

# PROTOCOLO DE INVESTIGACION

EFFECTOS DE LA CUARENTENA EN JOVENES POR  
AISLAMIENTO SOCIAL CAUSADO POR VIRUS SARS-COV19  
EN SAN CRISTOBAL DE LAS CASAS CHIAPAS.

INTEGRANTES:

CITLALI GUADALUPE PEREZ MORALES

ITZEL JAQUELINE RAMOS MATAMBU

CHRISTOPHER MANUEL LIY NAZAR

## ÍNDICE

Tabla de contenido	
TEMA.....	3
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA: .....	3
JUSTIFICACION.....	4
OBJETIVO .....	5
OBJETIVO ESPECIFICO.....	5
MARCO TEORICO: .....	5
MODALIDAD Y ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN .....	9
POBLACION Y MUESTRA .....	9
METODOS Y TECNICAS.....	9
VARIABLES Y OPERACIONALES .....	9
ALTERNATIVAS PARA MITIGAR EL AISLAMIENTO SOCIAL.....	10
PLAN DE TABULACION DE LA INFORMACION.....	10
TRATAMIENTO ESTADISTICO E INFORME DE LA INVESTIGACION .....	10

## **INTRODUCCIÓN**

Los trastornos emocionales surgen habitualmente durante la adolescencia. Además de la depresión o la ansiedad, los adolescentes con trastornos emocionales también pueden experimentar reacciones excesivas de irritabilidad, frustración o enojo. Es posible que se superpongan los síntomas de más de un trastorno emocional, y que se den cambios rápidos e inesperados de estado de ánimo y arrebatos emocionales. Los adolescentes más jóvenes también pueden desarrollar síntomas físicos relacionados con su situación emocional, como dolor de estómago, dolor de cabeza o náuseas.

Los comportamientos de riesgo pueden responder a una estrategia inútil para hacer frente a la mala salud mental, y además tener efectos muy negativos sobre el bienestar mental y físico del adolescente. En todo el mundo, la prevalencia de los episodios de ingesta masiva de bebidas alcohólicas entre los adolescentes de 15 a 19 años fue del 13,6% en 2016; el riesgo más elevado correspondió a los hombres. El uso de tabaco y cannabis son preocupaciones adicionales. El cannabis es la droga más consumida entre los jóvenes, en 2018 aproximadamente el 4,7% de los

jóvenes de 15 a 16 años la habían consumida al menos una vez. Muchos fumadores adultos consumieron su primer cigarrillo antes de los 18 años (Kessler RC, Angermeyer M, Anthony JC, et al. Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of mental disorders in the World Health Organization's World Mental Health Survey Initiative. *World Psychiatry* 2007; 6: 168–76.)

**TEMA: EFECTOS DE LA CUARENTENA EN JOVENES POR AISLAMIENTO SOCIAL CAUSADO POR VIRUS SARS-COV19 EN SAN CRISTOBAL DE LAS CASAS CHIAPAS.**

**PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA:**

La pandemia de la COVID-19 ha cambiado la vida de muchas personas y en particular, sus costumbres diarias. Ha traído: incertidumbre, rutinas diarias alteradas, presiones económicas, aislamiento social y temor a enfermarse. Esta situación se agrava ante el desconocimiento de cuánto tiempo durará la pandemia, y qué puede traer el futuro. El exceso de información y los rumores infundados pueden hacer que las personas se sientan sin control y que no tengan claro qué hacer. Por esta causa, los individuos sienten sensación de: estrés, ansiedad, miedo, tristeza, y soledad, por lo que aumenta la posibilidad de que empeoren los trastornos de salud mental previos. Las razones antes expuestas agudizan el interés de profundizar en el conocimiento de cómo se comporta la salud mental, no solo de la población general, sino también de ciertos grupos poblacionales que son más susceptibles a desarrollar sintomatología psicológica relacionada con el estrés producido por la COVID-19.

La no participación física en las clases-, a la cancelación de actividades públicas, y a la prohibición de las experiencias cotidianas como charlar e interactuar directamente con las amistades; se puede decir que muchos adolescentes se

perdieron algunos de los momentos más hermosos de su juventud. Los psicólogos reconocen que la ansiedad es una función normal y saludable que alerta al individuo de los peligros, y lo ayuda a tomar medidas de autoprotección y para preservar a los demás. Por tales razones, la ansiedad provocada por el comportamiento y desarrollo creciente de esta pandemia es comprensible ( José Hernández Rodríguez)

¿Cuál es el efecto que tiene este aislamiento social en la salud física, psicológica y económicamente entre los jóvenes de 18 a 30 años durante la pandemia?

