



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

ESCUELA DE MEDICINA HUMANA

PROTOCOLO

**Estrés en jóvenes universitarios resultado de la pandemia COVID 19 en
Comitán de Domínguez, Chiapas de marzo a agosto del 2020**

Presentado por:

**Cruz Aguilar Polet Viridiana
Morales Arguello Gabriela Guadalupe
Gómez Tovar Diego Lisandro**

**Fecha de entrega:
12 de marzo del 2021**

Copyright © 2021 por Cruz Aguilar, Morales Arguello & Gómez Tovar. Todos los derechos reservados.

Tabla de Contenidos

A.	TITULO DE INVESTIGACIÓN	6
B.	PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	6
1.	Descripción del problema	6
2.	Pregunta de investigación	6
B.	Importancia, justificación, viabilidad	7
	Importancia	7
	Justificación	8
	Viabilidad	9
D.	Objeto de estudio (identificación)	10
E.	Variables	11
1.	Identificación	11
	Tabla 1 Cuadro de identificación de variables del problema	15
2.	Definición conceptual	15
3.	Definición operacional	17
F.	Hipótesis	19
	Hipótesis primaria	19
	Hipótesis secundaria	19
G.	Objetivos	20
1.	Objetivo general	20
2.	Objetivos específicos	20
H.	Tipo de investigación	21
1.	Orientación	21
2.	Enfoque	21
3.	Alcance	21
4.	Diseño	21
5.	Temporalidad	21
I.	Fundamentación de la investigación	22
1.	Antecedentes	22
2.	Marco Teórico	25
1.	Estrés	25

	4
1.1. Definición	25
1.2. Causas	25
1.3. Consecuencias	26
1.4. Clasificación	26
1.5. Cuadro clínico:	26
1.5.1. Signos y síntomas	26
1.6. Factores predisponentes	27
1.7. Diagnóstico	28
1.8. Tratamiento	28
1.1.1. Psicológico	28
1.1.2. Farmacológico	29
1.2. Epidemiología	29
1.3. Mundial	29
1.3.1. Nacional	29
1.4. Vulnerabilidad	30
2. Covid-19	30
2.1. Definición	30
2.2. Distribución	31
2.2.1. Mundial	31
2.2.2. Nacional	31
2.2.3. Estatal	31
2.3. Cuadro clínico	32
2.3.1. Signos y Síntomas	32
2.4. Historia natural de la enfermedad	32
2.4.1. Antecedentes	32
2.5. Evolución de la enfermedad	33
2.6. Consecuencias	33
2.7. Mortalidad	33
2.8. Tratamientos	34
2.8.1. Farmacológico	34
2.8.2. Psicológico	35

	5
3. Jóvenes	35
3.1. Definición	35
4. Comitán de Domínguez, Chiapas	36
4.1. Ubicación	36
4.2. Hidrografía	36
4.3. Orografía	37
4.4. Economía	37
4.4.1. Turismo	37
2. Marco Normativo	39
3. Población	40
Figura 1 Piramide poblacional de Comitán de Domínguez, Chiapas	40
Tabla 2 Distribución de población por edad y sexo	40
4. Muestra	40
J. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	41
K. Cronograma	42
BIBLIOGRAFIA	44
Bibliografía	44
Referencias	49

A. TITULO DE INVESTIGACIÓN

Estrés en jóvenes universitarios resultado de la pandemia COVID 19 en Comitán de Domínguez, Chiapas de marzo a agosto del 2021

B. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1. Descripción del problema

El estrés es un cambio, en las condiciones de vida de una persona debido a situaciones específicas (Situaciones cita) en los jóvenes las consecuencias de esto pueden ser (cita) y las condiciones generadas por la epidemia de COVID han aumentado los condicionantes de estrés.

El estrés ha causado un gran impacto antes de la pandemia de COVID, ya que estudios han demostrado que ha sido un factor predisponente a desencadenar enfermedades cardiacas, obesidad como también producir el suicidio o depresión (cita)

Entonces, ¿Cuál es la influencia de COVID-19 y el aislamiento como desencadenante de estrés? Nosotros pensamos que a partir del encierro, muchas personas cambiaron su estilo de vida, produciéndole un canje drástico produciendo así el estrés, depresión, trastornos conductuales, ansiedad siendo factores para producir patologías, que sean aún más peligrosas para el cuerpo humano.

Para informar, como saberlo controlar buscando un equilibrio entre lo externo e interno para así poder llevar una vida de manera óptima por medio de un programa en línea debido a la pandemia para así evitar desencadenar patologías más graves o así como también evitar que las personas se induzcan a un suicidio, ya que sabemos que es de vital importancia el saber cómo las personas actúan ante cualquier circunstancia más a las personas que están en un constante entorno lleno de trabajos, problemas o en constante cambio de emociones.

Por eso es importante el saber todo y será de gran utilidad a todas aquellas personas especialmente a los universitarios el saber cómo sobre llevar el estrés.

2. Pregunta de investigación

¿Estrés en jóvenes universitarios como resultado de la pandemia COVID 19 en Comitán de Domínguez, Chiapas de marzo a agosto del 2021?

B. Importancia, justificación, viabilidad

Importancia

La epidemia del coronavirus COVID-19 y las características de la contingencia, han tenido un impacto social importante y han significado cambios en la vida cotidiana de toda la población, incluyendo la comunidad universitaria.

Vivir una situación imprevista, nueva, desconocida y desconcertante como la actual influye en la salud mental. La pandemia y el confinamiento pueden desencadenar un importante estrés emocional que es preciso conocer para poder ayudar a mitigarlo. Con este estudio se pretenden analizar las consecuencias que la pandemia del COVID-19 y el sufrir un mes de confinamiento tienen en la salud mental y en la vida académica de docentes y estudiantes. Aunque las instituciones de educación superior han intentado cumplir con sus responsabilidades docentes, al menos un cuarto de los estudiantes y un porcentaje similar de docentes presentan acceso a Internet, lo cual obstaculizó la transición provisional a un sistema educativo virtual.

Básicamente para priorizar la educación superior que presenta su proceso formativo, Para ello, en un primer momento se señala el impacto de estrés que se ha desencadenado a causa de la pandemia Covid-19; en segundo término las consecuencias en educación, esto es, que el contexto sanitario tenga una mayor repercusión en la economía, mientras que en educación sólo se muestra lo evidente con respecto a las afectaciones.

El objetivo fundamental es evidenciar el sentir, los obstáculos, las competencias desarrolladas y los retos reales que ha producido el ajuste de clases presenciales a virtuales desde la voz de estudiantes, docentes y administrativos, con el fin de ser referente para propuestas, programas o plan en educación superior en contextos de pandemia.

Justificación

Observar el impacto que está generando la pandemia en la educación superior escolarizada de pasar de lo presencial a lo virtual. Y con ello revisar los impactos del cese temporal de actividades presenciales en las universidades, la interrupción de la cotidianeidad, los rasgos de estrés ante la crisis, además de generar incertidumbre sobre el pago de las colegiaturas, el cual es un tema que no se ha retomado, puesto que se presentan exigencias de los estudiantes y se refieren al baja de la calidad de las clases recibidas online, que no es la misma que la de las clases presenciales; así se deja entrever, en el ejercicio realizado con los estudiantes universitarios donde se menciona que “con el cambio a las clases online, debería disminuir el pago de colegiatura. No obstante, contadas universidades en México, de índole pública o privada, se han pronunciado al respecto.

En general, no parece que el cambio de modalidad haya sido recibido muy positivamente. Parte de la desafección proviene que el contenido que se ofrece nunca fue diseñado en el marco de un curso de educación superior a distancia, sino que intenta paliar la ausencia de clases presenciales con clases virtuales sin mayor preparación previa.

Esto es, no fue un cambio de modalidad, fue un “ajuste emergente” debido al contexto sanitario, donde hizo uso de las Tecnologías de la Información y la comunicación (TIC) para afrontar la situación. Esto significó que el proceso formativo pasara a ser de presencial a virtual, pero sin perder las formas propias de las clases presenciales: sincronización del espacio tiempo, actividades y retroalimentación, horarios rígidos y el mismo número de contenidos, lo que conlleva al punto de análisis: ¿qué tan preparados están estudiantes y docentes para recibir/impartir clases virtuales con enfoque presencial? Es precisamente este impacto lo que no se ha expuesto; lo que siente, cómo viven el ajuste a lo virtual, los obstáculos, retos y qué competencias se necesitan desarrollar.

Viabilidad

Dichos cursos respondieron a las necesidades inmediatas de generar docentes mayor preparados en el uso de apps y plataformas para enfrentarse al nuevo reto; sin embargo, continúa obviándose conocer el dentro del proceso educativo, así como modelos didácticos que permitan a los actores educativos optimizar el tiempo de las clases virtuales sin sacrificar aprendizaje, cuáles son las adversidades, competencias a desarrollar y retos de los estudiantes, docentes e instituciones de nivel superior en esta contingencia sanitaria. Con ello, se busca contribuir al conocimiento sobre este tema en investigaciones sobre el análisis y replanteamiento de los roles de los actores escolares, en este caso, en educación superior, pues, como se puede observar, la atención se centra en las estadísticas que, si bien aportan evidencias acerca de las deficiencias de los sistemas educativos del mundo y en México, se requiere conocer cuáles son las competencias académicas que los estudiantes de nivel superior necesitan desarrollar para hacer frente al estrés que deja este contexto sanitario de pandemia por Covid-19.

Hasta este punto, las instituciones internacionales y nacionales, públicas o privadas, muestran directrices muy generales enfocadas a asegurar la continuidad de los cursos académicos y la seguridad social como las formas más significativas de participación de las universidades como agentes de transformación social. Sin embargo, evitan así las voces de los actores directos del proceso educativo a nivel superior; esto es, no se muestra cómo ha sido el transitar, los retos a los que ven sometidos profesores y administrativos al intentar paliar el “ajuste”, con clases virtuales, el desarrollo de las clases presenciales.

Recursos humanos: Se contará con el apoyo jóvenes universitarios de la facultad de medicina humana en universidad del sureste, de 15 a 19 y de 20 a 25 años.

D. Objeto de estudio (identificación)

Estrés.

E. Variables

1. Identificación

VARIABLES	Definición conceptual	Definición operacional	Método de obtención
Estrés	Es una consecuencia del confinamiento de la pandemia en jóvenes universitarios resultado de la pandemia COVID 19 en Comitán de Domínguez, Chiapas de marzo a agosto del 2020	Se confirmara bajo el criterio de dos a más respuestas afirmativas si la persona ha sufrido los siguientes signos y síntomas: Ansiedad, cansancio, insomnio, pérdida o aumento de peso, sensación de pánico, falta de concentración. A.-Si B.-No	De los siguientes síntomas, señale cuáles ha sentido: A.-Cansancio A.-Dolor de cabeza C.-Diarrea o estreñimiento D. Falta de energía o concentración
Pandemia	Factor que desencadeno el estrés jóvenes universitarios resultado de la pandemia COVID 19 en Comitán de Domínguez, Chiapas de marzo a agosto del 2020	Se tomara en cuenta aquella persona que responda afirmativamente si la persona siente síntomas de estrés A.- Si B.- No	De los siguientes conceptos señale cuales tiene una noción de lo que es: A.-Virus B.-Enfermedad C.- Propagación D.-Cuarentena
COVID-19	Se definirá como un factor predisponente al estrés en jóvenes universitarios resultado de la pandemia COVID 19 en Comitán de Domínguez, Chiapas de marzo a agosto del 2020	Se tomara en cuenta aquella persona si es adolescente A.-Si B.-No	¿Cuánto años tiene? A.-9-10 años B.-10-12 años C.-15-24 años D.-Mayor de 50
Obesidad	Se definirá como consecuencia al encierro por la pandemia en	Se medirá por medio de una respuesta afirmativa si ha notado un	Se contestaran las siguientes preguntas

