

DOI: <https://doi.org/10.46296/gt.v5i9edespmar.0055>

ESTRÉS EN PADRES O TUTORES ENCARGADOS DE LA EDUCACIÓN ONLINE EN TIEMPOS DE PANDEMIA

STRESS IN PARENTS OR GUARDIANS IN CHARGE OF ONLINE EDUCATION IN TIMES OF PANDEMIC

Moreira-Navia Jennifer Roxana ¹; Bumbila-García Bibian Bibeca ²

¹ Estudiante de la Maestría Académica con Trayectoria de Investigación en Psicología, Mención Psicoterapia. Instituto de Posgrado de la Universidad Técnica de Manabí. Portoviejo, Ecuador. Correo: jmoreira4300@utm.edu.ec. ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-8434-2443>

² Docente titular tiempo completo de la Universidad Técnica de Manabí, Facultad de Ciencias Humanísticas y Sociales. Portoviejo, Ecuador. Correo: bibian.bumbila@utm.edu.ec. ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-8928-3219>

Resumen

En Ecuador, dada la emergencia sanitaria causada por el SARS-CoV-2, las instituciones educativas tuvieron que cerrar sus puertas, por lo que la educación debió continuar desde casa con la modalidad online o virtual, con los padres o tutores como principales encargados. Se debió de modificar las rutinas y ocupaciones para poder estar pendiente de la educación de sus hijos. El objetivo de esta investigación es conocer los niveles de estrés de padres o tutores involucrados en la educación online en tiempos de pandemia, para lo cual se aplicó la herramienta PSS-14 a 97 encargados de la educación de alumnos de la Unidad Educativa Particular Sagrada Familia que tienen a su cargo al menos a un estudiante de educación general básica, en el periodo lectivo 2021-2022. Como resultado, se evidenció que quienes se sienten encargados de la educación son mujeres con el rol de madres, de las cuales 11 tienen un nivel de estrés agudo episódico.

Palabras clave: SARS-CoV-2, pandemia, padres, virtual, online, estrés, educación.

Abstract

In Ecuador, given the health emergency caused by SARS-CoV-2, educational institutions had to close their doors, so education had to continue from home with the online or virtual mode, with parents or guardians as the main caregivers. Routines and occupations must have been modified in order to be aware of the education of their children. The objective of this research is to know the stress levels of parents or guardians involved in online education in times of pandemic, for which the PSS-14 tool was applied to 97 people in charge of the education of students of the Sagrada Familia Private Educational Unit who have in charge of at least one basic general education student, in the 2021-2022 school period. As a result, it was evidenced that those who dream of being in charge of education are women with the role of mothers, of which 11 have a level of episodic acute stress.

Keywords: SARS-CoV-2, pandemic, parents, virtual, online, stress, education.

Información del manuscrito:

Fecha de recepción: 06 de enero de 2022.

Fecha de aceptación: 24 de febrero de 2022.

Fecha de publicación: 04 de marzo de 2022.

1. INTRODUCCIÓN

La emergencia sanitaria a causa del SARS-CoV-2 obligó a las instituciones educativas a suspender las actividades presenciales e iniciar un aprendizaje virtual, como manera de evitar exponer a los alumnos al contagio. Se utilizaron los medios de comunicación, en especial aquellos que tienen acceso al internet, como computadoras o celulares inteligentes para poder continuar con la enseñanza desde casa. A pesar de que la modalidad online permite al docente y a los alumnos tener un espacio virtual para la enseñanza, son los padres o tutores quienes deben de estar pendientes de la conectividad, horarios, dificultades técnicas que puedan darse, el desarrollo de las tareas o lecciones, entre otras. Las responsabilidades de los hijos, la colaboración con la enseñanza desde casa y la coordinación con las actividades y responsabilidades personales puede repercutir en la salud mental de los padres implicados en la educación online en tiempos de pandemia, específicamente, incrementar los niveles de estrés, su frecuencia y, a su vez, derivar en otras afecciones.

