

**IMPACTO PSICOLÓGICO DEL COVID-19 EN
UNIVERSITARIOS DE LA UNIVERSIDAD DE
LA LAGUNA**

Trabajo Fin de Grado de Psicología

Andrea Di Cicco Varela

Tutorizado por: María Teresa Miró Barrachina

Curso Académico 2020-21

RESUMEN

El presente estudio explora el impacto psicológico que ha supuesto la pandemia de COVID-19 en una muestra de 147 estudiantes de la Universidad de la Laguna. El objetivo es investigar cuáles han sido los efectos producidos por la pandemia en el ámbito educativo. Los estudiantes cumplimentaron de manera online el *Cuestionario de Impacto Psicológico del Coronavirus en estudiantes de la Universidad de La Laguna*. Los resultados indican que los miedos mas comunes están relacionados con el contagio o muerte de los familiares. Así mismo, la mayoría de alumnos han valorado positivamente esta situación pues, además de haber podido adaptarse a la metodología online, han aprendido a valorar más las relaciones interpersonales. Aún así es importante destacar que la mayoría de los estudiantes indican que su concentración se ha visto afectada, debido a las clases no presenciales. De esta manera podemos concluir que la pandemia de COVID-19 ha supuesto una alteración importante en la vida estudiantil de esta muestra de alumnado.

Palabras claves: COVID-19; coronavirus; alumnos ULL; miedos; impacto psicológico

ABSTRACT

This project studies the psychological impact caused by COVID-19 pandemic in a sample of 147 students from the University of La Laguna. The aim is to investigate the effects that the pandemic brought out in the educational field of the students. The *Survey of Psychological Impact caused by Coronavirus in students from University of La Laguna* was filled out online. According to the results, the most common fears are related to the transmission of the disease and the death of relatives. Most of these students viewed this situation positively in two ways: they have successfully dealt with the online teaching methodology, and they have learnt to appreciate interpersonal relationships. However, it must be emphasized that most of them ensure their attention span has been disrupted due to telematic lessons. This approach proves that COVID-19 pandemic entails a significant alteration in the student's life of this sample.

Keywords: COVID-19; coronavirus; ULL students; fears; psychological impact.

INTRODUCCIÓN

El propósito de este trabajo es investigar la vivencia de las interferencias acontecidas por la pandemia en el ámbito escolar para estudiantes de la Universidad de La Laguna, además de las vivencias generales con el coronavirus. A continuación, se exponen datos sobre la emergencia de la pandemia, así como las medidas sanitarias que fueron adoptadas a medida que pasaba el tiempo, por las autoridades sanitarias.

El COVID-19 apareció a finales de diciembre del 2019 en Wuhan una provincia China, en ese momento aparecieron 40 casos de neumonía de origen vírico. Desde este momento la Organización Mundial de Salud (OMS) caracterizó al agente vírico como un nuevo coronavirus, al que llamaron SARS-CoV-2. El 11 de enero, China comunicó que fallecía la primera persona por COVID-19. En muy poco tiempo, la enfermedad se extendió por todo el mundo, por lo que la OMS se vio forzada a declarar esta enfermedad como “emergencia de salud pública de importancia internacional”, el día 30 de enero.

El virus se extendió por toda la tierra a una velocidad insólita, y el 11 de marzo la OMS declaraba pandemia global, ya que afectaba a más de 100 países con mas de 100.000 casos de contagio por esta nueva enfermedad. Aunque aun no es seguro, se cree que esta enfermedad es de origen zoonótica, es decir, que fue contagiada a partir de un huésped animal.

En Europa, los primeros casos aparecieron en Francia, el 24 de enero, Alemania el 25 e Italia el día 30 de este mismo mes. El día 31 de enero se comunicaron varios casos en el resto de países europeos, que incluyen a España, Suecia, Reino Unido, etc. El 26 de marzo el número de casos, en todo el mundo, ascendía al medio millón. Duplicándose en un corto periodo de tiempo (el 2 de abril). (Wikipedia, 2020a).

En España, el día que se comunico la primera victima mortal por COVID-19, ya había 200 contagios, aproximadamente, divididos en 15 comunidades autónomas. El día 13 de marzo, el gobierno tomó la decisión de decretar el estado de alarma, y ya por estas fechas se registraban las cantidades de 6.000 contagios y 200 fallecidos. Desde entonces, y hasta finales de mayo, las cifras han ascendido a 3.668.658 contagiados, 79.905 muertos (Wikipedia, 2020a, b).

Con el fin de reducir la propagación del coronavirus y disminuir la emergencia sanitaria de nuestro país que existía en ese momento, el gobierno aplicó el estado de alarma (BOE, 2020). Además de este estado, el gobierno impuso el confinamiento en todo el territorio

nacional del 14 de marzo al 3 de mayo de 2020. Esta última restricción significó el aislamiento social y familiar, restricciones a la libertad de circulación de los ciudadanos y la suspensión de cualquier actividad comercial y educativa, excepto las relacionadas con las necesidades básicas, como eran el acceso a medicamentos, alimentos y asistencia a los centros de salud o de trabajo.

Además, indirectamente, la pandemia ha dejado una serie de efectos colaterales. Consecuencia de la incertidumbre que ha provocado el virus en sí mismo, se suma, la preocupación por la salud de nuestros seres queridos, los mayores y las personas con patologías previas, y obviamente, el miedo por las consecuencias económicas. Los ERTES, que a finales del año 2020 registró la cifra de 755.613 personas, un 80% menor que las registrada en abril de ese mismo año (la Moncloa) y las pérdidas de trabajo, que ocuparon las peores cifras desde 2012, con una cantidad de 527.900 personas, sin incluir a los que estaban en ERTE (elEconomista).

La suspensión de las clases provocada por el estado de alarma que se impuso por la pandemia obligó a que la actividad educativa se implementara a través del método online. Se sustituyó el ir a clase a diario, debido al confinamiento nacional, por asistencia telemática, cumpliendo así con los horarios a los que tocaba asistir.

En el caso de la Universidad de La Laguna, la semana en la que se implementó el estado de alarma (14 de marzo de 2020), se suspendió la prespecialidad. Los decanos y profesores fueron tomando decisiones para garantizar la enseñanza. En el caso de la Facultad de Psicología y Logopedia, en base a las preferencias de cada profesor, elegían un método u otro, unos daban clase mediante la plataforma Google Meet, otros subían presentaciones al aula o videos dando las clases, dando así la posibilidad de verla cuando mejor les viniera. En el caso de las evaluaciones, tomaron la determinación de poner un parcial por asignatura, para facilitar y disminuir la cantidad de temario que entraba en los exámenes finales. Intentaron por todos los medios utilizar la manera o modo que facilitara la situación aún cuando no estaban preparados en este tipo de docencias.