	jóvenes universitarios resultado de la pandemia COVID 19 en Comitán de Domínguez, Chiapas de marzo a agosto del 2020	incremento de peso por la pandemia A.-Si B.-No	¿Cuál es su peso actual? ¿Cuál era su grasa actual? ¿Ha visto un incremento de peso?
Clases en línea	Se definirá como una videoconferencia, en donde docentes y alumnos participarán en un entorno digital debido a la contingencia en jóvenes universitarios resultado de la pandemia COVID 19 en Comitán de Domínguez, Chiapas de marzo a agosto del 2020	Se tomará en cuenta aquellas personas que respondan de manera afirmativa a la pregunta directa de si han tenido clases en línea: A.- Sí B.-No	De los siguientes aparatos electrónicos señale cuáles ha utilizado: A.- Computadora B.-Teléfono C. Tablet D. Televisor
Ansiedad	Es una consecuencia secundaria que se puede producir por el estrés en jóvenes universitarios resultado de la pandemia COVID 19 en Comitán de Domínguez, Chiapas de marzo a agosto del 2020	Se tendrá en cuenta aquellas personas que respondan de manera afirmativa si ha actuado desesperadamente en cualquier momento A.- Sí B.- No	De los siguientes síntomas señale cuales ha manifestado: A.-Nerviosismo B.-Sensación de peligro C.-Temblores D.-Le cuesta concentrarse
Depresión	Se definirá como personalidad de tristeza profunda, con una baja actividad causada por el estrés de la pandemia en jóvenes universitarios resultado de la pandemia COVID 19 en Comitán de Domínguez, Chiapas	Se tendrá en cuenta aquellas personas que respondan de manera afirmativa si ha no han tenido ganas de existir o pensamientos suicidas en cualquier momento A.- Sí B.- No	De la siguiente pregunta deberá responder positivamente si ha tenido uno de estos signos y síntomas: A.- Pensamientos suicidad

	de marzo a agosto del 2020		B.-No tener ganas de vivir C.- Mantenerse inactivo
Miedo	Se definirá como sentimiento angustiante o terrorífico a partir de la pandemia en jóvenes universitarios resultado de la pandemia COVID 19 en Comitán de Domínguez, Chiapas de marzo a agosto del 2020	Se tendrá en cuenta aquellas personas que respondan de manera afirmativa si han sentido temor a cualquier circunstancia A.- Sí B.- No	De la siguiente pregunta responderán afirmativamente si ha tenido 1-3 de estos signos o síntomas: A.-Pánico B.- Desesperación C.-Sensación de asfixia D.-Latidos fuertes
Sexo	Se definirá características biológicas que distinguen de un masculino a un femenino en jóvenes universitarios resultado de la pandemia COVID 19 en Comitán de Domínguez, Chiapas de marzo a agosto del 2020	Se medirá acuerdo a la respuesta obtenida por las personas: A.-Femenino B.-Masculino C.-Ambiguo D.-No deseo contestar	¿Cuál de las siguientes respuestas se considera usted? A.- Heterosexual B.-Gay C.-Indefinido D.-
Ubicación	Se definirá como el lugar y/o localización en la que está pasando el proceso de la pandemia jóvenes universitarios resultado de la pandemia COVID 19 en Comitán de Domínguez, Chiapas de marzo a agosto del 2020	Se registrarán tres ubicaciones comprendiendo los siguientes: A.-Cerca del hospital COVID-19 B.-Cerca del panteón municipal C.-Cerca del crematorio	¿En cuál de las siguientes ubicaciones se encuentra usted? A.-Cerca del hospital COVID-19 B.-Cerca del panteón municipal C.-Cerca del crematorio
Edad	Se definirá como el grupo etario/años cumplidos al momento de realizar la entrevista	Se contabilizarán tres grupos de edades comprendiendo los siguientes:	¿En cuál de los siguientes grupos se encuentra usted?

	según responda el cuestionario encontrándose en la pandemia jóvenes universitarios resultado de la pandemia COVID 19 en Comitán de Domínguez, Chiapas de marzo a agosto del 2020	A.-Menor de 12 años B.- De 12-15 años C. Mayor de 15 años	A.-Menor de 12 años B.- De 12-15 años C. Mayor de 15 años
Falta de apetito	Se definirá como falta de necesidad de ingerir alimentos por causa del estrés en la pandemia en jóvenes universitarios resultado de la pandemia COVID 19 en Comitán de Domínguez, Chiapas de marzo a agosto del 2020	Se tomara en cuenta aquellas personas que respondan afirmativamente a la pregunta si han tenido falta de apetito A.- Sí B.- No	¿Qué causa le hizo notar la falta de apetito? A.-Pandemia B.-El encierro C.-Enfermedad
Comitán	Se definirá como ciudad donde se encuestaran personas estresadas por la pandemia de COVID-19 jóvenes universitarios resultado de la pandemia COVID 19 en Comitán de Domínguez, Chiapas de marzo a agosto del 2020	Se tendrá en cuenta si la persona vive en Comitán de Domínguez respondiendo afirmativamente a la pregunta A.-Si B.-No	¿Cuál es el lugar donde reside?
Adicciones	Consecuencia que puede producir el COVID en el consumo de estupefacientes/ drogas durante la pandemia en jóvenes universitarios resultado de la pandemia COVID 19 en Comitán	Se tendrá en cuenta a las personas que respondan de manera afirmativa a la pregunta de, si han tenido alguna adicción: A.- Sí B.-No	De los siguientes estupefacientes señale cuál es a consumido: A,-Tabaco B.-Marihuana C.-Alcohol D.- Cocaína

	de Domínguez, Chiapas de marzo a agosto del 2020		
--	--	--	--

Tabla 1 Cuadro de identificación de variables del problema

2. Definición conceptual

Estrés: Es una consecuencia del confinamiento de la pandemia en jóvenes universitarios resultado de la pandemia COVID 19 en Comitán de Domínguez, Chiapas de marzo a agosto del 2021

Pandemia: Factor que desencadeno el estrés jóvenes universitarios resultado de la pandemia COVID 19 en Comitán de Domínguez, Chiapas de marzo a agosto del 2021

COVID-19: Se definirá como un factor predisponente al estrés en jóvenes universitarios resultado de la pandemia COVID 19 en Comitán de Domínguez, Chiapas de marzo a agosto del 2021

Obesidad: Se definirá como consecuencia al encierro por la pandemia en jóvenes universitarios resultado de la pandemia COVID 19 en Comitán de Domínguez, Chiapas de marzo a agosto del 2021

Clases en línea: Se definirá como una videoconferencia, en donde docentes y alumnos participarán en un entorno digital debido a la contingencia en jóvenes universitarios resultado de la pandemia COVID 19 en Comitán de Domínguez, Chiapas de marzo a agosto del 2021

Ansiedad: Es una consecuencia secundaria que se puede producir por el estrés en jóvenes universitarios resultado de la pandemia COVID 19 en Comitán de Domínguez, Chiapas de marzo a agosto del 2021

Depresión: Se definirá como personalidad de tristeza profunda, con una baja actividad causada por el estrés de la pandemia en jóvenes universitarios resultado de la pandemia COVID 19 en Comitán de Domínguez, Chiapas de marzo a agosto del 2021

Miedo: Se definirá como sentimiento angustiante o terrorífico a partir de la pandemia en jóvenes universitarios resultado de la pandemia COVID 19 en Comitán de Domínguez, Chiapas de marzo a agosto del 2021

Sexo: Se definirá características biológicas que distinguen de un masculino a un femenino en jóvenes universitarios resultado de la pandemia COVID 19 en Comitán de Domínguez, Chiapas de marzo a agosto del 2021

Ubicación: Se definirá como el lugar y/o localización en la que está pasando el proceso de la pandemia jóvenes universitarios resultado de la pandemia COVID 19 en Comitán de Domínguez, Chiapas de marzo a agosto del 2021

Edad: Se definirá como el grupo etario/años cumplidos al momento de realizar la entrevista según responda el cuestionario encontrándose en la pandemia jóvenes universitarios resultado de la pandemia COVID 19 en Comitán de Domínguez, Chiapas de marzo a agosto del 2021

Comitán: Se definirá como ciudad donde se encuestaran personas estresadas por la pandemia de COVID-19 jóvenes universitarios resultado de la pandemia COVID 19 en Comitán de Domínguez, Chiapas de marzo a agosto del 2021

Adicciones: Consecuencia que puede producir el COVID en el consumo de estupefacientes/ drogas durante la pandemia en jóvenes universitarios resultado de la pandemia COVID 19 en Comitán de Domínguez, Chiapas de marzo a agosto del 2021

Falta de apetito: Se definirá como falta de necesidad de ingerir alimentos por causa del estrés en la pandemia en jóvenes universitarios resultado de la pandemia COVID 19 en Comitán de Domínguez, Chiapas de marzo a agosto del 2021

3. Definición operacional

Estrés: Se confirmara bajo el criterio de dos a más respuestas afirmativas si la persona ha sufrido los siguientes signos y síntomas: Ansiedad, cansancio, insomnio, pérdida o aumento de peso, sensación de pánico, falta de concentración entre jóvenes universitarios de Comitán de Domínguez, Chiapas de Marzo a Agosto del 2020.

Pandemia: Se tomara en cuenta aquella persona que responda afirmativamente si la persona siente síntomas de estrés entre jóvenes universitarios de Comitán de Domínguez, Chiapas de Marzo a Agosto del 2020.

COVID-19: Se tomara en cuenta aquella persona si es adolescente entre jóvenes universitarios de Comitán de Domínguez, Chiapas de Marzo a Agosto del 2020.

Obesidad: Se medirá por medio de una respuesta afirmativa si ha notado un incremento de peso por la pandemia entre jóvenes universitarios de Comitán de Domínguez, Chiapas de Marzo a Agosto del 2020.

Clases en línea: Se tomará en cuenta aquellas personas que respondan de manera afirmativa a la pregunta directa de si han tenido clases en línea: entre jóvenes universitarios de Comitán de Domínguez, Chiapas de Marzo a Agosto del 2020.

Ansiedad: Se tendrá en cuenta aquellas personas que respondan de manera afirmativa si ha actuado desesperadamente en cualquier momento entre jóvenes universitarios de Comitán de Domínguez, Chiapas de Marzo a Agosto del 2020.

Depresión: Se tendrá en cuenta aquellas personas que respondan de manera afirmativa si ha no han tenido ganas de existir o pensamientos suicidas en cualquier momento entre jóvenes universitarios de Comitán de Domínguez, Chiapas de Marzo a Agosto del 2020.

Miedo: e tendrá en cuenta aquellas personas que respondan de manera afirmativa si han sentido temor a cualquier circunstancia

Sexo: Se medirá acuerdo a la respuesta obtenida por las personas: entre jóvenes universitarios de Comitán de Domínguez, Chiapas de Marzo a Agosto del 2020.

Ubicación: Se registrarán tres ubicaciones comprendiendo los siguientes: entre jóvenes universitarios de Comitán de Domínguez, Chiapas de Marzo a Agosto del 2020.

Edad: Se contabilizarán tres grupos de edades comprendiendo los siguientes: entre jóvenes universitarios de Comitán de Domínguez, Chiapas de Marzo a Agosto del 2020.

Comitán: Se tendrá en cuenta si la persona vive en Comitán de Domínguez respondiendo afirmativamente a la pregunta entre jóvenes universitarios de Comitán de Domínguez, Chiapas de Marzo a Agosto del 2020.

Adicciones: Se tendrá en cuenta a las personas que respondan de manera afirmativa a la pregunta de, si han tenido alguna adicción: entre jóvenes universitarios de Comitán de Domínguez, Chiapas de Marzo a Agosto del 2020.

Falta de apetito: Se tomara en cuenta aquellas personas que respondan afirmativamente a la pregunta si han tenido falta de apetito entre jóvenes universitarios de Comitán de Domínguez, Chiapas de Marzo a Agosto del 2020.