#### JUSTIFICACION

La educación formal de las personas jóvenes se ha visto muy afectada por los efectos de la pandemia. De acuerdo con la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO), 107 países han implementado cierres de escuelas a nivel nacional, una situación que ha afectado a más de 861 7 000 000 de niños y jóvenes. Los jóvenes también se ven afectados por el cierre de oportunidades para recibir educación informal, algo que les impide relacionarse socialmente con sus pares y educadores. Se hace evidente que, los prolongados períodos de cierre de escuelas y la restricción de movimiento pueden traducirse en intranquilidad emocional y ansiedades adicionales. Las personas jóvenes expuestas a la COVID-19 tienen tantas probabilidades de infectarse y contagiar a otros como las personas mayores. Por esta razón, deberán seguir de manera estricta los lineamientos nacionales en materia de: detección, pruebas, contención y atención, además de practicar el distanciamiento social. En la mayoría de las ocasiones este grupo etario es el último en respetar y acatar estas medidas. .( José Hernández Rodríguez)

“dicha investigación beneficiara a la sociedad para tomar las precauciones necesarias y hacer conciencia en los jóvenes de la magnitud del problema ya que ella depende que se mantenga informados para evitar la prolongación de esta

pandemia es así que podemos deducir que los jóvenes ante el estrés depresión etc. Que enfrentan tras el confinamiento optan por romper las indicaciones sanitarias de tal manera que no han asimilado la problemática latente que existe la situación que atraviesa la humanidad la cual la pandemia ha sido un factor que no ha tenido en cuenta y que mucho jóvenes no ha comprendido de guardar el confinamiento y cuidar de sus familiares como así mismo, esto afecta en que la enfermedad ha sido trasladado a través de ellos hacia los adultos mayores como las personas que tienen problemas de salud como diabetes hipertensión etc. De esta manera podemos comprender que los jóvenes también manifiestan un problema económico, que ha sido despedidos de su campo de trabajo por lo que, las empresas hacen un recorte de personas, y que estas no tienen las mismas demandas en plena pandemia por lo tanto esto afecta en su persona lo que genera problemas de salud como estrés inseguridad autoestima así como emociones en la que probablemente pueda manifestar una depresión y hablando en casos extremos la muestra por lo tanto es importante mantener informados, a través de los medios de comunicación en las que nos permita actualizarnos del tema constantemente sobre la temática y poder verter un testimonio acerca del tema.”

#### OBJETIVO

**Dar a conocer como la pandemia repercute en la salud mental en el ámbito social y económico a los jóvenes.**

#### OBJETIVO ESPECIFICO

Investigar en el grupo etario de 18 a 30 indagar si conocen las manifestaciones de dichas enfermedades

#### MARCO TEORICO:

Debido a que esta pandemia es más riesgosa para las personas mayores y con salud comprometida, los jóvenes han transitado ésta con diferentes perspectivas. Algunos la refieren como la “barredora de la generación boomer” (Foroohar, 2020). Algunos más han desafiado el distanciamiento social, provocando tensión entre el gobierno y sus comunidades, principalmente en Europa y Estados Unidos, pero

también en mercados públicos en México y Latinoamérica. El escalamiento generacional es evidente. En buena parte, quizá también alimentado por el resentimiento de los jóvenes contra los “derechos adquiridos” por la generación boomer, tales como mejores alternativas de pensión o su descuido por el ambiente. Hay algunas otras razones para que los jóvenes se preocupen. En el largo plazo hay un riesgo de mayores tasas de mortalidad entre los jóvenes, principalmente debido al aislamiento y el confinamiento prolongado (World Economic Forum, 2020) Algunos estudios han demostrado que la inseguridad laboral puede provocar muertes, principalmente por el estrés derivado de los choques al ingreso familiar (Sullivan y von Wachter, 2009). Y aunque los jóvenes pueden parecer más resilientes ante la inseguridad laboral, es cierto que, si las condiciones económicas se precarizan en el largo plazo, la posibilidad de padecer pobreza y muerte se incrementan. Las posibilidades de migración se están reduciendo, lo que de alguna manera impide la movilidad laboral que los jóvenes necesitan. De acuerdo con Wighton (2018), en Gran Bretaña hay evidencia de que los pobres tienden a vivir hasta diez años menos que los ricos, por lo que es importante que transitemos esta crisis con inteligencia para no ser atrapados en esta trampa. Ya los jóvenes de hoy batallan con problemas de depresión, de falta de sueño, de obesidad, o de cuidado por su imagen física, lo que sugiere que los factores de riesgo de una mala salud mental están cambiando (Patalay, 2019)