Marco referencial

1.1. Educación Online en tiempo de pandemia

El aprendizaje en tiempos de pandemia es un proceso de ensayo-error, sus resultados serán evidentes en el futuro (Aguilar Gordón, 2020), no solo a nivel educativo, sino también a nivel psicosocial. El aislamiento, confinamiento, las pérdidas, el miedo a la enfermedad influyen en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Los docentes hacen lo que está en sus manos, con la poca preparación que tienen, los alumnos tratan de encontrar en sus hogares un espacio para recibir clases con las menores distracciones posibles, mientras que los padres deben de organizar sus agendas para poder estar atentos de la educación de sus hijos, sus responsabilidades en el hogar y el trabajo. El rol del docente ahora es explicativo y el estudiante debe de desenvolverse de manera autónoma (Aguilar Gordón, 2020). Sin embargo, hay que resaltar que los estudiantes de inicial, hasta la básica media necesitan un involucramiento mayor de sus padres, cumpliendo un papel fundamental de guías y tutores.

Dicha función, se complica en ocasiones, pues la familia no cuenta con recursos tecnológicos para que los hijos puedan conectarse a clases. Esta falta de recursos obliga a los padres de familia a colocar turnos de ingreso a la plataforma virtual [...], tales condiciones traen consigo afectaciones psicológicas a los padres de familia, a los educandos y a los docentes (Aguilar Gordón, 2020). Los alumnos deben de pasar rápidamente los dispositivos al siguiente hermano o progenitor, en caso de que el dispositivo sea usado por el adulto. Mientras que los padres se sienten frustrados por no poder mejorar la condición de la educación de sus hijos. Según los reportes de UNICEF (2021), las repercusiones para cada niño, su familia, su comunidad y su situación económica se dejarán sentir durante años.

Otra dificultad que se suma es la combinación del trabajo y la ayuda hacia los hijos. Se ha constatado que la mayor parte de padres de familia tienen que cumplir con sus responsabilidades laborales, supervisar las tareas educativas de sus hijos y a la vez estar pendientes de las actividades del hogar (Aguilar

Gordón, 2020). Independientemente del trabajo, es una responsabilidad más que se suma, generando mayor estrés en los padres. Estos, el eje de la familia, esparcirán los efectos de su salud mental al resto de los integrantes, pudiendo causar importantes consecuencias a todo el sistema.

Mantener a los niños en casa también ha provocado que algunos padres tengan que dejar sus trabajos (UNICEF, 2021), en especial en el caso de las mujeres. Por ejemplo, las mujeres campesinas no pueden ir a realizar su labor en el campo por estar pendientes de la educación de sus hijos. Estas mujeres sienten mayor temor, incertidumbre y estrés (Bravo & Oviedo, 2020), especialmente cuando deben de dejar a los hijos con otro adulto, ya sea vecino o familiar cercano y cuando las calificaciones van en declive.

1.2. Estrés y educación virtual

Estudios previos al desenlace de la pandemia por SARS-CoV-2 han evidenciado que la salud mental de padres y madres es afectada por diversos factores, por ejemplo, que sus hijos o hijas necesiten apoyos

escolares adicionales (Ang y Loh, 2019, citado por Sáez et al., 2020). A esto se le suma el que algunos padres no tengan preparación para poder ayudar a sus hijos a reforzar conocimientos, específicamente en latinos, se ha demostrado que padres y madres experimentan mayor estrés por factores como la aculturación o por problemas financieros (Gilbert, Spears y Mistry, 2017, citado por Sáez et al., 2020). El problema parte de la impaciencia de la mayoría de los padres quienes al no estar acostumbrados a acompañar el proceso de aprendizaje de sus hijos acumulan exceso de estrés, desarrollan altos índices de violencia y de agresión (Aguilar Gordón, 2020). Los padres están siendo los encargados de reforzar los conocimientos que la maestra va a ir impartiendo mediante el teletrabajo (Analuisa, 2020), ya que los efectos de la pandemia se han visto en todas las poblaciones.

Pero no todos los padres o tutores cuentan con una amplia formación, más bien son pocos los conocimientos sobre tecnología, una marcada dificultad para sobrellevar la modalidad online. Según Ahumada y Gill (2021) docentes

también sufren los efectos de la modalidad online y, muchos de estos, son también padres o tutores. Todas estas situaciones pueden generar que los padres y maestros podrían tener dificultades para responder de manera adecuada a las amenazas al bienestar mental y emocional [...], dado que no están debidamente capacitados, y es posible que ellos mismos experimenten altos niveles de estrés y ansiedad ((Rogers & Sabarwal, 2020).