F. Hipótesis

Hipótesis primaria

Se encontrara una alta incidencia y prevalencia del estrés que a partir de la pandemia de COVID 19 presente en jóvenes en el periodo de Marzo a Agosto del 2020 en Comitán de Domínguez Chiapas

Hipótesis secundaria

1. Se observara que el número de jóvenes con estrés antes de la pandemia era significativamente menor
2. Se observara el incremento en el número de jóvenes con estrés a causa de la pandemia
3. Se observara mayor estrés en universitarios de medicina de octavo grado
4. Se observara el número de jóvenes que desencadenaron el estrés agudo a partir de la pandemia
5. Se observara el aumento en el número de jóvenes en quienes se desencadeno el estrés escolar a partir de la pandemia
6. Se clasificara el estrés que se localiza en los estudiantes: Leve, moderado y grave
7. Se observara la incidencia en cada uno de las clasificaciones del estrés
8. Determinar la incidencia de estrés escolar
9. Se observara las características generadas en los jóvenes por el estrés
10. Se observara el número de jóvenes que padecieron otra patología a partir del estrés por la pandemia

G. Objetivos

1. Objetivo general

Determinar la incidencia y prevalencia del estrés que a partir de la pandemia de COVID 19 presente en jóvenes en el periodo de Marzo a Agosto del 2020 en Comitán de Domínguez Chiapas

2. Objetivos específicos

1. Determinar el número de jóvenes que padecen estrés antes de la pandemia
2. Determinar el número de jóvenes que no padecían estrés antes de la pandemia
3. Determinar la incidencia en jóvenes según su grado académico observando un incremento de estrés por la pandemia
4. Determinar la incidencia de estrés en que ya lo padecían jóvenes antes de la pandemia por COVID-19
5. Determinar la prevalencia en jóvenes de 15-24 años que padecían estrés antes de la pandemia
6. Determinar la prevalencia de jóvenes con estrés a causa de la pandemia
7. Determinar las clasificaciones del estrés
8. Determinar el número de jóvenes que desencadenaron estrés escolar a partir de la pandemia
9. Determinar el número de jóvenes que desencadenaron el estrés agudo a causa de la pandemia
10. Calcular el número de jóvenes que adquirieran otra enfermedad por el estrés en la pandemia

H. Tipo de investigación

1. Orientación

Exploratoria, ya que obtendremos información directa de la fuente aun cuando procesaremos esta por un método estadístico.

2. Enfoque

Cuantitativo, porque la información será tratada de forma estadística epidemiológica

3. Alcance

Explicativa, porque una vez obtenida la información se intentara dar explicación y se intentara comprobar la hipótesis calificativa.

4. Diseño

Cuantitativo, a través de encuestas, cuestionarios.

5. Temporalidad

Es cohorte, ya que solamente se delimitara en un espacio de tiempo determinado

I. Fundamentación de la investigación

1. Antecedentes

Es de gran importancia que se realizó una revisión sobre la relación del estrés, salud y creencias de control para la Atención Primaria de Salud, resaltando que el estrés es una condición que de no abordarse adecuadamente sus síntomas producen una serie de trastornos en el individuo, repercutiendo en la salud de este, pudiendo crearse diversos problemas como conflictos, insatisfacciones y dificultad en su desenvolvimiento social. Es decir, el estrés se nos presenta como un fenómeno que representa un modo particular de relación del hombre con el entorno, que tiene diferentes "grados" que se distinguen por la intensidad de las vivencias emocionales presentes, su carácter placentero/displacentero; la magnitud de la estimulación que el sujeto recibe de manera pasiva; o por conllevar una respuesta fisiológica, más o menos específica y que de acuerdo a las creencias de control, son los recursos internos y externos con que cuentan los sujetos para afrontarlo y que de ser adecuados atenuarían los daños a la salud. Este último aspecto nos motivó, por su gran valor, a la actualización en el tema para el equipo básico de salud, donde a partir de su comprensión permitirá el desarrollo de estrategias de intervención que logren atenuar sus efectos sobre la salud de los individuos y familia. (Pérez Núñez, García Viamontes , García González , Ortiz Vázquez , & Centelles Cabreras, 2014). Es decir a través del análisis del estrés se obtuvieron distintas etapas según su aumento o ya sea su intensidad en los sentimientos que presentan y así poder contribuir a la disminución de los efectos.

Siendo el estrés es una reacción fisiológica de nuestro organismo frente a situaciones difíciles que con el tiempo afecta diferentes funciones del organismo, pero se puede controlar si se tiene equilibrio y organización en el estilo de vida. Hoy en día el estrés se puede manejar y controlar con diferentes tipos de tratamientos, e incluso uno puede mejorar con tan solo cambiar el estilo de vida dependiendo del tipo o fase de estrés que este atravesando. La alimentación, el estilo de vida, el ejercicio físico y otras terapias de relajación son cruciales al momento de elegir una terapia adecuada para contrarrestar el estrés por tal motivo tener conocimiento adecuado de este padecimiento es de interés general debido a que nadie está exento de sufrir esta enfermedad (Ávila, 2014). Nos da a entender que la patología es una reacción que el cuerpo humano ante un problema complicado que va interrumpe muchas funciones en el cuerpo humano haciéndolo que funcione de una forma diferente, el estrés puede ser manipulado con distintos métodos tan simple como cambiar tu estilo de vida en muchos aspectos y no cabe más recalcar que cualquier persona puede llegar a pasar por esto.

Tenemos en cuenta el término estrés escolar ha sido una conceptualización de difícil acuerdo y compleja descripción para la literatura clínica. Los niños(as) y adolescentes en etapa escolar, se ven enfrentados a situaciones de alta demanda y requieren del despliegue de todas sus capacidades de afrontamiento para adaptarse a los estresores tanto internos como externos, de acuerdo a la etapa evolutiva alcanzada. Los síntomas asociados a estrés acompañan a cuadros adaptativos, ansiosos, conductuales y emocionales. En este artículo se describen los principales síntomas asociados a la presencia de estrés escolar, que pueden ser foco de atención para los profesionales de la salud. (Maturana H & Vargas, 2015) Maturana nos quiere decir que es importante tener en cuenta que no solo es el estrés si no escolar donde se lleva a cabo factores internos y externos, lo demuestran estando en un constante movimiento, gestiones extrañas que pueden ser un punto importante para combatirlo por el área de salud.

Nos quiere decir que el estrés es una afección de salud que reviste gran importancia para la calidad de vida de los seres humanos. El objetivo de esta investigación es incorporar nuevos conocimientos sobre el estrés, fundamentar que significa para la salud y como poder afrontarlo para tener una vida más placentera y saludable. La naturaleza y el alcance del estrés no son bien conocidos, pues no abundan las investigaciones de corte social, casi todos se refieren a su relación con enfermedades. Se sabe que son muchas las causas que provocan el estrés en las personas también se sabe cuáles son las medidas para reducirlo. A pesar de esta situación apremiante, han sido insuficientes las medidas tomadas para acelerar o hacerlo retroceder. Para contrarrestar esta situación que es un fenómeno viejo, pero cada día se conoce más su novocidad para la salud, es necesaria la lucha para evitar esta enfermedad y enseñar a las personas que hacer para enfrentarlo. Aun son insuficientes las acciones educativas y de otra índole que se realizan, por lo que se debe incrementar y organizar de inmediato todas las actividades a desarrollar por nuestro sector y acudir a la sectorialidad. (Bareiro Aguilar , 2017) Tenemos en cuenta que no solo influye en la salud si no en el entorno de la persona aun que aun las definiciones no se encuentran totalmente claras bien científicamente y para llegar a mejorar el tratamiento hay que saberlo desde el fondo del estrés.

Cabe destacar que seguir una carrera universitaria significa tener propensión a desarrollar algún nivel de estrés que puede desencadenar problemas emocionales, cognitivos y fisiológicos. Según Arturo Barraza Macías, el estrés académico es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico. Las ciencias de la salud han sido reportadas como una de las ramas donde los estudiantes manifiestan mayores niveles de estrés, así la profesión de enfermería se considera estresante porque quienes la estudian y la practican son susceptibles de padecer altos niveles de estrés. Por ello, en este trabajo se pretende estudiar los estresores desencadenantes del estrés académico en los estudiantes de la Licenciatura en Enfermería de la Universidad del

Universidad del Sureste. Licenciatura en Medicina Humana

Papaloapan. Su fundamento teórico está basado en el Modelo Sistémico Cognoscitivista. Esta investigación se realizó usando como población a 60 alumnos de la Licenciatura en Enfermería, a quienes se les aplicó el inventario SISCO de Barraza. Los resultados revelan que los estresores más afectantes en esta población son: los exámenes, la sobrecarga académica, el corto periodo de entrega de las mismas y la personalidad/carácter del profesor (Toribio Ferrer & Franco Bárcenas, 2016) En palabras más concretas, el estudiante que va en la universidad tiene muchos más factores que lo hacen que sea propenso a desencadenar el estrés y problemas emocionales, muchos estudios han escrito que es una etapa donde se presentan una mayoría de estrés y aún más cuando son periodos de pruebas académicas.

2. Marco Teórico

1. Estrés

1.1. Definición

Para entender el estrés es necesario establecer algunas definiciones, entendemos que el estrés es “La relación particular entre el individuo y el entorno que es evaluado por este como amenazante o desbordante de sus recursos y que pone en peligro su bienestar” (Gaeta González & Martín Hernández , 2009). Dando a entender que la relación entre el ser humano y el ámbito amenazante que lo rodea suele poner en riesgo su bienestar.

Otras definiciones señala que el estrés es “Afección de salud que reviste gran importancia para la calidad de vida de los seres humanos” (Bairero Aguilar, 2017) Bairero se refiere a un gran factor que interviene en la calidad de vida de las personas.

1.2. Causas

Las causas nos dice que, “Puede derivar de algo que ocurre a nuestro alrededor o de lo que ocurre en nuestro interior, un problema laboral, una crisis familiar o un ataque de ansiedad o inseguridad” (Bairero Aguilar, 2017). En términos generales, puede venir de nuestro entorno o algo interno como un problema profesional o personales.

Otro termino sobre el estrés es “Cuando el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno son considerados estresores” (Toribio Ferrer & Franco Bárcenas, 2016). Según Toribio Ferrer y Franco Bárcenas no quiere decir que varios factores incluyendo los escolares influyen a un estado de estrés.

1.3. Consecuencias

Puede llegar a tener consecuencias graves como son las “Físicas representadas en el acné, alopecia, diabetes, hipertensión arterial, epilepsia, infarto al miocardio, migrañas, muerte súbita, obesidad incluso suicidio” (Blanco, 2018). Por ello que blanco se refiere, que el estrés puede tener alteraciones a nivel fisiológico, neurológico incluso atentando contra la propia vida.

Otra de las consecuencias del estrés viene incluidos “Los aspectos socioeconómicos, los rasgos de personalidad, el comportamiento de salud e incluso las vías biológicas de un paciente pueden contribuir al curso de la enfermedad cardiovascular” (Chauvet Gelinier & Bonin, 2017). Dando a entender por Chauvet y Bonin que intervienen algunos factores estresantes para desencadenar una cardiopatía.

1.4. Clasificación

Existen distintas causales para tener una clasificación “Estrés psicológico, estrés social, estrés económico, estrés fisiológico, estrés económico y estrés psicosocial.” (Bairero Aguilar, 2017). Es decir que es representado en distintos campos

Puede llegar a tener varias clasificaciones pero de las más importantes o señaladas “Estrés agudo y el estrés crónico son distintas que tienen algo que lo diferencia a cada una de ellas” (Gallardo Ponce, 2020). Lo que Gallardo nos quiere explicar es que el estrés, puede tener un breve periodo no ocasionando problemas o un tiempo más prolongado manteniéndose latente.

1.5. Cuadro clínico:

1.5.1. Signos y síntomas

Nos dice que el estrés se representa con “Sentimientos de tristeza, desesperanza o no disfrutar cosas placenteras, llorar con frecuencia, preocupación continua, ansiedad y tensión mental, trastornos del sueño, falta de apetito, dificultad para concentrarse, sensación de estar sobrepasado, tener dificultades para desenvolverse en las actividades diarias, apartarse de las fuentes de apoyo social, evitar asuntos importantes, como ir al trabajo o pagar cuentas y deseos de morir o conductas auto lesivas.” (Muñoz Fernández,

Molina Valdespino, Ochoa Palacios , Sánchez Guerrero, & Esquivel Acevedo, 2020). En general nos quiere explicar los autores que las reacciones emocionales pueden tener una influencia pequeña o grande y es como un arma de doble filo, porque pueden hacer que las personas logren desarrollar una forma de afrontamiento asertivo con el fin de adaptarse a ese nuevo entorno o tomar decisiones contra la vida.

Otros ejemplos de los signos y síntomas son “Dolor de cabeza, mala memoria, diarrea, falta de energía de concentración, cambios de la conducta, cambios de peso, Cansancio constante y prolongado, problemas a nivel sexual, rigidez en la mandíbula y el cuello, insomnio o exceso de sueño y desgaste a nivel celular y envejecimiento” (Gallardo Ponce, 2020). Lo que significa pueden aparecer fallas cognitivas, conductas disfuncionales, afecciones a nivel craneal trayendo la falta de sueño y nivel de energía bajos.

