollo del curso.					
20	Intercambio información con mis compañeros para enriquecer nuestro aprendizaje					
21	Como participante del equipo asumo mi rol con responsabilidad y perseverancia					
22	Planteo soluciones que resuelvan los inconvenientes que surgen durante el desarrollo del curso					
<b>Dimensión: Competencias del estudiante</b>						
23	Creo un horario que me permita cumplir con todas mis actividades					
24	Tengo dificultades para comprender los temas tratados en clase					
25	Utilizo herramientas de aprendizaje en línea					
26	Aplico mis conocimientos técnicos para el desarrollo de mis actividades					
27	Tomo la iniciativa para resolución de conflictos y toma de decisiones del curso					



28	Autoevaluó mi progreso de aprendizaje					
29	Tengo dificultad para comunicarme durante el desarrollo del curso					
30	Mantengo una actitud positiva durante el desarrollo de mis actividades.					

**Gracias**



### Instrumento: salud mental

Amigo colaborador, estamos trabajando una investigación sobre Salud mental, por ello solicitamos tu ayuda respondiendo las preguntas de este cuestionario en forma anónima y con la mayor sinceridad posible.

Por favor, marque con una “X” la(s) alternativa(s) que seleccione

No	A veces	Con frecuencia	Siempre		
1	2	3	4		
N°	SALUD MENTAL		ESCALA LIKERT		
	ÍTEMS		1	2	3
<b>Dimensión: síntomas somáticos</b>					
1	En cuanto a su salud y estado físico se ha sentido en forma				
2	Ha tenido la sensación de que necesita tomar vitaminas o un reconstituyente				
3	Se ha sentido agotado y sin fuerzas para hacer las cosas cotidianas				
4	Ha tenido la sensación de que estaba enfermo				
5	Ha tenido dolores de cabeza				
6	Ha tenido sensación de opresión en la cabeza, o que ésta le iba a estallar				
7	¿Ha tenido oleadas de calor o escalofríos				
<b>Dimensión: ansiedad e insomnio</b>					
8	Sus preocupaciones le han hecho perder el sueño				
9	Ha tenido dificultades para seguir durmiendo durante toda la noche				
10	Se ha notado constantemente preocupado y en tensión				
11	Ha estado con los nervios a flor de piel y malhumorado				
12	Se ha asustado o ha tenido pánico sin motivo alguno				



13	Ha tenido la sensación de que todo se le viene encima				
14	Se ha notado nervioso y “a punto de explotar” constantemente				
<b>Dimensión: disfunción social</b>					
15	Se las ha arreglado para mantenerse ocupado y activo				
16	Toma más tiempo de lo normal para hacer las cosas				
17	Ha tenido la impresión de que está haciendo las cosas bien				
18	Se ha sentido satisfecho con su manera de hacer las cosas				
19	Ha sentido que está desempeñando un papel útil en la vida				
20	Se ha sentido capaz de tomar decisiones				
21	Ha sido capaz de disfrutar de sus actividades diarias y cotidianas de cada día				
<b>Dimensión: depresión</b>					
22	Ha pensado que usted es una persona que vale muy poco o nada				
23	Ha estado viviendo la vida sin esperanza				
24	Ha tenido el sentimiento o pensamiento de que la vida no merece la pena vivirse				
25	Ha pensado en la posibilidad de “quitarse la vida”				
26	Se ha dado cuenta que a veces no puede hacer nada porque tiene los nervios “fuera de control”				
27	Ha notado que desea estar muerto o lejos de todo				
28	Ha notado que la idea de quitarse la vida le viene repentinamente a la cabeza				



### Anexo 3: Sistema de puntuación de ambas variables

CLASES VIRTUALES	Niveles/Rangos			
	Deficiente	Regular	Bueno	Excelente
V1. Clases virtuales	60-82	83-105	106-128	129-150
D1. Recursos de aprendizaje	14-19	20-25	26-31	32-35
D2. Acompañamiento virtual	16-21	22-28	29-34	35-40
D3. Aprendizaje colaborativo	14-19	20-25	26-31	32-35
D4. Competencias del estudiante	16-21	22-28	29-34	35-40

**Fuente.** “Elaborado por el equipo de trabajo”.

SALUD MENTAL	Niveles/Rangos		
	Bajo	Medio	Alto
V2. Salud mental	56-74	75-93	94-112
D1. Síntomas somáticos	14-18	19-23	24-28
D2. Ansiedad e insomnio	14-18	19-23	24-28
D3. Deficiencia social	14-18	19-23	24-28
D4. Depresión	14-18	19-23	24-28

**Fuente.** “Elaborado por el equipo de trabajo”.