Una vez acabado el confinamiento, después de haber superado todos los inconvenientes y verse forzados a improvisar, llega el nuevo curso, donde sigue existiendo la pandemia y muchísimas restricciones. Desde la Universidad de La Laguna, se plantea una nueva situación, *la presencialidad adaptada*. En este caso, los alumnos de cada clase, divididos en dos grupos, asistirán de manera presencial una semana si y una no, rotando entonces entre la enseñanza online y la presencial. Además de esta, existe otra condición, llamada *escenarios*, donde dependiendo de la fase de restricciones que imponga el gobierno de

Canarias, la universidad de La Laguna declara escenario 1, donde funciona la *presencialidad adaptada* o escenario 2, donde toda la enseñanza se vuelve online. Esta previsión fue implementada por el Gobierno Universitario para saber como actuar dependiendo del numero de contagios y las normas sanitarias que fueran imponiendo.

En estas circunstancias, los alumnos y profesores han afrontado una situación completamente nueva, y además han tenido que hacerlo en tiempo record. Se han enfrentado a muchas dificultades y adversidades que han hecho de estos años algo muy peculiar. Los alumnos se han visto forzados a compaginar los estudios, con la incertidumbre provocada por la COVID-19 y la lucha contra este virus, con todo lo que esto implica, es decir, restricciones, limitaciones en relaciones interpersonales, mascarillas obligatorias, etc.

El objetivo general de este estudio consintió en examinar el impacto psicológico experimentado en la población de estudiantes de La Universidad de la Laguna a consecuencia de la nueva enseñanza online que se implementó a partir de la declaración del estado de alarma el día 14 de marzo de 2020 y con la que actualmente muchas Facultades siguen trabajando. Se han plasmado cuales han sido las sensaciones y vivencias de los alumnos que han pasado por esta situación, para conseguir una opinión de primera mano y descubrir los puntos fuertes y los débiles que han sido detectados a partir de haber tenido que improvisar a consecuencia del coronavirus. Además de las dificultades, las interferencias y en general, los aspectos negativos, hemos intentado plasmar las experiencias positivas que se han obtenido a raíz de todo lo mencionado anteriormente. Basándonos en este objetivo general, se han concretado los siguientes objetivos específicos: (a) experiencias con el COVID-19, (b) el uso de las conductas preventivas, (c) posibles miedos relacionados con el coronavirus, (d) la ansiedad generalizada (Escala GAD-7), (e) interferencias provocadas por el COVID-19, (f) la experiencia positiva ante la adversidad (el coronavirus, en este caso).

MÉTODO

Participantes

Se utilizó una muestra total de 147 sujetos que respondieron a un cuestionario online. Se partió de 151 y se eliminaron los sujetos que no cumplían con los criterios de inclusión, estudiar en la Universidad de La Laguna y tener entre 18 y 30 años. El rango de edad de los participantes es de 18 a 28 años ($M=20,6$ y $DT=2,28$) de los cuales 27 era varones (18,4%) y 120 eran mujeres (81,6%). Los participantes pertenecen a un total de 10 grados distintos y están repartidos en todos los cursos. La mayoría de los grados de la Universidad de La Laguna están formados por cuatro cursos, pero participaron sujetos del grado de Farmacia que tiene una duración de cinco cursos.

Materiales

Cuestionario de Impacto Psicológico del Coronavirus en estudiantes de la Universidad de La Laguna (CIPCE-ULL). Se trata de un cuestionario de autoinforme desarrollado por la autora adaptando el *Cuestionario de Impacto Psicológico del Coronavirus (CICP)* creado por el profesor Sandín y sus colaboradores en la UNED (Sandín, et. al., 2020). Se han añadido o quitado preguntas de cada escala en función de su interés para los objetivos específicos de este estudio, ya que el estudio del profesor Sandín, et al. esta muy centrado en el impacto del confinamiento nacional en la población española, sin embargo, este estudio se centra en el impacto en la actividad escolar para los estudiantes de la Universidad de La Laguna.

Incluye varias preguntas sobre características sociodemográficas y 6 escalas independientes: (1) Experiencia con el Coronavirus (ECOVI-ULL); (2) Uso de conductas preventivas (UCP-ULL); (3) Escala de miedos al Coronavirus (EMC-ULL); (4) Escala GAD-7; (5) Escala de interferencia por el Coronavirus (EIC-ULL); (6) Escala de experiencia positiva ante las adversidades (EEPA-ULL) (para una descripción completa del cuestionario, véase Anexo 1).

- Experiencia con el Coronavirus (ECOVI). Mediante esta escala se evalúa a través de 6 ítems la experiencia de cada uno de los participantes con el COVID-19. La escala incluye respuesta dicotómica de si o no.
- Uso de conductas preventivas (UCP). Incluye 6 ítems relacionados con el uso o no de conductas que previenen la enfermedad. Las respuestas son en forma de frecuencia entre 1 (nada o casi nada) y 5 (siempre o casi siempre).
- Escala de miedos al Coronavirus (EMC). Intentamos evaluar el miedo y la preocupación que suponía el coronavirus a través de 9 ítems de respuesta de frecuencia que van de 1 (nada o casi nada) a 5 (siempre o casi siempre).
- Escala GAD-7. Compuesto por 7 ítems. Evalúa la ansiedad generalizada de los participantes. Las respuestas son de frecuencia y va de 1 (nada o casi nada) a 5 (siempre o casi siempre).
- Escala de interferencia por el COVID (EIC). Mediante esta escala se evalúa cuán alterada se ha visto la vida de los participantes a raíz de la aparición del COVID. Consta de 13 ítems de respuesta de frecuencia que va de 1 (nada o casi nada) a 5 (siempre o casi siempre).
- Escala de experiencia positiva ante las adversidades (EEPA). Es una escala de 7 ítems con respuestas de frecuencia que van de 1 (nada o casi nada) a 5 (siempre o casi siempre), pretende evaluar los aspectos positivos que se han obtenido a raíz de los cambios producidos por la pandemia.

Procedimiento

El cuestionario se creó y cumplimentó a través de la plataforma Google Forms (véase Anexo I), se envió a través de la aplicación WhatsApp, entre los días 15 de marzo y 29 del mismo mes, para que las personas que quisieran participar en la investigación lo pudieran hacer de manera online, aprovechando el uso de las nuevas tecnologías por las restricciones por la COVID-19, consiguiendo así respetar cualquier limitación horaria, de reuniones, etc., que fueran implementadas y, además, que la investigación no se viera alterada por nuevas restricciones.

Al entrar en el enlace que se facilitó, recibían un saludo y una explicación sobre el cuestionario. Se les explicó que si cumplimentaban el cuestionario iban a participar en el Trabajo de Fin de Grado de una alumna de Psicología. Se les pedía que contestaran con

la mayor sinceridad posible y se aclaraba que el tiempo que iban a tardar era de entre 10 y 15 minutos. Además, se hizo hincapié en que los datos se utilizarían de manera anónima, confidencial y con un fin únicamente académico.

Los primeros ítems que contestaban eran sobre los datos sociodemográficos, sexo, edad, carrera en la que estudian, etc. A continuación, al ir pasando de sección, iban encontrando distintas escalas, relacionadas con cada uno de los objetivos específicos y antes de comenzar con las preguntas de cada sección, se exponía una breve explicación sobre los datos que se iban a extraer de sus respuestas.