1.6. Factores predisponentes

Existen múltiples factores de los cuales entran “Las enfermedades cardiovasculares, el cáncer, la obesidad y la depresión o los que son provocados por todos aquellos estímulos ambientales, físicos, psicológicos, que desencadena en nuestro cuerpo mecanismos neuroendocrinos de autorregulación para mantener un equilibrio interno energético y emocional” (Herrera Covarrubias, y otros, 2017). Para darlo a entender lo que dice los autores existen causas que provocan el estrés ya sean externos e internos causando desequilibrios en nuestro cuerpo.

Otro factor “Principalmente por el uso de violencia, corrido inminente para la vida, la prioridad es rescatar a las personas de la situación de riesgo” (Vargas Salina & Coria Libenson , 2017) En general la crueldad en la existencia son factores desencadenantes de estrés son potencial para ayudar a las personas.

1.7. Diagnóstico

Es de gran utilidad los diagnóstico para el estrés como “El DSM-5 incluye cinco diagnósticos específicos en la categoría de trastorno de síntomas somáticos y otros trastornos relacionados. Los diagnósticos de trastornos de síntomas somáticos específicos incluyen: (I) trastorno de síntomas somáticos; (II) trastorno de conversión; (III) factores psicológicos que afectan una condición médica; (IV) trastorno facticio; (V) otros trastornos de síntomas somáticos específicos e inespecíficos.” (Kumar Satsangi & Brugnoli, 2018). En palabras generales quisieron decir Kumar y Brugnoli El manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales basados en 5 estadísticas ayudaran a dar el diagnóstico.

Otra prueba sería “La curva del biorritmo del cortisol tiene un biorritmo circadiano, es decir, muestra niveles diferentes según el momento del día en pacientes que sufre estrés estos niveles se mantienen altos durante todo el día requiere la toma de cuatro muestra de saliva a lo largo del día.” (CANARIAS, 2017). Dando a entender la prueba por medio de una hormona ayudara al diagnóstico del estrés de acuerdo a la cantidad liberada.

1.8. Tratamiento

1.1.1. Psicológico

Uno de los tratamientos es “La terapia de aceptación y compromiso propone una alternativa a la conceptualización de la patología” (Vargas Salina & Coria Libenson , 2017). En palabras más entendibles sería el tratamiento de aprobación para una mejoría del estrés.

Otro claro ejemplo para la ayuda ante el estrés es el “Modelo de intervención de crisis psicológica utilizando tecnología de Internet” (Urzúa, Vera Villarroel , Caqueo Urizar, & Polanco Carrasco, 2020). Es decir por medio de una conexión virtual recibir ayuda para atacar este desequilibrio por distintas técnicas.

1.1.2. Farmacológico

Algunos fármacos que ayudan son “Sertralina, paroxetina, mirtazapina, clonazepam, alprazolam, lorazepam, atípicos: olanzapina, quetiapina, risperidona, aripiprazol; topiramato, gabapentina.” (Muñoz Fernández, Molina Valdespino, Ochoa Palacios, Sánchez Guerrero, & Esquivel Acevedo, 2020) Existen múltiples fármacos que ayudan a reducir el estrés

Entre otros “Se dirige hacia la creación de mecanismos para aumentar emociones positivas, el afrontamiento y la recuperación del estrés con ayuda de medicamentos como benzodiacepinas, citalopram, inhibidor de la ciclooxigenasa y antidepresivos tricíclicos” (Morales, 2019). En general medicamentos que ayudan a una mejor calidad de vida y el recupera miento ante el estrés.

1.2. Epidemiologia

1.3. Mundial

Algunas aportaciones y estudios comprueban que “México se encuentra en los primeros lugares, junto con China y Estados Unidos, con el mayor número de personas estresadas a nivel mundial” (Expansión, 2018). Dando a entender México es el principal en contar con más personas con estrés antes que otros países con más población.

Para tener cifras más exactas nos dice que “Más de 264 millones padecen ansiedad y estrés a nivel mundial” (Frías, 2019). Quiere dar entender Frías que es un mal que padecen con cifras elevadas.

1.3.1. Nacional

Cifras que “Provoca el 25% de los 75,000 infartos al año registrados en México; hasta ahora, 75% de los trabajadores mexicanos padecen este mal.” (CEVEC, 2016). Dicho de otra manera más de la mitad de la población mexicana padecen de estrés o están en constante estrés.

Otras cifras indican “73% de los mexicanos sufren de estrés.” (Staff, 2020). Es decir Casi tres cuartas partes de la población Mexicana padecen este mal.

1.4. Vulnerabilidad

Por consiguiente “Los múltiples cambios físicos, emocionales y sociales que se dan en este periodo, incluida la exposición a la pobreza, el abuso o la violencia, pueden hacer que los adolescentes sean vulnerables a problemas de salud mental.” (OMS, Salud mental del adolescente, 2020). En general la OMS nos dice, la variación del cuerpo humano, lo mental y lo comunitario que se encuentra en esta etapa y distintos factores hace frágil a adquirir el estrés.

Hay individuos que son más vulnerables que otros. En la misma situación, unos se estresan y otros no. Hay muchas teorías para explicarlo, incluso con datos confirmados desde la neurociencia. Hay dos aspectos de la vulnerabilidad: la heredada y la aprendida (Cuadro Moreno, 2018) Es decir que existen personas que son más propensas al estrés en las distintas situaciones ya sea por la familia o que se adquirió.

2. Covid-19

2.1. Definición

Para llegar a entender es necesario definir COVID-19 por lo cual “Es una enfermedad respiratoria nueva que se identificó por primera vez en Wuhan, China. Actualmente, la propagación se da principalmente de persona a persona.” (salud, Organización Panamericana de la salud, 2020) Según la OPS Es una enfermedad nueva identificada en China propagada entre un individuo y otro.

En otras definiciones “La COVID-19 es la enfermedad causada por el nuevo coronavirus conocido como SARS-CoV-2. La OMS tuvo noticia por primera vez de la existencia de este nuevo virus el 31 de diciembre de 2019, al ser informada de un grupo de casos de «neumonía vírica» que se habían declarado en Wuhan (República Popular China).” (OMS, Información básica sobre la COVID-19, 2020) En efecto la OMS quiere decir es una enfermedad causada por un virus en el año 2019 en Wuhan, China.

2.2. Distribución

2.2.1. Mundial

Algunas cifras son la “Estimación de 115, 693, 451 casos en el mundo por el virus SARS-CoV-2.” (Mundo, 2021). Según Mundo en la encuesta quiere decir las cifras son altas en los casos por el nuevo virus.

En otras reseñas el “Número de casos por COVID-19 117, 987, 827,” (TRT, 2021). Es decir se va actualizando las cifras con el paso de los días que van en aumento.

2.2.2. Nacional

Una de las cifras “Según el tablero analítico epidemiológico de los casos de seguimiento los casos estimados son de 3, 440,017 millones.” (México G. d., Tablero interactivo sobre COVID-19, 2021). Dando a entender cifras epidemiológicas muestran demasiados casos de COVID 19 en México.

Otros autores mencionan que “México se encuentra en el tablero de los países con más casos 2, 112, 508 millones.” (Orús, 2021). Quiere decir En México hay un gran número de contagiados.

2.2.3. Estatal

En Chiapas los “Casos estimados 29, 113 personas.” (México G. d., Tablero interactivo sobre COVID-19, 2021). Interpretando que existen una mayoría de Chiapanecos que han adquirido esta enfermedad.

Otras cifras estimadas “Tasa Estatal: 173%” (Epidemiología, 2021). Según epidemiología es una tasa que tiene gran impacto por el virus de COVID-19

2.3. Cuadro clínico

2.3.1. Signos y Síntomas

Es importante reconocer “Los signos y síntomas de presentación de la COVID-19 son variables, la mayoría de los pacientes presentan fiebre (83%-99%), tos (59%-82%), cansancio (44%-70%), anorexia (40%-84%), disnea (31%-40%) y mialgias (11%-35%). También se ha descrito otros síntomas inespecíficos, como dolor de garganta, congestión nasal, cefaleas, diarrea, náuseas y vómitos asimismo se han descrito anosmia y ageusia antes del inicio de los síntomas respiratorios.” (COVID-19, 2020). Dando a entender las manifestaciones por el virus causando desequilibrios en el cuerpo humano que pueden ser confundidos con otros padecimientos.

Otros signos y síntomas mencionados “Fiebre, Tos seca, Cansancio, menos comunes: Molestias y dolores, dolor de garganta, diarrea, conjuntivitis, dolor de cabeza, pérdida del sentido del olfato o del gusto, erupciones cutáneas o pérdida del color en los dedos de las manos o de los pies” (Manríquez Reyes, 2020). Lo quiere decir Manríquez existen señales no tan usuales ante la enfermedad que pueden pasar desapercibido.

2.4. Historia natural de la enfermedad

2.4.1. Antecedentes

Existe una historia natural sobre la enfermedad “La causa de la COVID-19 es un coronavirus de reciente aparición, denominado SRAS-CoV-2, que se identificó por vez primera en Wuhan (China) en diciembre de 2019. Su secuenciación genética indica que se trata de un betacoronavirus estrechamente relacionado con el causante del síndrome respiratorio agudo severo (SRAS-CoV). Por definición, un caso sintomático de COVID-19 es el que presenta signos y síntomas que sugieren la presencia de COVID-19. Por transmisión sintomática se entiende la transmisión del SRAS-CoV-2 a partir de personas con síntomas.” (COVID-19, 2020). Según la OMS El virus que ha causado grandes daños a las personas su procedencia es de China siendo autor de complicaciones respiratorias, haciendo que personas sufran presentando manifestaciones siendo un foco infeccioso.

Otros antecedentes “De acuerdo con el último reporte de la Organización Mundial de la Salud se ha confirmado la transmisión del SARS-CoV de humano a humano, hasta el momento no se ha confirmado el origen de esta enfermedad y se desconoce el potencial de contagio.” (México A. I., 2020). En general, la propagación del coronavirus es entre individuos siendo un origen extranjero.

2.5. Evolución de la enfermedad

2.6. Consecuencias

Una de las consecuencias son las “Lesiones que parecen sabañones, brotes de pequeñas vesículas, ronchas, erupciones elevadas rojizas y lesiones de livedo o necrosis. La livedo son manchas que se producen por una alteración de la circulación de la sangre en la piel, mientras la necrosis es la muerte prematura de tejidos. Estos signos de COVID-19 se asocian con diferentes grados de gravedad de la enfermedad: las lesiones que parecen sabañones aparecen en las formas menos graves y la livedo o necrosis en las más graves. Los autores han señalado que algunas de las manifestaciones de la COVID-19 en la piel pueden aparecer de forma frecuente por otras causas, especialmente las ronchas y las erupciones.” (Galván Casas, 2020). En general lo que nos quiere decir Galván algunos efectos dañan la piel, con pequeñas manchas de sangre en la piel, dependiendo de la intensidad de la enfermedad en tu cuerpo así aparecerán los resultados demostrando la intensidad.

No solo se muestra a nivel exterior si no en el interior “Se observó afectación pulmonar bilateral en el 28% de los casos en la fase temprana y en el 88% en la fase tardía de la enfermedad” (Asselah, Durantel, Pasmant, Lau, & Schinazi, 2021). Dando entender existen daños en el interior como los pulmones en la etapa prematura y lenta.

2.7. Mortalidad

Datos demostrados “Entre el 1° y el 31 de enero de 2021, se contabilizaron un total de 21,423 actas de defunción de residentes de la Ciudad de México lo que representó un exceso de mortalidad de 15,564 defunciones adicionales a las esperadas a partir del cálculo de años anteriores. Cabe mencionar que en enero de 2021 se registraron un total de 14,982 registros con causa de defunción por COVID-19 o sospecha del

mismo, de este total, el 24% fueron residentes de otras entidades federativas y el resto pertenecían a la capital del país. Dicho porcentaje aumentó en contraste con mayo de 2020 cuando el 18% de las defunciones por COVID-19 o sospecha correspondían a habitantes foráneos a la Ciudad de México. “ (México, 2021). Es de decir Las fechas de enero se dio a conocer exageración de muertes en México y en sus estados estas defunciones fueron en aumento tomando en cuenta a las personas extranjeras.