Dicho de otro modo, ha sido un reto lo que han debido lidiar los padres, como cabezas de familia y trabajadores responsables y a esto se le ha sumado la responsabilidad de tener que guiar a sus hijos en las tareas escolares. Es oportuno resaltar que el estrés emocional puede provenir de cualquier situación o derivar un pensamiento en donde el individuo se sienta frustrado, ansioso y en ocasiones que lo domine la ira (Bravo & Oviedo, 2020), situaciones que podrían ocurrir en la actual pandemia y aumentar debido a las clases online.

Conocer el estado de la salud mental de los padres involucrados en la educación online es muy importante,

ya que tiene una doble responsabilidad: colaborar con el bienestar de la familia y la educación de sus hijos. Estas situaciones pueden disminuir la calidad de vida de los padres y repercutir en la salud de los hijos a corto y largo plazo.

2. METODOLOGÍA

Este artículo como parte de la investigación es de carácter cuantitativo, de corte transversal descriptivo, dirigido a 97 padres de familia o tutores encargados de la educación online de sus hijos, estudiantes de los niveles básico elemental y básico medio de la Unidad Educativa Particular Sagrada Familia. Hay que aclarar, que algunos de ellos son padres de más de un hijo que estudia en los mismos niveles.

Dada la emergencia sanitaria, se aplicó dos cuestionarios de manera online, utilizando la herramienta de Google forms. Fue enviada por medio de grupos de WhatsApp manejados por la institución. Mediante este se les indicó la finalidad del cuestionario, así como la libertad para poder hacerlo. El total de representantes del plantel y/o

colaboradores con la educación de los hijos es de 182 individuos. Se utilizó el programa gratuito para media muestras "QuestionPro", obteniendo un 95% de confiabilidad y un margen de error del 7%. El tamaño de dicha muestra fue de 97 individuos que respondieron a la encuesta colaborativamente.

El instrumento usado fue el PSS-14 (Escala de Estrés Percibido - Perceived Stress Scale (PSS) - versión completa 14 ítems.). Cohen, Kamarck & Mermelstein (1983), instrumento de autoinforme que está orientado a medir como única dimensión el nivel de estrés percibido durante el último mes. El instrumento consta de 14 ítems con un formato de escala Likert de 5 puntos (0 = nunca, 1 = casi nunca, 2 = de vez en cuando, 3 = a menudo, 4 = muy a menudo) (Calderón et al., 2017). La puntuación total de la PSS se obtiene invirtiendo las puntuaciones de los ítems 4, 5, 6, 7, 9, 10 y 13 (en el sentido siguiente: 0=4, 1=3, 2=2, 3=1 y 4=0) y sumando entonces los 14 ítems. La puntuación directa obtenida indica que a una mayor puntuación corresponde un mayor nivel de estrés percibido. Los puntos de corte fueron

consensuados por el grupo de investigación: valores de 0-14 indican que casi nunca o nunca está estresado; de 15-28, de vez en cuando está estresado; de 29-42, a menudo está estresado, y de 43-56, muy a menudo está estresado (Torres, 2000). Graetz 17 (factor 1 ansiedad y depresión, preguntas 2, 5, 6 y 9; factor 2 anhedonia y disfunción.

3. RESULTADOS

El instrumento PSS-14 (Escala de Estrés Percibido - Perceived Stress Scale (PSS) – versión completa 14 ítems), para obtener resultados en relación a los niveles de estrés en los últimos 30 días, tuvo varias puntuaciones en sus preguntas.

Como se muestra en la tabla 1, del total de encuestados que consistió en 97 personas, 19 (19,59%) no muestran niveles altos de estrés, mientras que la mayoría, es decir, 67 (69,07%) tienden a sentirse estresados de vez en cuando (agudo). 11 (11,34%) suelen estresarse muy a menudo (agudo episódico). En esta muestra no se encontraron personas que se estresan a menudo, por lo que los niveles de estrés están entre agudo

y agudo episódico. No hay casos de estrés crónico.