Los datos obtenidos se analizaron mediante el paquete estadístico IBM SPSS en su versión 25. Mediante el test Chi-cuadrado de Pearson, se ha analizado la asociación de las variables cualitativas. En aquellos casos en los que el número de celdas con valores esperados mayores que 5 superaba el 20% se ha utilizado el test de Razón de verosimilitud. Además, se han calculado las puntuaciones medias de cada escala, obteniendo así cinco variables cuantitativas que hemos analizado con la prueba t de student para muestras independientes y la prueba de ANOVA.

RESULTADOS

ANÁLISIS DESCRIPTIVO

Para el análisis de los datos obtenidos se han formado grupos a partir de la muestra total, en base a ciertos criterios. Por un lado, se ha separado entre hombres (18,4%) y mujeres (81,6%). Además, para el análisis por edades, se han formado tres grupos, siendo el rango 1 de 18 a 20 años (46,9%), el rango 2 de 21 a 23 años (40,8%) y el rango 3 de 24 a 28 años (12,2%). Por último, se han separado por cursos, creando dos ciclos, ciclo 1, los cursos primero y segundo (47,9%) y ciclo 2, los cursos tercero, cuarto y quinto (52,1%).

Características sociodemográficas

La primera escala, referente a los datos sociodemográfico, nos aporta una descripción de la muestra. Se ha visto que 27 eran varones (18,4%) y 120 eran mujeres (81,6%). La muestra pertenece a un total de 10 grados distintos y está repartida entre todos los cursos, además, todos son de la Universidad de La Laguna.

Tabla 1. Distribución de la muestra según los grados a los que pertenecen (N=147)

Grado	Cantidad	Porcentaje
Economía	10	6,8%
Enfermería	2	1,4%
Estudios clásicos	18	12,2%
Farmacia	31	21,1%
Fisioterapia	8	5,4%
Magisterio de primaria	51	34,7%
Pedagogía	1	0,7 %
Psicología	22	15%
Relaciones laborales	1	0,7%
Turismo	3	2%

Tabla 2. Distribución de la muestra según a los cursos a los que pertenecen (N=147)

Curos	Cantidad	Porcentaje
Primero	54	36,7%
Segundo	10	6,8%
Tercero	37	25,2%
Cuarto	40	27,2%
Quinto	6	4,1%

Escala Experiencia con el COVID-19

Tabla 3. Porcentajes de respuestas en la Escala Experiencia con el Coronavirus (N=147)

Experiencia con el Coronavirus (ECOVI-ULL)	SÍ	NO
1. ¿Has tenido síntomas que podrían haber sido causados por el coronavirus?	28,6%	71,4%
2. ¿Te han confirmado un diagnostico por el coronavirus?	4,8%	95,2%
3. ¿Ha estado contagiada por el coronavirus alguna persona que vive contigo?	3,4%	96,6%
4. ¿Ha estado contagiada por coronavirus algún familiar cercano o amigo íntimo que no viva contigo?	42,2%	57,8%
5. ¿Crees que puedes evitar el contagio por coronavirus si tomas las medidas de precaución necesarias?	88,4%	11,6%
6. ¿Te fías de la información que aparece en relación con el coronavirus en los medios de comunicación?	49,7%	50,3%

En cuanto a las escalas de experiencia con el coronavirus se puede destacar que de un 28,6% que han dicho que sentían haber tenido síntomas causados por el coronavirus (ítem 1) solo un 4,8% se le ha confirmado el diagnóstico (ítem 2).

Además, un 88,4% de la muestra cree que puede evitar el contagio si toma las precauciones necesarias (ítem 5) y hay un porcentaje muy ajustado en el ítem referente a si se fían o no de la información que aparece en relaciona al coronavirus en los medios de comunicación (ítem 6), hablaríamos de un 49,7% que sí frente a un 50,3 que no se fía.

Uso de Conductas Preventivas

Tabla 4. Porcentajes de respuestas en la Escala Uso de Conductas Preventivas (N=147)

Uso de Conductas Preventivas (UCP-ULL)	Nunca o casi nunca	Algunas veces	Bastantes veces	Muchas veces	Siempre o casi siempre
1. ¿Utilizas siempre o casi siempre mascarilla cuando sales de casa?	0%	0%	0,7%	9,5%	89,8%
2. ¿Mantienes siempre la distancia de seguridad con otras personas fuera de casa (al menos 2 metros)?	5,4%	10,9%	35,4%	37,4%	10,9%
3. ¿Crees que te lavas o desinfectas las manos con excesiva frecuencia?	1,4%	18,4%	25,9%	29,3%	25,2%
4. ¿Desinfectas habitualmente los objetos y superficies con gel desinfectante, lejía, alcohol, etc.?	13,6%	25,2%	28,6%	23,1%	9,5%
5. ¿Tomas precauciones habitualmente al llegar de la calle (desinfectando el móvil, las llaves, etc.)?	29,9%	21,8%	23,1%	15%	10,2%
6. ¿Te proteges habitualmente al tocar zonas de posible contagio, como pomos de puertas, ascensores, lectores de tarjetas de crédito, etc.?	5,4%	9,5%	12,2%	40,8%	32%

Al observar los resultados de dicha escala, podemos ver como no todas las conductas se llevan a cabo con la misma frecuencia. La que mayor porcentaje tiene en la frecuencia 5, es la del uso de la mascarilla (ítem 1) (89,8%). La segunda conducta mas utilizada por los participantes es la de mantener la distancia de seguridad (ítem 2), siendo los datos obtenidos de un 35,4% para la frecuencia “bastantes veces” y un 37,4% en la frecuencia “muchas veces”.

En cambio, en cuanto al hecho de desinfectar habitualmente los objetos y superficies con algún desinfectante (ítem 4) nos encontramos que solo un 9,5% dice hacerlo “siempre o casi siempre”. Y en el caso de protegerse habitualmente al tocar zonas de posible contagio (ítem 6), vemos que un 40,8% de la muestra ha escogido la puntuación 4 y un 32% de la puntuación 5.

Escala de Miedos al COVID (EMC- ULL)

Tabla 5. Porcentajes de respuestas en la Escala Miedo al Coronavirus (N=147)

Escala de Miedos al Coronavirus (EMC-ULL)	Nada o casi nada	Un poco	Bastante	Mucho	Muchísimo o extremadamente
1. Que pueda contagiarse del coronavirus	2%	11,6%	36,1%	32,7%	17,7%
2. Que pueda morir debido al coronavirus	12,2%	18,4%	25,9%	18,4%	25,2%
3. Que se contagie algún familiar o algún ser querido	0,7%	0,7%	10,2%	26,5%	61,9%
4. Que pueda morir algún familiar o algún ser querido	1,4%	1,4%	6,8%	12,9%	77,6%
5. Que algún familiar o algún ser querido pierda el trabajo	4,1%	7,5%	12,9%	32%	43,5%
6. Que te ocurra algo grave (un accidente, una enfermedad, etc.) y tenga que ir a urgencias	4,1%	11,6%	27,2%	33,3%	23,8%
7. No poder ver a familiares o amigos íntimos	0,7%	6,8%	16,3%	28,6%	47,6%
8. No poder celebrar cosas importantes (un cumpleaños, una fiesta, etc.)	10,2%	27,9%	29,9%	13,6%	18,4%
9. Estar aislado/a socialmente	5,4%	15%	29,3%	25,2%	25,2%

Al observar los resultados de la muestra en la escala de miedos al coronavirus, vimos que no todos los miedos tienen el mismo impacto en los participantes.