Se indica que “Aunque su mortalidad es baja, repercute en la población de 60 años en adelante, que por el simple hecho de ser adultos mayores y no tener una mejor defensa inmunológica a ciertas enfermedades los pone en mayor riesgo de mortalidad y, además, si tienen comorbilidades (enfermedades cardiovasculares, diabetes, alteraciones pulmonares crónicas, tabaquismo, insuficiencia renal, neoplasias, alteraciones inmunitarias, entre otras) incrementa aun más el riesgo de mortalidad (3.6 a 14.8%). Esta aseveración no quiere decir que no afecte a otros grupos de edad o personas sanas, si bien es cierto el grupo de 10-59 años tiene un riesgo de mortalidad de 0.2 a 1.3% y las personas sanas de 0 a 0.9%. “ (Coria Lorenzo, 2020). En general lo que Coria quiso decir aunque hubo un descenso afecta a los más grandes y al no tener una buena custodia de las defensas celulares los pone en peligro de muerte si tienen factores patológicos que lo pueden aumentar el peligro y una amenaza baja a los individuos sanos.

2.8. Tratamientos

2.8.1. Farmacológico

Uno de los tratamiento “Corticoides a dosis bajas/moderadas, Hidroxicloroquina/cloroquina a dosis moderadas, Sulfasalazina a dosis moderadas, Metotrexato a dosis bajas, Ciclosporina a dosis bajas, Colchicina a dosis bajas, Azitromicina a dosis bajas y Baricitinib a dosis bajas. “ (Fernández Gutiérrez, 2020). En palabras claras, distintos medicamentos se podrían administrar a dosis elevadas o diminutas dependiendo la severidad.

Se hace mencionar que la “Vitamina D en la prevención y/o tratamiento de la infección por COVID-19, a la fecha resulta cada vez más factible que esta hipótesis sea válida. Dos mecanismos básicos generales deberían ser considerados. Uno sería la acción antiinfecciosa e inmunomoduladora que ejerce mejorando las barreras intercelulares por

estímulo de la inmunidad innata, así también por modulación de la inmunidad adaptativa.” (Manzur, y otros, 2020). Los autores quisieron decir el medicamento a base de vitamina D ha sido uno que favorece a la mejoría produciendo como un muro hacia el virus.

2.8.2. Psicológico

Puede haber “Intervenciones psicológicas de entretenimiento de estrategias que amortigüe el impacto psicológico” (Santos Ruiz, Montero López, Ortego centeno, & Peralta Ramírez, 2020). Dando a entender la participación de diversión sería una táctica para reducir el estrés.

Otros tratamientos psicológicos “Programa con terapia en persona y en línea ofreciendo regulación emocional con técnicas psicoeducativas y cognitivo-conductual” (Pried , López Álvarez, Carracedo Sanchidrian, & González Blantch, 2020). En palabras sencillas el tratamiento en persona y virtual sería una técnica que amortiguaría el impacto en la salud mental.

3. Jóvenes

3.1. Definición

Es importante conocer “El concepto de juventud, es un término que, por un lado, permite identificar el periodo de vida de una persona que se ubica entre la infancia y la adultez, que de acuerdo a la Ley del Instituto Mexicano de la Juventud (Imjuve), es entre los 12 a los 29 años, no obstante, también tiene que ver con un conjunto de características tan heterogéneas que sería imposible enlistarlas.” (Juventud, 2017). Por lo que quiso decir los adolescentes es una etapa que se encuentra entre la niñez y en las personas maduras oscilando entre los 12 a 29 años teniendo similitudes en esa etapa.

Otra definición importante “La adolescencia representa un periodo crítico en el inicio y financiamiento de conductas de riesgo” (Argae Rodríguez, Echeverría Echeverría, Evia Alamilla, & Carrillo Trujillo, 2018). Es decir Argae nos da a entender es una etapa dura al comienzo presentando actitudes peligrosas.

4. Comitán de Domínguez, Chiapas

4.1. Ubicación

Para saber sobre Comitán se tiene que decir que “El municipio se localiza en los límites del Altiplano Central y de la Depresión Central, limita al norte con los municipios de Amatenango del Valle y de Chanal, al este con Las Margaritas y La Independencia, al sur con La Trinitaria y Tzimol y al oeste con Socoltenango y Las Rosas.” (Secretaría de Turismo, 2014). La secretaria de turismo da a entender se encuentra rodeado por distintos lugares que tienen una extensión territorial grande.

Otras ubicaciones importantes “El municipio de Comitán de Domínguez se localiza en el estado de Chiapas, en los límites del altiplano central y de la depresión central. Al norte colinda con los municipios de Amatenango del Valle y Chanal; al este, con Las Margaritas y La Independencia; al sur, con La Trinitaria y Tzimol, y al oeste con Socoltenango y Las Rosas. Se encuentra a no más de hora y media de la frontera con Guatemala. Sus coordenadas geográficas son 16°15’ N y 92° 08’ W” (Zúñiga López, 2018). Dicho de otra manera Se encuentra en Chiapas haciéndose referencia con Amatenango, Margaritas entre otros municipios.

4.2. Hidrografía

Es de manera importante conocer que “El Municipio forma parte de la Cuenca Río Grijalva - Tuxtla Gutiérrez, dentro de las subcuencas Río Aguacatenco y Presa la Angostura, y dentro de la Cuenca Río Lacantún, como parte de las subcuencas Río Comitán, Río Margaritas y Río Tzanconeja. Las principales corrientes de agua son: Río Grande, Río Nashaúic y Río San Vicente; y las corrientes intermitentes: Arroyo Zanja del Potrero, Arroyo Zanja del Diablo, Arroyo Yalishac y Arroyo El Carrizal. Los cuerpos de agua son: Laguna Chucumaltik, Laguna Coilá, Laguna Juznajib y Laguna Salvatierra.” (Gobierno municipal de Comitán de Domínguez, 2019). Es decir Comitán de Domínguez cuenta con distintos lagos, ríos que lo hacen aún más rico en toda su extensión.

4.3. Orografía

En general “El municipio está constituido en su mayor parte por llanos que son interrumpidos por lomeríos, ya sea aislados o formando cordones, hacia el sur, el terreno desciende con rumbo a la depresión central ubicándose en esta zona terrenos accidentados. La altura del relieve va desde menos de 700 metros hasta los 2,600 metros sobre el nivel del mar. Las principales elevaciones ubicadas dentro del municipio son: los cerros Chabek, Plata, San José y San Vicente. Geológicamente está constituido por terrenos del cretáceo superior en el 85% de su superficie, predominando los tipos de suelo luvisol, vertisol, litosol y acrisol.” (Guillén Domínguez, 2018). Lo que Guillen quiso decir, Comitán de Domínguez tiene extensión hacia el centro con altura menor de 700mts al tomando en cuenta el nivel del mar con distintas estructuras en el suelo.

4.4. Economía

Dado que “La Hacienda Pública Municipal se compone por los ingresos por concepto de impuestos, contribuciones de mejoras, derechos, aprovechamientos, productos, participaciones federales y aportaciones federales y estatales, rendimiento de bienes e ingresos derivados por la prestación de servicios públicos, El Municipio cuenta con 11,348 establecimientos económicos, con una población económicamente activa ocupada de 56,676 personas, de las cuales el 67.26% son hombres y 32.73% mujeres.” (Gobierno municipal de Comitán de Domínguez, 2019). Hay que destacar Comitán genera dinero a partir de personas externas, fabricas, servicios comunitarios, tiendas que ingresan dinero y así mantener una buena economía.

4.4.1. Turismo

De acuerdo “La Secretaría de Turismo, Comitán de Domínguez es el Municipio de mayor importancia demográfica, económica y política de la región por lo que en 2012 fue incorporada al programa Pueblos Mágicos. Su oferta turística va desde lo prehispánico hasta lo religioso. Puedes empezar visitando la Zona Arqueológica maya Tenam Punte construida en el periodo Clásico (300 al 600 d. C) en una posición estratégica: en la ruta que comunica a los Altos de Chiapas con Guatemala. Son más de 60 estructuras, entre las que destacan 3 juegos de pelota, distribuidas en una extensión de

aproximadamente 30 hectáreas.” (Spaff, 2019). Tratando de decir que se puede iniciar en un distinto punto no importa donde ya que está rodeada de distintas zonas arqueológicas ya que cuenta con más de 60 estructuras.

Es decir “Considerada como cuna de la Independencia, es el corazón de la región turística de Los Llanos; reconocida por su arquitectura tradicional de casas con tejados y toques neoclásicos. La ciudad de Rosario Castellanos, creció gracias a las haciendas y se convirtió en una de las principales ciudades de la provincia colonial, recorrer sus calles es volver a un pasado lleno de colorido, pues es una ciudad llena de testimonios de siglos de historia; quién la visite podrá acercarse a los grandes sitios de personalidad comiteca. De mencionarse también, como punto obligatorio de visita, está el famoso barrio de las 7 esquinas, en donde se conservan muchas muestras de la cultura tradicional comiteca y cuyo escenario está enmarcado por el bello Templo de San Caralampio.” (turismo, 2021) En otras palabras es una zona que ha sido muy turística porque toda aquella persona que llega a Comitán le gusta los corredores y su arquitectura.

2. Marco Normativo

Norma Oficial Mexicana NOM-035-STPS-2018, Factores de riesgo psicosocial en el trabajo-Identificación, análisis y prevención. (SEGOB, NORMA Oficial Mexicana NOM-035-STPS-2018, Factores de riesgo psicosocial en el trabajo-Identificación, análisis y prevención., 2018)

NORMA Oficial Mexicana NOM-025-SSA2-2014, Para la prestación de servicios de salud en unidades de atención integral hospitalaria médico-psiquiátrica. (SEGOB, NORMA Oficial Mexicana NOM-025-SSA2-2014, Para la prestación de servicios de salud en unidades de, 2015)

Norma Oficial Mexicana NOM017 SSA2 2012 y Manuales para la Vigilancia Epidemiológica (SEGOB, NORMA Oficial Mexicana NOM-017-SSA2-2012, Para la vigilancia epidemiológica., 2013)

NORMA Oficial Mexicana NOM-047-SSA2-2015, Para la atención a la salud del Grupo Etario de 10 a 19 años de edad. (SEGOB, Dario oficial de la federacion, 2015)

NORMA OFICIAL MEXICANA NOM-009-SSA2-2013, PROMOCIÓN DE LA SALUD ESCOLAR (SEGOB S. d., 2013)

CENETEC COVID

Información especializada sobre COVID (gobierno, 2019)

CENETCE trastornos mentales

Diagnóstico y tratamiento del trastorno de ansiedad generalizada en la persona mayor. (WebMaster, 2015)

CENETEC COVID

Algoritmos interinos para la atención del COVID-19: La información contenida en los algoritmos subsecuentes, representan un ejercicio que compila -de una forma simplificada- la evidencia que está emergiendo sobre la pandemia del COVID-19. Considerando que esta información está evolucionando rápidamente, consideramos que las decisiones que se sugieren están sujetas al juicio clínico de los profesionales de la salud y las características individuales de los pacientes. Además, se hace relevante mencionar que se requiere una mayor investigación sobre el uso de terapias potenciales, así como mantener una actualización continua de la información ya que, hasta el momento, no existe suficiente evidencia científica que sea concluyente para establecer pautas de manejo terapéuticas. (México G. d., Algoritmos interinos para la atención del COVID-19, 2020)

3. Población

La población de estudio serán las personas de la edad 15-24 años residentes de Comitán de Domínguez Chiapas que curse la universidad durante el periodo de tiempo de marzo a agosto del 2020.