”Velázquez Hernández, J. (2020). Impacto de la pandemia SARS-COV2 en nuestros jóvenes. Revista Latinoamericana De Investigación Social, 3(1), 9-14. Recuperado a partir de <http://revistasinvestigacion.lasalle.mx/index.php/relais/article/view/26>

El reforzamiento de medidas básicas de higiene y distanciamiento social, se intensificaron las medidas preventivas, consistentes en: la suspensión de clases en todos los niveles educativos, los eventos y reuniones con más de 50 participantes, así como todas aquellas acciones que implican el desplazamiento de las personas, incluidas las actividades laborales, religiosas, entretenimiento y recreativas, entre otras. En esta fase dio inicio el confinamiento voluntario. El 21 de abril, la Secretaría de Salud declaró la Fase 3, consistente en la etapa de contagio epidémico, donde

las medidas de prevención, control y atención de la pandemia se fortalecieron, implementando (además de las medidas que se habían instaurado en la fase 2), la suspensión de actividades no esenciales y el uso de filtros sanitarios en la entrada de los inmuebles. El confinamiento ha sido una de las estrategias de salud pública internacionales para detener la propagación del Covid-19, la cual consiste en el aislamiento social y resguardo de las personas en sus hogares, implicando un cambio drástico en las actividades y en los comportamientos en la vida cotidiana, entre ellos, el trabajo y la educación en línea, así como las restricciones en la práctica de actividades fuera de casa, obligando a los ciudadanos a implementar nuevas formas de vida dentro del hogar ante esta contingencia (World Health Organization, 2020). Desde la perspectiva de diversos estudios científicos realizados en diferentes naciones, el confinamiento durante las pandemias provoca impacto psicológico en las personas. Ko y colaboradores (2006) llevaron a cabo un estudio en Taiwán durante la emergencia sanitaria generada por el brote de SARS (Síndrome Respiratorio Agudo Severo) en el año 2003, encontrando que los niveles más altos de depresión en la población se relacionaron con la falta de apoyo social, el impacto económico y la percepción de vulnerabilidad ante el contagio por contar con deficiencias personales en la salud. Por otro lado, Yoon y colaboradores (2016) señalaron que durante el confinamiento generado por la pandemia del MERS (Síndrome Respiratorio de Oriente Medio) en Corea del Sur, el Instituto Nacional para el manejo de Desastres reportó los resultados de una encuesta realizada para identificar el impacto psicológico en una muestra poblacional en dicho país, identificando que los participantes reflejaron desesperación durante los primeros 9 días del brote, ansiedad entre los días 15 y 19; y enojo entre los días 20 al 31. En relación con la pandemia mundial de Covid-19, se han realizado algunos estudios científicos sobre el impacto que el confinamiento ha tenido en el ámbito de lo psicológico en las poblaciones en cuarentena. Khan y colaboradores (2020) señalan que la vivencia de ansiedad, crisis de pánico, trastornos del sueño, ira y desilusión se manifiestan en las personas debido al confinamiento durante las pandemias. En China, Wang y colaboradores (2020) desarrollaron una investigación con una muestra poblacional compuesta por 1210 participantes durante la fase inicial del



brote de Covid-19, cuyos resultados refieren la presencia de los siguientes síntomas (moderados a severos): depresión (16.5%), ansiedad (28.8%), estrés (8.1%) y una asociación significativa ( $p < 0,05$ ) entre el estado de salud autoevaluado con mayores niveles de estrés, ansiedad y depresión, especialmente en las mujeres estudiantes. Por otro lado, en España, Ozamiz-Etxebarria y colaboradores (2020) condujeron una investigación con el objetivo de determinar los niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote de Covid-19 con una población conformada por 976 ciudadanos del norte de España; dichos investigadores detectaron que los grupos más jóvenes de la población en estudio (18-25 años) presentaron promedios más altos en estrés, ansiedad y depresión en comparación a los grupos de 26-60 años y mayores de 60. Señalaron también que hubo un mayor impacto psicológico en aquellas personas que manifestaron síntomas de enfermedades crónicas.”