Encontramos que en el ítem 1, que se refiere al miedo a contagiarse de coronavirus un 36,1% han dicho que tienen “bastante miedo”, mientras que la puntuación 5 que sería la más alta, solo la han escogido un 17,7% de la muestra.

Al mirar el ítem 3 que se refiere a que se contagie algún familiar o ser querido un 61,9% de la muestra, que se refiere a 91 personas, han elegido una puntuación de 5.

En el caso de que pueda morir debido al coronavirus (ítem 2) solo un 25,2% dice tener “muchísimo o extremo miedo” y el 25,9% de la muestra dice tener “bastante”, mientras que al mirar el ítem 4 que hace referencia a que pueda morir algún familiar o ser querido observamos que un 77,6% de la muestra ha puntuado en “muchísimo o extremado miedo”, es decir 114 personas. La conclusión que obtenemos, tanto del miedo al contagio como a la muerte por coronavirus, es que la muestra experimenta mayor miedo cuando se trata de sus familiares.

Observamos que el miedo de tener que ir a urgencias si les ocurra algo grave (ítem 6) ha sido de “mucho” en un 33,3% de la muestra. Y en el ítem 7, que hace referencia a no poder ver a familiares y amigos íntimos, un 47,6% de la muestra ha escogido la puntuación de “muchísimo o extremadamente”.

En cuanto al miedo a no poder celebrar cosas importantes, como fiesta, cumpleaños, etc. ha sido de “muchísimos o extremadamente” solo de un 18,4%, reflejando así que es una

de las cosas que menos les afecta ante esta situación, ya que es el miedo en el que menor porcentaje se obtiene en la puntuación 5.

Por último, en cuanto al miedo a estar aislado socialmente (ítem 7) se ha obtenido el porcentaje de 50,4% entre las puntuaciones “mucho” y “muchísima o extremadamente”, mostrándonos que es uno de los mayores miedos que tiene la muestra, después de los referentes a sus familiares.

Escala GAD-7

Tabla 6. Medias de respuesta de los sujetos agrupados por variables sexo, edad y curso

SEXO		RANGO			CICLO		TODOS LOS SUJETOS
HOMBRES	MUJERES	1 (18 a 20)	2 (21 a 23)	3 (24 a 28)	1 (Primero y segundo)	2 (Tercer, cuarto y quinto)	24,3
24,1	24,3	23,8	25,1	23,4	24	24,5	

1-8	No se aprecia ansiedad
9-17	Se aprecian síntomas de ansiedad leves
18-26	Se aprecian síntomas de ansiedad moderados
27-35	Se aprecian síntomas de ansiedad severos

Esta escala, tiene su propia corrección, se suman las puntuaciones de todos los ítems de cada uno de los sujetos. A partir de estos resultados, se ha calculado la media de los sujetos en base a cada uno de los criterios, sexo, rango de edad, ciclo al que pertenecen según su curso y, además, la media de todas las respuestas de cada participante.

Por lo tanto, observamos que la media de todos los sujetos es bastante alta, apreciaríamos síntomas de ansiedad moderados. Vemos como en el caso de la variable sexo, existen muy pocas diferencias entre hombres y mujeres, en cambio, en cuanto a los rangos de edad, en el caso del rango 2 vemos que ha obtenido una puntuación media de 25,1 y esto nos hace ver que hay algo mas de diferencias con respecto a las otras edades y por último, en el caso de los cursos, por lo que se aprecian síntomas de ansiedad moderado.

Escala de Interferencias por el COVID

Tabla 7. Porcentajes de respuestas en la Escala Interferencias por el Coronavirus (N=147)

Escala de Interferencias por el COVID (EIC-ULL)	Nunca o casi nunca	Algunas veces	Bastantes veces	Muchas veces	Siempre o casi siempre
1. ¿Has tenido dificultades en los estudios (dificultades para estudiar)?	7,5%	23,8%	14,3%	25,2%	29,3%
2. ¿Has tenido problemas para ponerte en contacto con los distintos profesores?	15%	25,2%	19,7%	27,9%	12,2%
3. ¿Has tenido dificultades para ponerte en contacto con tus compañeros para llevar a cabo trabajos grupales?	30,6%	29,9%	17,7%	10,9%	10,9%
4. ¿Has tenido problemas para hacer los exámenes (parciales, convocatoria, etc.)?	17%	21,1%	27,2%	18,4%	16,3%
5. ¿Sientes que tu rendimiento ha disminuido debido al coronavirus?	15,6%	19%	10,9%	22,4%	32%
6. ¿Sientes que has aprendido tanto como de manera presencial?	27,9%	25,2%	26,5%	13,6%	6,8%
7. ¿Has conseguido tener la misma responsabilidad que cuando ibas de manera presencial?	23,8%	20,4%	27,2%	15,6%	12,9%
8. ¿Te ha costado adaptarte a las clases online?	19%	19%	27,2%	17%	17,7%
9. ¿Los profesores han hecho que las clases online sean sencillas?	21,1%	27,9%	32%	13,6%	5,4%
10. ¿Consigues mantener la concentración en las clases online?	33,3%	27,2%	29,3%	6,1%	4,1%
11. ¿Los profesores te permiten no asistir a clase aun cuando te toca ir?	28,9%	22,3%	19%	15,7%	14%
12. ¿Has echado en falta la participación directa con el profesor de cuando ibas de manera presencial?	12,2%	17,7%	21,8%	27,2%	21,1%
13. ¿Has sentido inseguridad con respecto a los conocimientos adquiridos durante este nuevo método?	6,8%	10,9%	27,9%	25,2%	29,3%

En el caso de esta escala, hemos visto, al obtener los porcentajes, que no todas las interferencias han sido igual de notorias para la muestra.

En el caso de haber tenido dificultades para estudiar (ítem 1) un 29,3% de la muestra, es decir, 43 personas, han puntuado en “siempre o casi siempre”.

Para el ítem 2, un 40,1% dice haberlos tenido en las puntuaciones 4 y 5, mientras que en el caso de haber tenido dificultad para ponerse en contacto con los compañeros (ítem 3) un 21,8% de la de la muestra dice haberlo tenido muchas veces y siempre o casi siempre. Esto nos permite ver que han tenido mas dificultades para ponerse en contacto con los profesores que son sus compañeros.

Para el ítem que hace referencia a el rendimiento (ítem 5), la mayor cantidad de respuestas se divide entre las puntuaciones máximas interpretando que la mayor cantidad de la muestra ha sentido que su rendimiento ha disminuido (54,4%).