La población de Comitán de Domínguez, Chiapas se encuentra conformada de la forma que señala la figura 1 en su pirámide poblacional

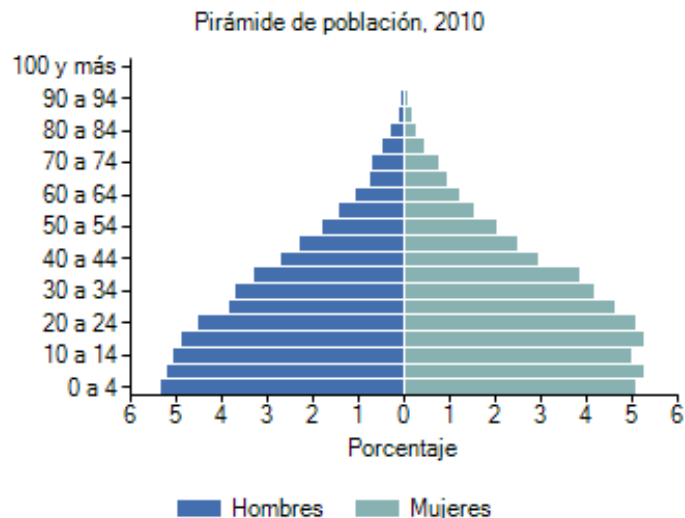


Figura 1 Pirámide poblacional de Comitán de Domínguez, Chiapas

Grupo de edad	Masculino	Femenino
15-19 años	6,905	7,400
20-25 años	6,347	7,185
Total	13, 252	14, 585

Tabla 2 Distribución de población por edad y sexo

4. Muestra

La muestra se determinara por el método de Daniels dándonos un total de 27, 837 cuyos criterios de inclusión serán; Se adolescente de 15 a 24 años de edad, vivir en Comitán De Domínguez, Chiapas y ser universitario y los que no cumplan estos criterios serán excluidos.

Y la muestra se escogerá por el método aleatorio simple, con un total 13, 252 masculinos y 14 585 femeninas muestras con una constante de _____ o a través de la constante.

J. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Instrumento: Encuestas

El objetivo de una encuesta es evaluar periódicamente los resultados de un programa en ejecución, saber la opinión del público acerca de un determinado tema e investigar previamente de las características de la población para hacer las preguntas correctas. La encuesta virtual está destinada a conseguir una opinión sobre un tema muy concreto, no requieren de demasiado tiempo de quién responde. En función de la actualidad y relevancia de la pregunta se consiguen muchas respuestas de los internautas en muy poco tiempo. La manera en que recolectaremos información, será a través de una encuesta, ya que es un método fácil de aplicar, que se realizará por vía internet. El enlace de la encuesta se difundirá a jóvenes de la Universidad del Sureste de Comitán de Domínguez, Chiapas, a su vez, pedir que envíen el enlace a sus contactos y conocidos. Al inicio de la encuesta se informará a los estudiantes cual es el propósito, garantizando el anonimato y la confidencialidad tanto de los participantes, como de los datos proporcionados, de igual forma garantizando así el consentimiento, el interés y la participación libre y voluntaria de los encuestados. Se solicitaron datos sociodemográficos (edad, sexo, lugar de residencia durante el confinamiento, número de personas viviendo en el hogar en el periodo de confinamiento y ocupación: estudiante y estudiante/trabajador). Esta encuesta evaluará las posibles situaciones estresantes en los jóvenes como consecuencia de la pandemia de COVID-19, las respuestas de los participantes indicarán cuál es el nivel de estrés percibido ante la situación utilizando una escala de respuesta de tipo Likert con cinco opciones que van desde “nada de estrés” a “mucho estrés “. Así como también, la Escala de Estrés Percibido-10 (EEP-10), la cual nos ayudará a medir el estrés percibido en la última semana explorando aspectos como falta de control sobre los eventos, se compone de 10 ítems; en donde cada uno ofrece 5 opciones de respuesta: nunca, casi nunca, de vez en cuando, casi siempre y siempre. Los ítems 1, 2, 3, 6, 9 y 10 se califican de manera directa de 0 a 4 y los ítems 4, 5, 7 y 8, a la inversa, de 4 a 0. El enlace de la encuesta se difundirá a jóvenes de la Universidad del Sureste de Comitán de Domínguez, Chiapas, a su vez, pedir que envíen el enlace a sus contactos y conocidos. Los datos obtenidos de las encuestas se concentrarán en una hoja de Excel donde se realizará los análisis estadísticos descriptivos para poder determinar la diferencia entre grupos de edad, genero, lugar de residencia durante la cuarentena, ocupación de los estudiantes, en referencia a las variables: ansiedad, estrés percibido, obesidad, y depresión. En el último apartado se hará mención del agradecimiento a los jóvenes por la contribución en el estudio, además, recalcar que los datos brindados no se expondrán a más personas, es decir, se mantendrá en secreto, ya que no sé pedirá el nombre de los encuestados, será completamente confidencial.

K. Cronograma

Actividad	Semana 1					Semana 2					Semana 3				
	L	M	M	J	V	L	M	M	J	V	L	M	M	J	V
	1 de junio	2 de junio	3 de junio	4 de junio	5 de junio	7 de junio	8 de junio	9 de junio	10 de junio	11 de junio	14 de junio	15 de junio	16 de junio	17 de junio	19 de junio
Selección de la muestra															
Aplicación de cuestionario a prueba piloto															
Correcciones															
Aplicación a toda la muestra															
Concentración de la información															
Procesamiento de los datos															
Creación de gráficos															
Elaboración de reporte (Tesis)															

BIBLIOGRAFIA

Bibliografía

- Argae Rodríguez, S. G., Echeverría Echeverría, R., Evia Alamilla, N. M., & Carrillo Trujillo, C. D. (2018). Prevención de factores de riesgo en adolescentes: intervención para padres y madres. *Psicología escolar y educativa, SP* , 259-269.
- Asselah, T., Durantel, D., Pasmant, E., Lau, G., & Schinazi, R. (2021). COVID 19: Discovery, diagnostics and drug develop. *Journal of Hepatology* , 168-184.
- Ávila, J. (2014). El estrés un problema de salud del mundo actual. *Revista con-ciencia N 1*, 115-124.
- Bairero Aguilar, M. E. (2017). El estrés y su influencia en la calidad de vida. *Multimad. Revista médica. Granma* , 971.
- Bareiro Aguilar , M. E. (2017). El éstres y su influencia en la calidad de vida . *Revista medica Granma* , 12.
- Blanco, E. (05 de Junio de 2018). *PERSUM clinica de psicoterapia y personalidad* . Obtenido de PERSUM clinica de psicoterapia y personalidad : <https://psicologosoviedo.com/especialidades/problemas-laborales/estres-negativo/>
- CANARIAS, E. M. (16 de Noviembre de 2017). *El diagnóstico del estrés - Eurofins Megalab Canarias*. Obtenido de El diagnóstico del estrés - Eurofins Megalab Canarias: <https://www.lgs-analisis.es/diagnostico-del-estres/>
- CEVEC, v. (2016). Obtenido de [https://salud.edomex.gob.mx/cevece/documentos/difusion/tripticos/2016/Semana %2027_2016.pdf](https://salud.edomex.gob.mx/cevece/documentos/difusion/tripticos/2016/Semana%2027_2016.pdf)
- Chauvet Gelinier, J. C., & Bonin, B. (2017). Stress, anxiety and depression in heart disease patients: A major challenge for cardiac rehabilitation. *Elsevier Masson S*, 6-12.
- Coria Lorenzo, J. D. (2020). Covid-19 y su relación con la morbilidad, mortalidad, economía y “quédate en casa”. *Acta Pediatr Mex.*, 2.
- COVID-19, M. c. (27 de Mayo de 2020). *Manejo clínico de la COVID-19 - World Health Organization*. Obtenido de <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/332638/WHO-2019-nCoV-clinical-2020.5-spa.pdf>
- Cuadro Moreno, J. J. (2018). *ESTRES Y ANSIEDAD*. Obtenido de ESTRES Y ANSIEDAD: <http://www.estresyansiedad.com.ar/PDF/vulnerabilidad%20al%20estres.pdf>
- Epidemiología, d. G. (05 de Marzo de 2021). *COVID-19, México..Datos epidemiológicos*. Obtenido de COVID-19, México..Datos epidemiológicos: <https://covid19.sinave.gob.mx/casosacumulados.aspx>

- Expansión. (13 de abril de 2018). *México está en los primeros lugares a nivel mundial en estrés laboral*. Obtenido de México está en los primeros lugares a nivel mundial en estrés laboral: <https://expansion.mx/carrera/2018/04/13/los-trabajadores-mexicanos-son-de-los-que-mas-sufren-estres-a-nivel-mundial>
- Fernández Gutiérrez, B. (2020). COVID 19 con afección pulmonar. Una enfermedad autoinmune de causa conocida. *Reumatología clínica*, 253-254.
- Frías, L. (14 de Marzo de 2019). *GACETA UNAM*. Obtenido de GACETA UNAM : <https://www.gaceta.unam.mx/mas-de-264-millones-padecen-ansiedad-a-nivel-mundial/>
- Gaeta González , M. L., & Martín Hernández , P. (2009). Estrés y adolescencia: Estrategias de afrontamiento y autorregulación en el contexto escolar. *STVDIVM. Revista de humanidades*, 327-344.
- Gallardo Ponce, I. (25 de septiembre de 2020). *Estrés: Síntomas, Tratamientos, Qué es, e Información*. Obtenido de Cuídate plus: <https://cuidateplus.marca.com/enfermedades/psicologicas/estres.html>
- Galván Casas, B. (2020). Identificar las primeras manifestaciones en la piel de la COVID-19. *British association os dermatologis*, 71-77.
- global, P. (s.f.). *El estrés y su tratamiento - Psicólogo online - PsicoGlobal*. Obtenido de Psicología global: <https://www.psicoglobal.com/ansiedad/estres>
- gobierno. (2019). *CATÁLOGO MAESTRO GUÍAS DE PRÁCTICA CLÍNICA*. Obtenido de http://cenetec-difusion.com/gpc-sns/?page_id=5557
- Gobierno municipal de Comitán de Domínguez, C. (2019). *Plan de desarrollo municipal 2018-2021*. Comitán de Domínguez, Chiapas.
- Guillén Domínguez, M. A. (2018). *Plan de desarrollo municipal*. Comitán de Domínguez, Chiapas.
- Herrera Covarrubias, D., Coria Ávila, G., Muñoz Zavaleta, D., Aranda Abreu, G., Rojas Durán, F., Hernández, M. E., & Ismail , N. (2017). Impacto del estrés psicosocial en la salud. *Neurobiología*, 23.
- Juventud, I. M. (30 de Octubre de 2017). *¿Qué es ser joven? | Instituto Mexicano de la Juventud ...* Obtenido de Gobierno de México: <https://www.gob.mx/imjuve/articulos/que-es-ser-joven>
- Kumar Satsangi, A., & Brugnoli, M. P. (2018). Anxiety and psychosomatic symptoms in palliative care: from neuro-psychobiological response to stress, to symptoms' management with clinical hypnosis and meditative states. *Annals of Palliative Medicine*, 75-111.
- Manríquez Reyes, M. (10 de Febrero de 2020). *ASPECTOS CLÍNICOS COVID-19 - Sesver*. Obtenido de ASPECTOS CLÍNICOS COVID-19 - Sesver: <https://www.ssaver.gob.mx/seic/files/2020/03/ASPECTOS-CLÍNICOS-COVID-19.pdf>
- Manzur, J. L., Pajer , C., Javier , M., Inserra , F., Feder , L., & Manucha , W. (2020). El suplemento con altas dosis de vitamina D podría representar una alternativa

- promisoria para prevenir o tratar infecciones por COVID-19. *Clínica e investigación en arteriosclerosis*, 267-277.
- Maturana H, A., & Vargas, A. (2015). El estrés escolar . *Revista medica clinica condes*, 34-41.
- México, A. I. (22 de Enero de 2020). *Nuevo Coronavirus 2019 | Aeropuerto Internacional de la Ciudad de México | Gobierno | gob.mx*. Obtenido de Gobierno de México: <https://www.gob.mx/aicm/articulos/nuevo-coronavirus-2019>
- México, G. d. (14 de Septiembre de 2020). *Algoritmos interinos para la atención del COVID-19*. Obtenido de Algoritmos interinos para la atención del COVID-19: http://educacionensalud.imss.gob.mx/es/system/files/Algoritmos_interinos_COVID19_CTEC.pdf
- México, G. d. (06 de Marzo de 2021). *Tablero interactivo sobre COVID-19*. Obtenido de Tablero interactivo sobre COVID-19: <https://www.insp.mx/informacion-institucional-covid-19.html>
- México, R. e. (06 de Febrero de 2021). *Exceso de Mortalidad - COVID-19 CDMX*. Obtenido de SEDESA: <https://covid19.cdmx.gob.mx/storage/app/media/Exceso%20de%20mortalidad/0502-resumen-ejecutivo-actualizacion-exceso-de-mortalidad-al-31-de-enero.pdf>
- Morales, X. (2019). Acercamiento neurobiológico a las intervenciones farmacológicas y psicoterapéuticas que promueven la resiliencia al estrés. *Revista Salud y Conducta Humana*, 14.
- Mundo, B. n. (2021). Obtenido de BBC niud: <https://www.bbc.com/mundo/noticias-51705060>
- Muñoz Fernández, S. I., Molina Valdespino, D., Ochoa Palacios , R., Sánchez Guerrero, O., & Esquivel Acevedo, J. A. (2020). Estrés, respuestas emocionales, factores de riesgo, psicopatología y manejo del personal de salud durante la pandemia por COVID-19. *Acta Pediátrica de México*, S134.
- OMS. (10 de Noviembre de 2020). *Información básica sobre la COVID-19*. Obtenido de Organización Mundial de la Salud: <https://www.who.int/es/news-room/q-a-detail/coronavirus-disease-covid-19>
- OMS. (28 de septiembre de 2020). *Salud mental del adolescente*. Obtenido de Salud mental del adolescente: <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/adolescent-mental-health>
- Orús, A. (05 de Marzo de 2021). *statista*. Obtenido de statista: <https://es.statista.com/estadisticas/1091192/paises-afectados-por-el-coronavirus-de-wuhan-segun-los-casos-confirmados/>
- Pérez Núñez, D., García Viamontes , J., García González , T. E., Ortiz Vázquez , D., & Centelles Cabreras, M. (2014). Conocimientos sobre estrés, salud y creencias de control para la Atención Primaria de Salud . *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 354-363.