De los porcentajes mencionados anteriormente, la mayoría corresponden a mujeres. Solo un varón respondió el test y no mostró signos altos o alarmantes de estrés. Hay que tener en cuenta de que el instrumento iba dirigido a aquellas personas que se encargan de ayudar con la educación de los hijos desde casa durante la pandemia.

La mayoría, conformado por 89 (91,75%), tiene el rol de madre y encargada de ayudar a sus hijos con las clases online. 3 (3,09%) son hermanas, 3 (3,09%) son tías, 1 (1,03%) corresponde a abuela y 1 (1,03%) a otro rol o parentesco, en este caso, el de vecina. Como se observa en la tabla 1, el rol que ocupa en la familia, el número de hijos o la actividad ocupación que realizan, no influye en el estrés.

Tabla N°1. Resultados generales del test PSS-14.

Categoría	Casi nunca o nunca		De vez en cuando		A menudo		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Resultado general del test								
General	19	19,59	67	69,07	11	11,34	97	100
Resultados por género								
Hombres	1	1,03	0	0	0	0	1	1,03
Mujeres	18	18,56	68	70,1	10	10,31	97	98,97
Resultados por rol								
Madre o Padre	16	16,49	63	64,95	10	10,31	89	91,75
Hermano/a	1	1,03	2	2,06	0	0	3	3,09
Tío/a	2	2,06	1	1,03	0	0	3	3,09
Abuelo/a	0	0	0	0	1	1,03	1	1,03
Otro	0	0	1	1,03	0		1	1,03
Resultados por número de hijos								
Uno	16	16,49	56	57,73	10	10,31	82	84,54
Dos	3	3,09	11	11,34	1	1,03	15	15,46
Resultado por ocupación o trabajo								
Ama de casa	7	7,22	34	35,05	7	7,22	48	49,48
Estudiante	1	1,03	5	5,15	0	0	6	6,19
Empleada	11	11,34	21	21,65	2	2,06	34	35,05
Ama de casa y estudiante	0	0	4	4,12	1	1,03	5	5,15
Ama de casa y empleada	0	0	3	3,09	1	1,03	4	4,12

Fuente: Elaboración propia

Nota: Esta tabla muestra los resultados del test PSS-14 por número de personas (N) y por porcentaje (%).

A continuación, se detallarán los resultados de las preguntas que obtuvieron un mayor puntaje:

En relación a la pregunta 1, la mayoría de la muestra 40(41,24%)

respondió que casi nunca se ha sentido afectado por algo que ha ocurrido inesperadamente, 31(31,96%) respondió que de vez en cuando se siente afectado,

21(21,65%) que nunca se siente afectado, 4(4,12%)

A la pregunta 3, el 49(50,52%) respondió que de vez en cuando se ha sentido nervioso o estresado, 18(18,56%) respondió que se siente del modo anteriormente dicho a menudo, 18(18,56%) que casi nunca se siente afectado, 5(5,15%) respondieron que nunca se sienten estresados o ansiosos y 7(7,22%) muy a menudo.

En relación a la pregunta 11, sobre la frecuencia con la que ha estado enfadado porque las cosas que le han ocurrido estaban fuera de su control, el 36(37,11%) eligieron la opción de vez en cuando, 33(34,02%) respondió que casi nunca ha sentido que las cosas salen fuera de su control, 17(17,53%) respondieron a menudo, 9(9,28%) respondieron que nunca y

2(2,06%) muy a menudo se han sentido enfadados.

La pregunta 12: En el último mes, ¿con qué frecuencia ha pensado sobre las cosas que le quedan por hacer?, 34(35,05) respondieron que les ha ocurrido esto a menudo, 25(25,77%) muy a menudo, 23(23,71%) de vez en cuando, 12(12,37%) casi nunca y 3(3,09%) nunca.

Con respecto a la pregunta 14: En el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que las dificultades se acumulan tanto que no puede superarlas?, 37(38,14%) consideran que casi nunca les sucede, 32(32,99%) que de vez en cuando, 15(15,46%) que casi nunca, 10(10,31%) que a menudo y 3(2,91%) que muy a menudo se han sentido del modo anteriormente mencionado.