En el ítem que hace referencia a haber aprendido tanto como de manera presencial (ítem 6), las respuestas nos dicen que la mayor parte de la muestra no lo siente así, ya que un 53,1% de la muestra total ha puntuado entre 1 y 2. El siguiente ítem, que pregunta sobre

la responsabilidad, vemos que se repiten más o menos los mismos resultados que en el ítem anterior, la muestra dice, no haberse sentido igual de responsable, ya que un 44,6% vuelve a puntuar entre 1 y 2.

En el ítem 8 que pregunta si les ha costado adaptarse a las clases online, el mayor porcentaje se encuentra en la puntuación 3. Mientras que cuando preguntamos si han conseguido mantener la concentración en las clases online (ítem 10), vemos cómo un 33,3% de la muestra, es decir, 49 personas, han respondido que nunca o casi nunca, seguido de un 27,2% y un 29,3% que responden a algunas veces o bastantes veces. Por lo tanto, concluimos con que nuestra muestra no ha conseguido mantener la concentración en las clases online.

Un 48,3% de la muestra dice haber echado en falta la participación directa con el profesor de cuando iban de manera presencial (ítem 12) en las puntuaciones 4 y 5. Y con respecto a los conocimientos adquiridos durante este nuevo método (ítem 13), el 29,3% de la muestra dice haber sentido en su máxima puntuación, mayor inseguridad.

Escala de experiencia positiva ante la adversidad

Tabla 8. Porcentajes de respuestas en la Escala Experiencia Positiva ante la Adversidad (N=147)

Escala de Experiencia Positiva ante la Adversidad (EEPA-ULL)	Nada o casi nada	Un poco	Bastante	Mucho	Muchísimo o extremadamente
1. He aprendido a organizar mejor mi tiempo para irlo sacando todo poco a poco.	11,6%	17%	34%	25,2%	12,2%
2. He descubierto qué soy capaz de sacar adelante de manera autónoma trabajos, exámenes, etc.	3,4%	9,5%	21,8%	42,2%	23,1%
3. Me he dado cuenta de que puedo trabajar sin tener que ir de manera presencial a la universidad.	8,2%	8,8%	26,5%	27,9%	28,6%
4. Esto me ha servido para tener mas confianza en mi mismo/a	18,4%	19,7%	34,7%	14,3%	12,9%
5. Me he dado cuenta de que podré sacar todo lo que me proponga por mi mismo/a	7,5%	14,3%	30,6%	33,3%	14,3%
6. He aprendido a valorar más las relaciones personales	0%	3,4%	12,2%	22,4%	61,9%
7. He conseguido valorar el tiempo con mis amigos y familiares	0,7%	2,7%	9,5%	17,7%	69,4%

En la escala de experiencias positivas ante la adversidad vemos que en el ítem 1, que hace referencia a haber aprendido a organizar mejor el tiempo, ha respondido un 34% de la muestra a la puntuación 3. En cuanto a haber descubierto que es capaz de sacar adelante de manera autónoma los trabajos, los exámenes, etc. (ítem 2), vemos que el 65,3% de la muestra dice haberlo sentido en “mucho” o “muchísimo-extremadamente”. Y en el caso

de haberse dado cuenta que pueden trabajar sin tener que ir de manera presencial a la Universidad (ítem 3) vemos que un 56,5% de la muestra ha elegido las puntuaciones más altas.

Para el ítem 4, todo esto le ha servido para tener más confianza en sí mismo la mayoría de la muestra ha puntuado en “bastante” (34,7%).

En el caso de haberse dado cuenta que pueden hacer todo lo que se proponen (ítem 5), el 33,3% de la muestra, es decir, 49 personas han usado la puntuación 4.

Cuando preguntamos si han aprendido a valorar más las relaciones personales (ítem 6), 91 persona, es decir, un 61,9% han elegido la máxima puntuación y el ítem 7, que hace referencia a la valoración del tiempo con sus amigos y familiares 102 personas es decir 69,4% han puntuado 5.

ANÁLISIS INFERENCIAL

Tabla 9. Significación de la escala EMC-ULL para la variable sexo (N=147)

Ítem significativos de la escala EMC para la variable sexo	Porcentaje de individuos que lo han experimentado con muchísima intensidad			χ^2
	Muestra total (N=147)	HOMBRE (n=27)	MUJER (n=140)	
1. (4) Que pueda morir algún familiar o algún ser querido	77,6%	63%	80,8%	11,211*
2. (6) Que te ocurra algo grave (un accidente, una enfermedad, etc.) y tenga que ir a urgencias	23,8%	11,1%	26,7%	10,55*
3. (7) No poder ver a familiares o amigos íntimos	47,6%	29,6%	51,7%	14,929*

Entre paréntesis se indica el número de la Escala de Miedos al COVID. * $p < 0.05$, ** $p < 0.1$

Al analizar si existe relación entre las variables del estudio y el sexo encontramos que en el ítem “*que pueda morir algún familiar o algún ser querido*” existen diferencias significativas (LR=11.211, $p=0.024$) en función del sexo siendo las mujeres quienes presentan puntuaciones más altas con respecto a los hombres (80.8% frente al 63% marcaron “muchísimo”). Estas diferencias también son significativas en el ítem “*que te ocurra algo grave*” (LR=10.550, $p=0.032$) donde también las mujeres presentan puntuaciones más altas respecto a los hombres (26.7% frente al 11.1% marcaron “muchísimo”). Asimismo, en el ítem “*no poder ver familiares o amigos íntimos*” las diferencias significativas se dan en el mismo sentido (LR=14.929, $p=0.005$) encontrando que las mujeres en un 51.7% marcan la opción “muchísimo” frente a un 29.6% de los hombres que marcan esa opción.

Tabla 10. Ítems significativos de escalas varias para la variable rangos de edad (N=147)

Ítem significativos de escalas varias para la variable rangos de edad	Porcentaje de individuos que lo han experimentado con muchísima intensidad				χ^2
	Muestra total (N=147)	RANGO 1 (n=69)	RANGO 2 (n=60)	RANGO 3 (n=18)	
1. (1. ECOVI-ULL) ¿Has tenido síntomas que podrían haber sido causados por el coronavirus?	28,6%	21,7%	40%	16,7%	6,668*
2. (5. UCP-ULL) ¿Tomas precauciones habitualmente al llegar de la calle (desinfectando el móvil, las llaves, etc.)?	10,2%	8,7%	5%	38,9%	22,531*
3. (2. EMC-ULL) Que pueda morir debido al coronavirus	25,2%	31,9%	21,7%	11,1%	16,874*
4. (4. EMC-ULL) Que pueda morir algún familiar o algún ser querido	77,6%	85,5%	78,3%	77,6%	16,205*
5. (8. EMC-ULL) No poder celebrar cosas importantes (un cumpleaños, una fiesta, etc.	18,4%	27,5%	6,7%	16,7%	23,138*
6. (11. EIC-ULL) ¿Los profesores te permiten no asistir a clase aun cuando te toca ir? (Responde solo si tienes semipresencialidad)	14%	1,7%	19,6%	43,8%	44,802**
7. (3. EEPA-ULL) Me he dado cuenta de que puedo trabajar sin tener que ir de manera presencial a la universidad.	28,6%	30,4%	18,3%	55,6%	22,606*
8. (4. EEPA-ULL) Esto me ha servido para tener mas confianza en mi mismo/a	69,4%	15,9%	3,3%	33,3%	18,590*