- Pried, A., López Álvarez, I., Carracedo Sanchidrian, D., & González Blantch, C. (2020). Mental health interventions for healthcare workers during the first wave of COVID-19 pandemic in Spain. *Revista de psiquiatría y salud mental*, 7.
- salud, O. P. (Febrero de 2020). *covid-19-infographic-es.pdf*. Obtenido de covid-19-infographic-es.pdf.
- salud, O. P. (Febrero de 2020). *Organización Panamericana de la salud*. Obtenido de Organización Panamericana de la salud:
<https://www.paho.org/es/file/59567/download?token=TC77GLuH>
- Santos Ruiz, A., Montero López, E., Ortego centeno, N., & Peralta Ramírez, M. I. (2020). Efecto por confinamiento de COVID 19 en el estado mental de pacientes. *Medicina clínica*, 7.
- Secretaría de Turismo. (28 de Abril de 2014). *Comitán, Chiapas, Secretaría de turismo*. Obtenido de Gobierno de México: <http://www.sectur.gob.mx/gobmx/pueblos-magicos/comitan-chiapas/>
- SEGOB. (19 de 02 de 2013). *NORMA Oficial Mexicana NOM-017-SSA2-2012, Para la vigilancia epidemiológica*. Obtenido de NORMA Oficial Mexicana NOM-017-SSA2-2012, Para la vigilancia epidemiológica.:
http://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5288225&fecha=19/02/2013
- SEGOB. (12 de 08 de 2015). *Dario oficial de la federacion*. Obtenido de Dario oficial de la federacion:
https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5403545&fecha=12/08/2015
- SEGOB. (04 de 09 de 2015). *NORMA Oficial Mexicana NOM-025-SSA2-2014, Para la prestación de servicios de salud en unidades de*. Obtenido de NORMA Oficial Mexicana NOM-025-SSA2-2014, Para la prestación de servicios de salud en unidades de: <https://www.ssaver.gob.mx/transparencia/files/2011/11/NOM-025-SSA2-2014-ATENCION-MEDICO-PSIQUIATRICA.pdf>
- SEGOB. (23 de 10 de 2018). *NORMA Oficial Mexicana NOM-035-STPS-2018, Factores de riesgo psicosocial en el trabajo-Identificación, análisis y prevención*. Obtenido de NORMA Oficial Mexicana NOM-035-STPS-2018, Factores de riesgo psicosocial en el trabajo-Identificación, análisis y prevención.:
https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5541828&fecha=23/10/2018
- SEGOB, S. d. (09 de 12 de 2013). *NORMA Oficial Mexicana NOM-009-SSA2-2013, Promoción de la salud escolar*. Obtenido de NORMA Oficial Mexicana NOM-009-SSA2-2013, Promoción de la salud escolar.:
https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5324923&fecha=09/12/2013
- Spaff, E. t. (07 de Agosto de 2019). *Entorno turístico hablemos de turismo*. Obtenido de Entorno turístico hablemos de turismo:
<https://www.entornoturistico.com/comitan-de-dominguez-un-paraiso-dentro-de-otro/>
- Staff, F. (02 de Marzo de 2020). *México Forbes*. Obtenido de México Forbes:
<https://www.forbes.com.mx/mas-de-73-de-los-mexicanos-tiene-estres-encuesta/>

- Toribio Ferrer, C., & Franco Bárcenas, S. (2016). Estrés académico: el enemigo silencioso del estudiante. *Salud y administración*, 11-18.
- TRT. (2021). *TRT español*. Obtenido de TRT español: <https://www.trt.net.tr/espanol/covid19>
- turismo, S. d. (Marzo de 2021). *Conoce Chiapas*. Obtenido de Conoce Chiapas: <https://www.chiapas.gob.mx/pueblos-magicos/comitan/>
- Urzúa, A., Vera Villarroel, P., Caqueo Urizar, A., & Polanco Carrasco, R. (2020). La Psicología en la prevención y manejo del COVID-19. *TERAPIA PSICOLÓGICA*, 103-118.
- Vargas Salina, A. N., & Coria Libenson, K. (2017). Terapia de aceptación y compromiso. En A. N. Vargas Salina, & K. Coria Libenson, *Estrés Postraumático, tratamiento bajado en la terapia de aceptación y compromiso* (pág. 107). México: El Manual Moderno .
- WebMaster. (28 de Agosto de 2015). *CATÁLOGO MAESTRO GUIAS DE PRACTICA CLINICA*. Obtenido de CATÁLOGO MAESTRO GUIAS DE PRACTICA CLINICA: <https://cenetec-difusion.com/gpc-sns/?cat=65>
- Zúñiga López, L. F. (2018). Comitán de Domínguez, Chiapas del eclecticismo cultural a una oferta turística diversificada . *Pueblos mágicos*, 251-267.

Referencias

- Argae Rodríguez, S. G., Echeverría Echeverría, R., Evia Alamilla, N. M., & Carrillo Trujillo, C. D. (2018). Prevención de factores de riesgo en adolescentes: intervención para padres y madres. *Psicología escolar y educativa, SP* , 259-269.
- Asselah, T., Durantel, D., Pasmant, E., Lau, G., & Schinazi, R. (2021). COVID 19: Discovery, diagnostics and drug develop. *Journal of Hepatology* , 168-184.
- Ávila, J. (2014). El estrés un problema de salud del mundo actual. *Revista con-ciencia N 1*, 115-124.
- Bairero Aguilar, M. E. (2017). El estrés y su influencia en la calidad de vida. *Multimad. Revista médica. Granma* , 971.
- Baireiro Aguilar , M. E. (2017). El estrés y su influencia en la calidad de vida . *Revista medica Granma* , 12.
- Blanco, E. (05 de Junio de 2018). *PERSUM clinica de psicoterapia y personalidad* . Obtenido de PERSUM clinica de psicoterapia y personalidad : <https://psicologosoviedo.com/especialidades/problemas-laborales/estres-negativo/>
- CANARIAS, E. M. (16 de Noviembre de 2017). *El diagnóstico del estrés - Eurofins Megalab Canarias*. Obtenido de El diagnóstico del estrés - Eurofins Megalab Canarias: <https://www.lgs-analisis.es/diagnostico-del-estres/>
- CEVEC, v. (2016). Obtenido de [https://salud.edomex.gob.mx/cevece/documentos/difusion/tripticos/2016/Semana %2027_2016.pdf](https://salud.edomex.gob.mx/cevece/documentos/difusion/tripticos/2016/Semana%2027_2016.pdf)
- Chauvet Gelinier, J. C., & Bonin, B. (2017). Stress, anxiety and depression in heart disease patients: A major challenge for cardiac rehabilitation. *Elsevier Masson S*, 6-12.
- Coria Lorenzo, J. D. (2020). Covid-19 y su relación con la morbilidad, mortalidad, economía y “quédate en casa”. *Acta Pediatr Mex.*, 2.
- COVID-19, M. c. (27 de Mayo de 2020). *Manejo clínico de la COVID-19 - World Health Organization*. Obtenido de <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/332638/WHO-2019-nCoV-clinical-2020.5-spa.pdf>
- Cuadro Moreno, J. J. (2018). *ESTRES Y ANSIEDAD*. Obtenido de ESTRES Y ANSIEDAD: <http://www.estresyansiedad.com.ar/PDF/vulnerabilidad%20al%20estres.pdf>
- Epidemiología, d. G. (05 de Marzo de 2021). *COVID-19, México..Datos epidemiológicos*. Obtenido de COVID-19, México..Datos epidemiológicos: <https://covid19.sinave.gob.mx/casosacumulados.aspx>

- Expansión. (13 de abril de 2018). *México está en los primeros lugares a nivel mundial en estrés laboral*. Obtenido de México está en los primeros lugares a nivel mundial en estrés laboral: <https://expansion.mx/carrera/2018/04/13/los-trabajadores-mexicanos-son-de-los-que-mas-sufren-estres-a-nivel-mundial>
- Fernández Gutiérrez, B. (2020). COVID 19 con afección pulmonar. Una enfermedad autoinmune de causa conocida. *Reumatología clínica*, 253-254.
- Frías, L. (14 de Marzo de 2019). *GACETA UNAM*. Obtenido de GACETA UNAM : <https://www.gaceta.unam.mx/mas-de-264-millones-padecen-ansiedad-a-nivel-mundial/>
- Gaeta González , M. L., & Martín Hernández , P. (2009). Estrés y adolescencia: Estrategias de afrontamiento y autorregulación en el contexto escolar. *STVDIVM. Revista de humanidades*, 327-344.
- Gallardo Ponce, I. (25 de septiembre de 2020). *Estrés: Síntomas, Tratamientos, Qué es, e Información*. Obtenido de Cuidate plus: <https://cuidateplus.marca.com/enfermedades/psicologicas/estres.html>
- Galván Casas, B. (2020). Identificar las primeras manifestaciones en la piel de la COVID-19. *British association os dermatologis*, 71-77.
- global, P. (s.f.). *El estrés y su tratamiento - Psicólogo online - PsicoGlobal*. Obtenido de Psicología global: <https://www.psicoglobal.com/ansiedad/estres>
- gobierno. (2019). *CATÁLOGO MAESTRO GUÍAS DE PRÁCTICA CLÍNICA*. Obtenido de http://cenetec-difusion.com/gpc-sns/?page_id=5557
- Gobierno municipal de Comitán de Domínguez, C. (2019). *Plan de desarrollo municipal 2018-2021*. Comitán de Domínguez, Chiapas.
- Guillén Domínguez, M. A. (2018). *Plan de desarrollo municipal*. Comitán de Domínguez, Chiapas.
- Herrera Covarrubias, D., Coria Ávila, G., Muñoz Zavaleta, D., Aranda Abreu, G., Rojas Durán, F., Hernández, M. E., & Ismail , N. (2017). Impacto del estrés psicosocial en la salud. *Neurobiología*, 23.
- Juventud, I. M. (30 de Octubre de 2017). *¿Qué es ser joven? | Instituto Mexicano de la Juventud ...* Obtenido de Gobierno de México: <https://www.gob.mx/imjuve/articulos/que-es-ser-joven>
- Kumar Satsangi, A., & Brugnoli, M. P. (2018). Anxiety and psychosomatic symptoms in palliative care: from neuro-psychobiological response to stress, to symptoms' management with clinical hypnosis and meditative states. *Annals of Palliative Medicine*, 75-111.
- Manríquez Reyes, M. (10 de Febrero de 2020). *ASPECTOS CLÍNICOS COVID-19 - Sesver*. Obtenido de ASPECTOS CLÍNICOS COVID-19 - Sesver: <https://www.ssaver.gob.mx/seic/files/2020/03/ASPECTOS-CLÍNICOS-COVID-19.pdf>
- Manzur, J. L., Pajer , C., Javier , M., Inserra , F., Feder , L., & Manucha , W. (2020). El suplemento con altas dosis de vitamina D podría representar una alternativa