Tabla N° 2. Resultados del PSS-14 por ítem

Pregunta	Punt.	R. 0	%	R. 1	%	R. 2	%	R. 3	%	R. 4	%	Total	Percentil
1.	N	21	21,65	40	41,24	31	31,96	4	4,12	1	1,03	97	100
2.	N	22	22,68	41	42,27	28	28,87	5	5,15	1	1,03	97	100
3.	N	5	5,15	18	18,56	49	50,52	18	18,56	7	7,22	97	100
4.	I	2	2,06	6	6,19	23	23,71	48	49,48	18	18,56	97	100
5.	I	2	2,06	7	7,22	28	28,87	44	45,36	16	16,49	97	100
6.	I	1	1,03	3	3,09	19	19,59	42	43,3	32	32,99	97	100
7.	I	0	0,00	1	1,03	26	26,8	53	54,64	17	17,53	97	100

8.	N	9	9,28	38	39,18	38	39,18	11	11,34	1	1,03	97	100
9.	I	0	0,00	7	7,22	22	22,68	47	48,45	21	21,65	97	100
10.	I	3	3,09	6	6,19	29	29,9	43	44,33	16	21,65	97	100
11.	N	9	9,28	33	34,02	36	37,11	17	17,53	2	2,06	97	100
12.	N	3	3,09	12	12,37	23	23,71	34	35,05	25	25,77	97	100
13.	I	4	4,12	8	8,25	27	27,84	45	46,39	13	13,4	97	100
14.	N	15	15,46	37	38,14	32	32,99	10	10,31	3	2,91	97	100

Fuente: Elaboración propia.

Nota: Esta tabla muestra los resultados del test PSS-14 por preguntas en vertical, y por respuestas en horizontal, siendo R0 (nunca), R2 (casi nunca), R3 (de vez en cuando), R4 (a menudo) Y R5(muy a menudo).

4. DISCUSIÓN

De acuerdo con los resultados del instrumento PSS-14 (Escala de Estrés Percibido - Perceived Stress Scale (PSS) – versión completa 14 ítems), el estrés está presente en los padres o tutores a cargo de la educación online en tiempos de pandemia, ya sea en mayor o menor medida. La mayoría de los participantes, es decir, el 69,07% se sienten estresados de vez en cuando y un número considerable 11,34% se estresan más a menudo. El nivel de estrés percibido en personas a carga de la educación de sus hijos en tiempo de pandemia es agudo y agudo episódico. Estos resultados coinciden con los obtenidos en la investigación de Lecca & Zapata

(2021) en la que en los participantes existían niveles elevados de estrés. En esta investigación, en la que se aplicó el Inventario de Autoevaluación del Estrés a 30 participantes, evidenció que a más de 20 de ellos les afectaba el estrés, estando presente en varios aspectos de su vida, como en el ambiente, relaciones personales o estilo de vida.

Los padres, debido a la nueva forma de organización, en la que deben de cuidar de la educación de sus hijos en casa, ha aumentado las responsabilidades, poniendo como ejemplo una investigación realizada a 194 mil personas, entre docentes, estudiantes, directivos, madres, padres y tutores de educación

básica, donde la mitad de madres y padres de familia, y estudiantes (50.1 y 49.7%, respectivamente) con frecuencia sintieron que las actividades que debían realizar eran tantas que no podían terminarlas (Anónimo, 2021).

Según Mosquera (2021) el confinamiento ha incrementado el nivel de estrés en las personas, el 46.15% de las familias en estudio mencionan que han sufrido ansiedad, irritabilidad y preocupación. En el caso de los padres de la muestra y por el tema de esta investigación solo se puede corroborar el malestar, donde los padres se sienten afectados por cosas que ocurren inesperadamente, nerviosismo y estrés, enfado, tendencia a pensar en las cosas que quedan por hacer o la tener la impresión de que hay más cosas que hacer y no se avanza. Según Mosquera (2021), el cambio ha generado emociones, muchas de estas son negativas; el estrés, la preocupación, la ira, el miedo, la frustración, la reducción de ingresos económicos y el crecimiento de pobreza serán causantes de la discordia y conflictos entre sus miembros.