Entre paréntesis se encuentra el número de ítem de las distintas escalas, así como a la escala a la que pertenecen. * $p < 0.05$, ** $p < 0.1$

Al analizar la variable “edad” convertida en rangos observamos que existen diferencias significativas en el ítem “¿has tenido síntomas que podrían haber sido causados por el coronavirus?” ($\chi^2 = 6.668$; $p = 0.036$) donde los grupos de menor edad afirman en mayor medida haber tenido síntomas causados por el coronavirus (21.7% y 40%). También en el ítem “¿tomas precauciones habitualmente al llegar de la calle?” encontramos una relación de dependencia con la edad significativa a nivel estadístico (LR=18.734; $p = 0.004$) pudiendo observar que es el grupo de más edad el que toma mayores precauciones con respecto a las personas más jóvenes. Así pues, la edad está relacionada con el ítem “que pueda morir debido al coronavirus” (16.874; $p = 0.031$) encontrando que las personas del grupo de edad más joven puntúan más alto respecto a los de mayor edad, además de con el ítem “que pueda morir algún familiar o ser querido” (LR=16.205; $p = 0.040$) donde son las personas del grupo más joven las que reportan puntuaciones más altas. Las personas del grupo más jóvenes también indican en mayor medida que les ha “costado adaptarse a las clases online” (LR=23.138; $p = 0.003$); sin embargo, son los del grupo de mayor edad los que afirman que los profesores les permiten no asistir a clase (LR= 44.802; $p = 0.000$) y, además, también son los que indican en mayor medida que se han dado cuenta de que pueden trabajar sin tener que ir a la universidad de manera

presencial (LR=22.606; p=0.004) y los que indican en mayor medida que les ha servido para tener más confianza en sí mismos (LR=18.590; p=0.017).

Tabla 11. Significación de la escala EIC-ULL para la variable ciclo (N=147)

Único ítem significativos de la escala EIC-ULL para la variable ciclo en base al curso	Porcentaje de individuos que lo han experimentado con muchísima intensidad			
	Muestra total (N=147)	CICLO 1 (N=64)	CICLO 2 (N=83)	χ^2
1. (11) ¿Los profesores te permiten no asistir a clase aun cuando te toca ir? (Responde solo si tienes semipresencialidad)	14%	3,4%	23,8	31,90**

Entre paréntesis se encuentra el número de ítem de la Escala de interferencia por el COVID.

*p<0.05, **p<0.1

Al analizar la variable curso (establecida en dos categorías: primer ciclo y segundo ciclo) observamos relación significativa con “*los profesores te permiten no asistir a clase*” ($\chi^2=31.900$; p=0.000) siendo los estudiantes de segundo ciclo los que tienen permitido en mayor medida no asistir.

Tabla 12. Medias de las escalas convertidas en variables comparando sexos

Tabla de medias de distintas escalas									
UCP-ULL		EMC-ULL		GAD-7		EIC-ULL		EEPA-ULL	
Mujer	Hombre	Mujer	Hombre	Mujer	Hombre	Mujer	Hombre	Mujer	Hombre
3,5361	3,4568	3,8463	3,6091	3,4726	3,4497	2,8868	2,9214	3,6798	3,5026

La variable sexo también ha sido analizada teniendo en cuenta las variables cuantitativas creadas. Así pues, realizada la prueba t para muestras independientes y asumiendo varianzas iguales tras la prueba de Levene (p>0.05) no encontramos diferencias estadísticamente significativas entre ambos sexos para ninguna de las escalas. Sin embargo, observamos a nivel descriptivo que la media de las mujeres es ligeramente más alta en las escalas UCP-ULL, EMC-ULL, GAD-7 y EEPA-ULL, mientras que ligeramente más alta la media de los hombres en la escala EIC-ULL.

Analizamos también la variable edad en rangos utilizando la prueba de ANOVA para comprobar si existen diferencias con respecto a las variables creadas, cuando se calcularon las puntuaciones medias de cada una de las escalas, obteniendo así cinco variables cuantitativas. Encontramos significación estadística en la escala EMC-ULL (F=3.384; p=0.037) observando, tras realizar la prueba DMS para comparaciones múltiples, que la diferencia se da entre el grupo 1 (de 18 a 20 años) y 3 (de 24 a 28 años), los cuales tienen medias significativamente distintas.

DISCUSIÓN

El propósito fundamental de este estudio ha sido examinar las interferencias causadas por la pandemia de la COVID-19 en el ámbito escolar en estudiantes de la Universidad de La Laguna, así como las vivencias generales con el coronavirus a raíz de la declaración del Estado de Alarma y la posterior nueva normalidad producida por la pandemia. De manera específica se ha estudiado: (1) la experiencia directa con el coronavirus, (2) el uso de conductas preventivas, (3) los miedos relacionados con la COVID-19, (4) la ansiedad generalizada, (5) las interferencias por el coronavirus y (6) las experiencias positivas ante estas situaciones.

Según los objetivos marcados, observamos cómo, en relación con los resultados de las experiencias vividas a raíz de la COVID-19, vale la pena señalar que de un tercio de la muestra que manifestó haber tenido síntomas, el diagnóstico sólo se confirmó en menos de un 5% de los casos. Este dato nos lleva a pensar que, o bien los síntomas aparecieron al principio cuando no se hacían pruebas para el diagnóstico, o bien existía un elemento de sugestión importante en la muestra.

Además, llama la atención que el 50% de la muestra no se fía de la información que se da en los medios de comunicación. Esto puede darse porque se han escuchado muchas versiones distintas sobre el coronavirus (sus efectos, sus secuelas, etc.) y esto probablemente haya provocado que la gente no tenga confianza sobre lo que escucha. Al no confiarse de la información oficial, la realidad en la que viven es más incierta y ambigua, lo que provoca que aumente la incertidumbre y a mayor incertidumbre mayor es la ansiedad.

Por otra parte, un gran porcentaje de la muestra manifiesta el convencimiento de que, si toman las precauciones necesarias, podrán evitar el contagio. Sin embargo, cuando observamos la escala del uso de conductas preventivas (Tabla 4), acciones como mantener la distancia de seguridad, desinfectar las superficies o los objetos al llegar a casa, no obtienen altos porcentajes en las frecuencias altas o muy altas. Se deduce que, quizás, existe un elemento de falsa seguridad, ya que, aunque están seguros de que llevando a cabo estas precauciones podrían no arriesgarse, en la práctica no todos las efectúan. La única precaución que toman casi el 90% de los sujetos, en su frecuencia máxima, es la de llevar la mascarilla y entendemos que esto se debe a la obligación legal que se ha impuesto.