Gonzales J; Gonzales N; Tejeda. A;C y Ontiveros ,Zeus (SF). Impacto psicológico en estudiantes universitarios mexicano por confinamiento durante la pandemia por Covid-19 . Scielo,Pp,1-17

Necesidad de estar conectados La dependencia a las nuevas tecnologías, informa el hospital, viene comportada por un uso en exceso de ellas y puede ser de cualquier índole. Este uso sin control, aplicado a los más jóvenes, causa irritabilidad y malestar cuando no se tiene conexión, necesidad de aumentar el tiempo de uso y dificultades para mantener relaciones familiares o de conservar el rendimiento académico. No obstante, el Hospital Clínic explica que este tipo de casos son más frecuentes en adolescentes que sufren otros trastornos mentales previos. Los menores y los adolescentes son muy vulnerables para desarrollar una adicción a Internet, destaca el Clínic. Esto es porque su cerebro se está desarrollando y porque las pantallas forman parte de muchas de sus rutinas diarias.”

Izquierdo A. (2020). Los efectos del confinamiento: incrementa el uso de pantallas entre los jóvenes. 21 de junio, de NISUS Sitio web: [https://www.niusdiario.es/sociedad/efectos-confinamiento-incremento-uso-pantallas-tecnologia\\_18\\_2965995047.htm](https://www.niusdiario.es/sociedad/efectos-confinamiento-incremento-uso-pantallas-tecnologia_18_2965995047.htm)

#### MODALIDAD Y ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN

En este proyecto el tipo de investigación que usaremos es la cualitativa. Y después de recolectar los datos usaremos algunos como testimonio para respaldar la investigación.

#### POBLACION Y MUESTRA

La investigación se realizara en san Cristóbal de las casa Chiapas, México enfocada específicamente a los jóvenes entre 18 a 30 años de edad.

#### METODOS Y TECNICAS

Se realizara encuestas a un grupo determinado de aproximadamente de 200 jovenes entre 18 a 30 años de edad y se realizara una encuestas vías online usando facebook, instragram y encuestas google con 5 preguntas cerradas y 2 preguntas abiertas el cual podrán dejar su punto de vista y poder realizar una concetracion de información.

#### VARIABLES Y OPERACIONALES

Martha Páramo, coordinadora del programa DGIRE: Escuelas en red unidas en la prevención de riesgos psicosociales en la adolescencia y colaboradora de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) dijo que los adolescentes son un sector altamente vulnerable durante la cuarentena por coronavirus, sobre todo en las “cuestiones emocionales, porque están en un momento en el que, por su etapa de desarrollo, la vida los lanza a la sociedad”, a las fiestas, a la escuela, a la convivencia de forma general, y ahora deben estar encerrados. “Es una situación antinatural”. Por su parte, los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC) de Estados Unidos informaron en su sitio web oficial que también se debe poner especial atención en diversos aspectos de este sector de la sociedad para identificar puntos rojos que deban ser atendidos:

Preocupación o tristeza excesiva

Hábitos de alimentación o sueño poco saludables

Irritabilidad y “berrinches”

Bajo rendimiento académico

Problemas de atención y concentración

Abandono de actividades que antes disfrutaba

Consumo de alcohol, tabaco u otras sustancias

Por su parte, investigadores de la King’s College, con sede en Londres, Inglaterra, sugieren preguntar a los adolescentes si sufren de bullying, que consiste en persecución, hostigamiento y violencia que afecta física y psicológicamente, genera consecuencias para la salud de la víctima a corto, mediano y largo plazo. (UNIVERSIDAD AUTONOMA DE MEXICO “Así afecta la cuarentena por coronavirus a adolescentes, según la UNAM” May 05, 2020, Cd. De MEXICO)

#### ALTERNATIVAS PARA MITIGAR EL AISLAMIENTO SOCIAL

Implementación de centros de apoyo

Establecer ejercicios que ayuden a liberar el estrés del afectado

Para casos extremos Implementación de actividades diarias grupos no mayores de 10 personas

Implementar ayuda al joven desempleado a emprender desde su casa

#### PLAN DE TABULACION DE LA INFORMACION

Una vez que se apliquen las encuestas se utilizará el programa EXCECEL para poder realizar una concentración de la información y plasmarlo en graficas

#### TRATAMIENTO ESTADISTICO E INFORME DE LA INVESTIGACION

Partiremos de la frecuencia simple expresándose en valor absoluto de las variables y poder elaborar tablas.