En cuanto a la relación con la educación virtual, el 64.10% de las familias mencionaron que sus hijos no están aprendiendo debido a los factores antes mencionados, es necesario que la educación sea presencial y que tengan la enseñanza personalizada por parte del educador (Mosquera, 2021). Las mujeres, ya sea por el rol de madre, abuela o cuidadora, son la que tienen un índice de estrés más elevado, según el informe de las Naciones Unidas, emitido en 2020, en algunas configuraciones familiares existe una carga añadida debido a los deberes adicionales que conllevan los cuidados, como la enseñanza en el hogar o el cuidado de familiares de edad. El ambiente de casa no es el ideal para que los hijos aprendan, por lo que pueden tener un menor rendimiento que a nivel presencial, sin embargo, el 35.9% menciona que como padres han hecho muchas actividades y desarrollado técnicas para que sus hijos puedan adaptarse al confinamiento, a la educación en casa, y al autoaprendizaje (Mosquera, 2021).

Las principales fuentes de angustia son las preocupaciones por la salud

de los familiares, el cierre de escuelas y universidades, la pérdida de la rutina y la pérdida de conexión social (Naciones Unidas, 2020). Dado las condiciones del internet en Ecuador, esta es una de las causas por las que el estrés aumenta, añadiendo que, debido a la necesidad, los padres tuvieron que destinar parte del salario mensual para la conectividad o deben de ir a la casa de familiares para recibir las clases. La rutina de estas mujeres inicia desde muy temprano para poder preparar el desayuno o adelantar que hacer del hogar. Para luego conectarse a clases con sus hijos, debiendo de aplazar sus otras responsabilidades. La escuela llega a invadir el hogar, causando que todo se reajuste.

Estas mujeres no solamente deben de dedicarse al hogar, sino también a sus trabajos o estudios, teniendo ellas mismas que conectarse a clases o estar pendientes de sus tareas, como lo muestran los datos resultantes de la investigación, en donde casi el 50% de la muestra no solo se dedica exclusivamente al hogar. La ansiedad, estrés e ira [...] por la pérdida de seres queridos, la conmoción causada por la pérdida

del empleo, el aislamiento, las dificultades de la dinámica familiar, la incertidumbre y el miedo al futuro exacerbaban la posibilidad de estresarse (Reyes & Trujillo, 2020). Al contrario de lo que se podría imaginar, el retorno a la presencialidad del trabajo causa más malestar en los padres, ya que sus hijos deben quedarse en casa o con familiares para poder conectarse a clases. Luego de la jornada laboral, las madres deben encargarse del hogar y ayudar o revisar que sus hijos hayan cumplido con lo requerido en su educación escolar.

Algunas de las dificultades más notorias en la muestra seleccionada, fueron cambios en el estado de ánimo, nerviosismos, cansancio, sensación de que hay más cosas que hacer de las que verdaderamente hay, dificultad en controlar las cosas y manejo del tiempo. Según (Naranjo, 2009), la persona experimenta dificultad para mantenerse relajada tanto física como emotivamente, falta de entusiasmo por las aficiones preferidas o pasatiempos, el nivel de energía disponible fluctúa de un día para otro, los patrones de sueño se alteran, dificultad para concentrarse

y la pérdida de memoria, irritabilidad, de ansiedad, el temor por el futuro, entre otras.

5. CONCLUSIONES

Debido a la pandemia por el SARS-CoV-2 las instituciones educativas de Ecuador debieron de cerrar sus puertas y los alumnos tuvieron que estudiar en modalidad virtual u online. Los padres y tutores fueron los responsables de su educación, junto con sus docentes, quienes colaboran con la educación.

Los padres y tutores han tenido que adaptarse a la modalidad online, estar atentos de la educación, conexión, tareas, de que estén pendientes de la clase y no de distractores como juegos u otras páginas. Aprender a dominar la tecnología y verificar que las tareas se envíen o los comentarios de los docentes.

El nivel de estrés de la mayoría de padres y tutores involucrados en la educación online en tiempos de pandemia es agudo, mientras que en 11 casos de la muestra seleccionada tiene un nivel agudo episódico. Afortunadamente, en el momento en el que se realizó esta investigación y

en la muestra seleccionada, no hay existencia de casos con estrés crónico.