Los miedos más comunes dentro de la muestra son los relacionados con la salud de los familiares, seguidos del aislamiento y la preocupación por el trabajo de familiares o seres

queridos. Algunos miedos parecen especialmente graves, ya que son experimentados de forma muy intensa por más del 60% de los participantes. Entre estos miedos se incluyen los temores al contagio o al fallecimiento de los familiares. Le siguen con porcentajes un poco más bajos, el temor a no volver a ver a familiares y amigos y, por último, el miedo a que algún familiar o ser querido pierda el trabajo. Por tanto, entendemos que, al tener una muestra con edad media de 20,6 años, el miedo al contagio que se experimenta es mayor por el riesgo que pueden correr sus familiares que por ellos mismos, ya que se ha comprobado que esta enfermedad afecta, en mayor medida, a la población de más alta edad.

Además, cabe destacar que ha habido diferencias significativas en tres miedos en sus puntuaciones máximas, entre hombres y mujeres. Las mujeres sienten mayor preocupación que los hombres en los tres, que coinciden con las dos preocupaciones por los familiares, descritos anteriormente y el otro, que hace referencia al miedo de que ocurra algo y por esto haya que ir a urgencias, por posible contagio dentro de este recinto. Al analizarlos con la variable rangos de edad, encontramos diferencias significativas en los miedos referidos a la muerte, tanto de ellos mismos, como de sus familiares, y en el miedo a no poder celebrar cosas importantes. En los tres ítems, son los del grupo de menor edad (de 18 a 20 años), los que reportan puntuaciones más altas de manera significativa. Se puede deducir que el miedo a la muerte en el caso de sus familiares viene dado por la influencia del virus en la mortalidad y en el caso de ellos mismos, porque se han visto con una realidad latente, donde mucha gente cercana a sufrido y les ha hecho plantearse el valor de la vida siendo muy jóvenes. En cuanto el temor a no poder celebrar fiestas refleja el ansia por comenzar a vivir una nueva etapa que viene dada al cumplir la mayoría de edad.

Cuando observamos los resultados que están relacionados con la ansiedad generalizada, encontramos que la media de todos los sujetos es bastante alta. Esto nos hace entender que ha existido una incidencia directa provocada por la situación en la ansiedad de la muestra. Además, cabe destacar que las diferencias entre los grupos de las distintas variables estudiadas son insignificantes, excepto en el grupo del rango 2 (de 21 a 23 años), que obtiene más de un punto de diferencia, por lo que cabría pensar que, al estar adaptados al sistema presencial, la incertidumbre de este nuevo método les ha creado mayor ansiedad que al grupo de menor edad, ya que su experiencia no les permite compararlo con otro sistema.

Otro de los objetivos de esta investigación era estudiar la experiencia de los alumnos al enfrentarse a la enseñanza online. Para esto, se creó una escala que midiera las interferencias en el ámbito de enseñanza debidas al coronavirus. Más de la mitad de la muestra expresa haber tenido problemas para estudiar en intensidad elevada o extrema, ya que el hecho de estar en sus casas, con sus familiares, los ruidos de la calle, la incertidumbre, la falta de familiaridad con las clases online, etc., no facilita que el estudio se llevara a cabo con total eficacia.

Por otro lado, cabe destacar que existe una diferencia a la hora de contactar con profesores y compañeros. Más de la mitad de la muestra afirma no haber tenido nunca o alguna vez problemas a la hora de contactar con los compañeros. En cambio, a la hora de ponerse en contacto con los profesores, un tercio de la muestra dice haber tenido problemas en frecuencia elevada o extrema. Esto nos lleva a pensar que tener redes sociales o aplicaciones como WhatsApp hace más sencilla la comunicación entre alumnos, mientras que, el correo, que es el medio de intercambio habitual entre alumnos y profesores, es menos efectivo. Este sistema es más protocolar y menos inmediato, causando un cúmulo de mensajes a los profesores que provoca dificultades a la hora de responder cada uno de estos de manera individual. No obstante, si el alumnado compartiera la información para enviar consultas comunes, la comunicación sería más fluida.

Cuando se pregunta sobre los exámenes online, observamos que el mayor porcentaje de los participantes dicen haber tenido problemas en una frecuencia media, lo que nos lleva a pensar que, por lo general, no se han tenido muchas dificultades para llevar a cabo esta tarea.

En cuanto al rendimiento y la inseguridad con respecto a los conocimientos adquiridos, vemos que porcentajes bastantes altos de la muestra dicen haberlo sentirlo. Interpretamos que la implicación de los alumnos no ha sido la misma que cuando la enseñanza era presencial, además de que el rendimiento, la concentración y la atención de los alumnos se ve afectada por el ambiente del hogar. Todo esto lo hallamos reflejado en el resultado del ítem que pregunta *“si han aprendido tanto como de manera presencial”*: menos de un 10% dice haberlo hecho igual en su máxima frecuencia, mientras que la mayor cantidad de respuestas las encontramos en las frecuencias más bajas. Esto nos lleva a corroborar la información anterior. En cuanto a la responsabilidad de los alumnos comparada con la que tenían cuando iban de manera presencial, volvemos a ver que el resultado es similar al de los ítems anteriormente comentados: muy pocos dicen haberlo

tenido en su máxima puntuación, mientras que los porcentajes más altos están repartidos en las puntuaciones más bajas.

Los alumnos no han expresado grandes problemas en la adaptación a las clases online, al contrario que en el ítem referente a la concentración en estas, ya que se ha observado un mayor porcentaje en las puntuaciones más bajas. Por lo tanto, interpretamos que la muestra no expresa grandes problemas con el uso de las nuevas tecnologías, reflejándose esto en los resultados expresados ante la adaptación a las clases online, aunque esto no descarta que hayan tenido dificultades a la hora de concentrarse por causa del entorno, como hemos detallado anteriormente.

Por otro lado, algo que ha llamado la atención es que el alumnado siente que ha echado en falta la participación directa con el profesor, como cuando las clases eran presenciales. Es obvio que no es igual la comunicación de dos personas cara a cara que a través de una pantalla, pues es mucho más frío e impersonal.

Cabe destacar que al observar la significación de las puntuaciones de la muestra en el ítem “*¿Los profesores te permiten no asistir a clase aun cuando te toca ir?*”, al comparar los porcentajes de individuos que han puntuado 5, tanto en el caso de los grupos creados para comparar las edades, como el de los creados para comparar los cursos, el grupo de mayor edad, (de 24 a 28 años) y el grupo del ciclo 2, (de tercero a quinto), obtienen puntuaciones mayores con respecto a los otros grupos. Deducimos que quizás los profesores piensan que los alumnos más pequeños o de nuevo ingreso necesitan un poco más de guía y orientación, mientras que los mayores, que ya han cursado varios años, tienen mayor experiencia.

Por último, al crear variables cuantitativas con las escalas, observamos cómo en todas las escalas, las mujeres puntúan un poco más alto que los hombres, excepto en el caso de la escala de interferencias por el COVID. En este caso son los hombres los que obtienen una media mayor que las mujeres, por lo que interpretamos que quizás los hombres se han visto más desbordados por esta situación, en el ámbito estudiantil, que las mujeres.