- promisoria para prevenir o tratar infecciones por COVID-19. *Clínica e investigación en arteriosclerosis*, 267-277.
- Maturana H, A., & Vargas, A. (2015). El estrés escolar . *Revista medica clinica condes*, 34-41.
- México, A. I. (22 de Enero de 2020). *Nuevo Coronavirus 2019 | Aeropuerto Internacional de la Ciudad de México | Gobierno | gob.mx*. Obtenido de Gobierno de México: <https://www.gob.mx/aicm/articulos/nuevo-coronavirus-2019>
- México, G. d. (14 de Septiembre de 2020). *Algoritmos interinos para la atención del COVID-19*. Obtenido de Algoritmos interinos para la atención del COVID-19: http://educacionensalud.imss.gob.mx/es/system/files/Algoritmos_interinos_COVID19_CTEC.pdf
- México, G. d. (06 de Marzo de 2021). *Tablero interactivo sobre COVID-19*. Obtenido de Tablero interactivo sobre COVID-19: <https://www.insp.mx/informacion-institucional-covid-19.html>
- México, R. e. (06 de Febrero de 2021). *Exceso de Mortalidad - COVID-19 CDMX*. Obtenido de SEDESA: <https://covid19.cdmx.gob.mx/storage/app/media/Exceso%20de%20mortalidad/0502-resumen-ejecutivo-actualizacion-exceso-de-mortalidad-al-31-de-enero.pdf>
- Morales, X. (2019). Acercamiento neurobiológico a las intervenciones farmacológicas y psicoterapéuticas que promueven la resiliencia al estrés. *Revista Salud y Conducta Humana*, 14.
- Mundo, B. n. (2021). Obtenido de BBC niud: <https://www.bbc.com/mundo/noticias-51705060>
- Muñoz Fernández, S. I., Molina Valdespino, D., Ochoa Palacios , R., Sánchez Guerrero, O., & Esquivel Acevedo, J. A. (2020). Estrés, respuestas emocionales, factores de riesgo, psicopatología y manejo del personal de salud durante la pandemia por COVID-19. *Acta Pediátrica de México*, S134.
- OMS. (10 de Noviembre de 2020). *Información básica sobre la COVID-19*. Obtenido de Organización Mundial de la Salud: <https://www.who.int/es/news-room/q-a-detail/coronavirus-disease-covid-19>
- OMS. (28 de septiembre de 2020). *Salud mental del adolescente*. Obtenido de Salud mental del adolescente: <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/adolescent-mental-health>
- Orús, A. (05 de Marzo de 2021). *statista*. Obtenido de statista: <https://es.statista.com/estadisticas/1091192/paises-afectados-por-el-coronavirus-de-wuhan-segun-los-casos-confirmados/>
- Pérez Núñez, D., García Viamontes , J., García González , T. E., Ortiz Vázquez , D., & Centelles Cabreras, M. (2014). Conocimientos sobre estrés, salud y creencias de control para la Atención Primaria de Salud . *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 354-363.

- Pried, A., López Álvarez, I., Carracedo Sanchidrian, D., & González Blantch, C. (2020). Mental health interventions for healthcare workers during the first wave of COVID-19 pandemic in Spain. *Revista de psiquiatría y salud mental*, 7.
- salud, O. P. (Febrero de 2020). *covid-19-infographic-es.pdf*. Obtenido de covid-19-infographic-es.pdf.
- salud, O. P. (Febrero de 2020). *Organización Panamericana de la salud*. Obtenido de Organización Panamericana de la salud:
<https://www.paho.org/es/file/59567/download?token=TC77GLuH>
- Santos Ruiz, A., Montero López, E., Ortegocenteno, N., & Peralta Ramírez, M. I. (2020). Efecto por confinamiento de COVID 19 en el estado mental de pacientes. *Medicina clínica*, 7.
- Secretaría de Turismo. (28 de Abril de 2014). *Comitán, Chiapas, Secretaría de turismo*. Obtenido de Gobierno de México: <http://www.sectur.gob.mx/gobmx/pueblos-magicos/comitan-chiapas/>
- SEGOB. (19 de 02 de 2013). *NORMA Oficial Mexicana NOM-017-SSA2-2012, Para la vigilancia epidemiológica*. Obtenido de NORMA Oficial Mexicana NOM-017-SSA2-2012, Para la vigilancia epidemiológica.:
http://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5288225&fecha=19/02/2013
- SEGOB. (12 de 08 de 2015). *Dario oficial de la federacion*. Obtenido de Dario oficial de la federacion:
https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5403545&fecha=12/08/2015
- SEGOB. (04 de 09 de 2015). *NORMA Oficial Mexicana NOM-025-SSA2-2014, Para la prestación de servicios de salud en unidades de*. Obtenido de NORMA Oficial Mexicana NOM-025-SSA2-2014, Para la prestación de servicios de salud en unidades de: <https://www.ssaver.gob.mx/transparencia/files/2011/11/NOM-025-SSA2-2014-ATENCION-MEDICO-PSIQUIATRICA.pdf>
- SEGOB. (23 de 10 de 2018). *NORMA Oficial Mexicana NOM-035-STPS-2018, Factores de riesgo psicosocial en el trabajo-Identificación, análisis y prevención*. Obtenido de NORMA Oficial Mexicana NOM-035-STPS-2018, Factores de riesgo psicosocial en el trabajo-Identificación, análisis y prevención.:
https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5541828&fecha=23/10/2018
- SEGOB, S. d. (09 de 12 de 2013). *NORMA Oficial Mexicana NOM-009-SSA2-2013, Promoción de la salud escolar*. Obtenido de NORMA Oficial Mexicana NOM-009-SSA2-2013, Promoción de la salud escolar.:
https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5324923&fecha=09/12/2013
- Spaff, E. t. (07 de Agosto de 2019). *Entorno turístico hablemos de turismo*. Obtenido de Entorno turístico hablemos de turismo:
<https://www.entornoturistico.com/comitan-de-dominguez-un-paraiso-dentro-de-otro/>
- Staff, F. (02 de Marzo de 2020). *México Forbes*. Obtenido de México Forbes:
<https://www.forbes.com.mx/mas-de-73-de-los-mexicanos-tiene-estres-encuesta/>

- Toribio Ferrer, C., & Franco Bárcenas, S. (2016). Estrés académico: el enemigo silencioso del estudiante. *Salud y administración*, 11-18.
- TRT. (2021). *TRT español*. Obtenido de TRT español: <https://www.trt.net.tr/espanol/covid19>
- turismo, S. d. (Marzo de 2021). *Conoce Chiapas*. Obtenido de Conoce Chiapas: <https://www.chiapas.gob.mx/pueblos-magicos/comitan/>
- Urzúa, A., Vera Villarroel , P., Caqueo Urizar, A., & Polanco Carrasco, R. (2020). La Psicología en la prevención y manejo del COVID-19. *TERAPIA PSICOLÓGICA*, 103-118.
- Vargas Salina, A. N., & Coria Libenson , K. (2017). Terapia de aceptación y compromiso. En A. N. Vargas Salina, & K. Coria Libenson, *Estrés Postraumático, tratamiento bajado en la terapia de aceptación y compromiso* (pág. 107). México: El Manual Moderno .
- WebMaster. (28 de Agosto de 2015). *CATÁLOGO MAESTRO GUIAS DE PRACTICA CLINICA*. Obtenido de CATÁLOGO MAESTRO GUIAS DE PRACTICA CLINICA: <https://cenetec-difusion.com/gpc-sns/?cat=65>
- Zúñiga López, L. F. (2018). Comitán de Domínguez, Chiapas del eclecticismo cultural a una oferta turística diversificada . *Pueblos mágicos*, 251-267.

ANEXOS**CUESTIONARIO PARA LA OBTENCIÓN DEL ESTRÉS EN JOVENES UNIVERSITARIOS EN LA PANDEMIA**

El siguiente cuestionario es confidencial y anónimo y su finalidad es la obtención de información con fines de investigación científica. Realizado por los alumnos de 4to semestre de la licenciatura de Medicina Humana, de la Universidad Del Sureste campus Comitán. Los datos han suministrados de forma voluntaria.

Instrucciones: Lea y responda el inciso que más conveniente le parezca en cada situación.

1. De los siguientes síntomas, señale cuáles ha sentido:

- A.-Cansancio
- A.-Dolor de cabeza
- C.-Diarrea o estreñimiento
- D. Falta de energía o concentración

De los siguientes conceptos señale cuales tiene una noción de lo que es:

- A.-Virus
- B.-Enfermedad
- C.- Propagación
- D.-Cuarentena

3. ¿Cuánto años tiene?

- A.-9-10 años
- B.-10-12 años
- C.-15-24 años
- D.-Mayor de 50

2. ¿Cuál es su peso actual?_____

3. ¿Cuál era su grasa actual?_____

4. ¿Ha visto un incremento de peso?

- A.- Sí
- B.- No

5. De los siguientes aparatos electrónicos señale cuáles ha utilizado:

- A.- Computadora
- B.-Teléfono
- C. Tablet

Universidad del Sureste. Licenciatura en Medicina Humana

D. Televisor

6. De los siguientes síntomas señale cuales ha manifestado:

- A.-Nerviosismo
- B.-Sensación de peligro
- C.-Temblores
- D.-Le cuesta concentrarse

7. De la siguiente pregunta deberá responder positivamente si ha tenido uno de estos signos y síntomas:

- A.- Pensamientos suicidad
- B.-No tener ganas de vivir
- C.- Mantenerse inactivo

8. De la siguiente pregunta responderán afirmativamente si ha tenido 1-3 de estos signos o síntomas:

- A.-Pánico
- B.- Desesperación
- C.-Sensación de asfixia
- D.-Latidos fuertes

9. ¿Cuál de las siguientes respuestas se considera usted?

- A.- Heterosexual
- B.-Gay
- C.-Indefinido
- D.- Homosexual

10. ¿En cuál de las siguientes ubicaciones se encuentra usted?

- A.-Cerca del hospital COVID-19
- B.-Cerca del panteón municipal
- C.-Cerca del crematorio

11. ¿En cuál de los siguientes grupos se encuentra usted?

- A.-Menor de 12 años
- B.- De 12-15 años
- C. Mayor de 15 años

12. ¿Qué causa le hizo notar la falta de apetito?

- A.-Pandemia
- B.-El encierro

C.-Enfermedad

13. ¿Cuál es el lugar donde reside?_____



14. De los siguientes estupefacientes señale cuál es a consumido:

A.-Tabaco

B.-Marihuana

C.-Alcohol

D.- Cocaína

		EXAMEN DEPARTAMENTO DE PLANEACION ACADEMICA			
Tipo: Formato		Disposición: Interno		Emisión	
Emitido: Coordinación Académica		Aprobado: Dirección General		15/08/2017	
				Actualización	
				00/00/00	

Nombre del alumno (a)					Sello de autorización	
Profesor	Dr. Dario Cristiaderit Gutiérrez Gómez			Parcial		
Carrera	Medicina Humana	Semestre	o	Fecha		
Materia	Diseño experimental			Grupo 4 B		
Total de Preguntas:				Calificación :		

Ejercicios de valoración análisis de variantes y comprobación de hipótesis:
Dada la complejidad de los tópicos de esta unidad se evaluara con una bitácora que llevara a cabo un análisis de los datos recopilados en trabajo de campo. Que por tal motivo deberá contar con:

Numero	Item	Entregado	No entregado
1.	Portada	1	
2.	Informe general de la localidad trabajada	1	
3.	Mapa individual	1	
4.	Cuestionario	5	
5.	cronograma	5	
6.	Variable	15	
7.	Marco teórico	25	
8.	Hipótesis	5	
9.	objetivos	5	

10.	Marco metodológico	15
11.	Diseño de análisis	5
12.	Instrumento de captura y recolección hoja de paloteo	3
13.	Delphi aprobado	5
14.	Evidencia fotográfica	5
15.	Introducción	4
Total		

.Calificación:

La entrega total contara con el 50% y se repartirá en la forma señalada con un valor proporcional del examen al número de ítems entregados.