BIBLIOGRAFÍA

Aguilar, F. (2020). F Del aprendizaje en escenarios presenciales al aprendizaje virtual en tiempos de pandemia. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*, 46(3), 213-223.
<https://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052020000300213>

Ahumada, D., & Gill, N. (2021). En tiempos de coronavirus ¿cuáles son los factores que aumentaron los niveles de estrés en los docentes? *Revista Boletín Redipe*, 8(10), 422-429. Recuperado de <file:///C:/Users/ASUS/Downloads/Dialnet-EnTiemposDeCoronavirus-8116651.pdf>

Analuisa, E. (2020). Análisis de la implicación de las familias en la educación de sus hijos/as durante la emergencia sanitaria generada por el COVID-19 [Trabajo de Titulación previo a la obtención del título de Licenciada, Pontificia Universidad Católica Del Ecuador].
<http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/18190/Analuisa%20Estefan%C3%ADa.Disertaci%C3%B3n%20>

- Final%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Anónimo. (2021, 19 de noviembre). Educación a distancia... En cercanía con el estrés. Aristegui Noticias. <https://aristeguinoticias.com/1911/mexico/educacion-a-distancia-en-cercania-con-el-estres/>
- Bravo, B., & Oviedo, A. (2020). Estrés emocional debido al aislamiento social por la pandemia covid-19 en padres de familias vulnerables. *Pol. Con*, 5(49), 579-591. Recuperado de <file:///C:/Users/ASUS/Downloads/1712-9538-2-PB.pdf>
- Calderón, C., Gomez, N., López, F., Otálora, N., & Briceño, M. (2017). Estructura factorial de la escala de estrés percibido (PSS) en una muestra de trabajadores chilenos. *Salud & Sociedad*, 8(3), 218-226. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/4397/439754607002.pdf>
- Lecca, P., & Zapata, C. (2021). Programa virtual: manejo del estrés en padres de estudiantes en tiempo de COVID-19. [Tesis para obtener título de licenciada, Universidad Femenina del Sagrado Corazón] https://repositorio.unife.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.11955/829/LECCA%20FLORES%20PIERINA%20PENELOPE%20y%20ZAPATA%20MERA%20CARMEN%20ROSA_2021%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Mosquera, K. (2021). Confinamiento por la pandemia COVID-19 y las relaciones intrafamiliares de la comunidad del Centro De Desarrollo Infantil Gilgueritos de la parroquia de San Francisco De Borja en la provincia de Napo [Trabajo de Graduación previa a la obtención del Título de Licenciatura en Trabajo Social, Universidad Técnica De Ambato]. <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/32796/1/BJCS-TS-344.pdf>
- Naciones Unidas. (2020). Informe de políticas: La COVID-19 y la necesidad de actuar en relación con la salud mental. Recuperado de https://www.un.org/sites/un2.un.org/files/policy_brief_-_covid_and_mental_health_spanish.pdf
- Naranjo, M. (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo. *Revista educación*, 33(2), 171-190. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/440/44012058011.pdf>
- Reyes, N., & Trujillo, P. (2020). Ansiedad, estrés e ira: El

impacto del COVID-19 en la salud mental de estudiantes universitarios. Revista investigación y desarrollo I+D 13(1), 1-12. Recuperado de file:///C:/Users/ASUS/Downloads/999-37-2400-1-10-20201214%20(1).pdf

Recuperado de <https://www.unicef.org/es/coronavirus/proteger-los-ninos-mas-vulnerables-de-efectos-coronavirus-covid19>

Rogers, H., & Sabarwal, S. (2020). COVID-19: Impacto en la educación y respuestas de política pública. Grupo Banco Mundial. <https://openknowledge.worldbank.org/bitstream/handle/10986/33696/148198SP.pdf?sequence=6&isAllowed=y>

Sáez, F., Olea, C., Mella, J., López, Y., García, H., Cobo, R., & Sepúlveda, F. (2020). Caracterización Psicosocial y Salud Mental en Familias de Escolares Chilenos durante el Aislamiento Físico por la Covid-19. Revista Internacional de Educación para la Justicia Social, 9(3), 281-300. Recuperado de file:///C:/Users/ASUS/Downloads/36063.pdf

Torres, A. (2000, noviembre 13). Educación virtual. Semana.com Últimas Noticias de Colombia y el Mundo. <https://www.semana.com/especiales/articulo/educacion-virtual/43953-3/>

UNICEF. (2020, 8 de abril). Proteger a los niños más vulnerables de los efectos de la COVID-19: Programa de Acción.