Y como no todo es malo, también se ha querido estudiar las experiencias positivas ante la adversidad. Los tres primeros ítems de esta escala hacen referencia a experiencias positivas en el ámbito universitario. En cuanto a organizar mejor el tiempo, las puntuaciones no parecen indicar que esta habilidad haya mejorado. Sin embargo, en cuanto a darse cuenta de que son capaces de sacar el trabajo adelante de manera autónoma y de que pueden trabajar sin ir a la universidad de manera presencial, los porcentajes referentes a la intensidad elevada y extrema son muy altos. Interpretamos, por tanto, que,

por muchos problemas que hayan podido tener para llevar a cabo las tareas desde sus casas, han conseguido concluir algo positivo de todo esto, como es el darse cuenta de que por ellos mismos pueden sacar adelante casi cualquier cosa. Además, casi un tercio de la muestra ha conseguido tener más confianza en sí mismos, puesto que han tenido que ser independientes y eso les ha ayudado a entender que por ellos mismos pueden conseguirlo. En el caso de los ítem referentes a la vida personal, vemos cómo cuando se habla de la superación de cualquier cosa por ellos mismos, casi la mitad de la muestra puntúa en intensidad elevada o extrema, pero, lo más importante de todo para los participantes es que han sido capaces de valorar más las relaciones personales y que han conseguido valorar el tiempo que pasan con sus familiares y amigos, deduciendo de todo esto que, al haber estado tanto tiempo separados por el confinamiento, y después, al haber cumplido con todas las restricciones que se iban marcando, el sentimiento hacia sus seres queridos ha aumentado considerablemente.

Por último, en cuanto a la significación de esta escala, hemos visto que el grupo de rango 3, es decir los de la edad comprendida entre los 24 y los 28 años, han puntuado más alto con respecto a los otros grupos, en los ítems *“me he dado cuenta de que puedo trabajar sin tener que ir de manera presencial a la universidad”* y *“esto me ha servido para tener mas confianza en mi mismo/a”*, interpretamos que, al ser mayores, al estar en cursos más altos y al haber pasado ya por varios cursos de la carrera, sienten mayor confianza en lo que implica trabajar de manera autónoma y esto, obviamente, les ha servido para aumentar la confianza en ellos mismos.

Para concluir, me parece importante destacar el valor de conocer de primera mano y con datos reales el impacto de esta experiencia por la que hoy en día seguimos pasando, consiguiendo así corregir y evitar repetir errores que se hayan podido cometer ante la inexperiencia de un método que no es el habitual en el centro estudiado.

REFERENCIAS

- Boletín Oficial del Estado (BOE) (2020). *Real Decreto 463/2020, de 14 de marzo, por el que se declara el estado de alarma para la gestión de la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19*. Recuperado de:
<https://www.boe.es/eli/es/rd/2020/03/14/463>.
- elEconomista.es. (2021). *El paro sube en 527.900 personas en 2020 y se destruyen 622.600 empleos, los peores datos desde 2012*. Recuperado de:
<https://www.eleconomista.es/economia/noticias/11017392/01/21/El-paro-sube-en-527900-personas-en-2020-y-se-destruyen-622600-empleos-los-peores-datos-desde-2012.html>
- García-Campayo J., Zamorano E., Ruiz MA., Pardo A., Pérez-Páramo M., López-Gómez V., Freire o., Rejas J., Cultural adaption into Spanish of the generalized anxiety disorder-7 (GAD-) scale as a screening tool. Health Qual Life Outcomes. *Cultural adaptation into Spanish of the generalized anxiety disorder-7 (GAD-7) scale as a screening tool*. (2010). PubMed Central (PMC). Recuperado de:
https://www.repositoriosalud.es/bitstream/10668/2456/2/TranstornoAnsiedad_GuiaRapida_2015.pdf
- La Moncloa. (2021) *El número de personas en ERTE se sitúa en 755.000 a 31 de diciembre*. Gobierno de España. La Moncloa. Recuperado de:
<https://www.lamoncloa.gob.es/serviciosdeprensa/notasprensa/inclusion/Paginas/2021/050120-erte.aspx>
- Sandín, B., Valiente, R., García-Escalera, J., & Chorot, P. (2020). Impacto psicológico de la pandemia de COVID-19: Efectos negativos y positivos en población española asociados al periodo de confinamiento nacional. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 25(1), 1–22.
<https://doi.org/10.5944/rppc.27569>
- Wikipedia (2020a). Anexo: *Cronología de la pandemia de enfermedad por coronavirus de 2019-2020*. https://es.wikipedia.org/wiki/Anexo:Cronolog%C3%ADa_de_la_pandemia_de_enfermedad_por_coronavirus_de_2019-2020. Recuperado de:
https://es.wikipedia.org/wiki/Pandemia_de_COVID-19

Wikipedia (2020b). *Pandemia de enfermedad por coronavirus de 2020 en España*.

https://es.wikipedia.org/wiki/Pandemia_de_

[enfermedad_por_coronavirus_de_2020_en_Espa%C3%B1a](https://es.wikipedia.org/wiki/Pandemia_de_). Recuperado de:

https://es.wikipedia.org/wiki/Anexo:Cronolog%C3%ADa_de_la_pandemia_de_

[COVID-19_en_Espa%C3%B1a](https://es.wikipedia.org/wiki/Anexo:Cronolog%C3%ADa_de_la_pandemia_de_)

ANEXO I. Cuestionario de impacto psicológico del COVID-19 en estudiantes.

(1) PREGUNTAS INICIALES

1. Edad (en número)
2. Sexo: Mujer Hombre Otro
3. ¿En qué universidad estudias?
4. ¿Qué carrera estás estudiando?
5. ¿En que curso estás?

(2) EXPERIENCIA CON EL CORONAVIRUS (ECOVI)

A continuación, vas a encontrar una serie de preguntas que tienen que ver con tu experiencia con el COVID.

1. ¿Has tenido síntomas que podrían haber sido causados por el coronavirus? Si No
2. ¿Te han confirmado un diagnóstico por el **coronavirus**? Si No
3. ¿Ha estado contagiada por el coronavirus alguna persona que vive contigo? Si No
4. ¿Ha estado contagiada por coronavirus algún familiar cercano o amigo íntimo que no viva contigo? Si No
5. ¿Crees que puedes evitar el contagio por coronavirus si tomas las medidas de precaución necesarias? Si No
6. ¿Te fías de la información que aparece en relación con el coronavirus en los medios de comunicación? Si No

(3) USO DE CONDUCTAS PREVENTIVAS (UPC)

Ahora verás preguntas relacionadas con las conductas que hacen que se evite el contagio. Contéstalas aplicándolas a ti mismo/a. Recuerda que necesito que contestes con total sinceridad y que todas las respuestas son anónimas

Nunca o casi nunca = 1
Algunas veces = 2
Bastantes veces = 3
Muchas veces = 4
Siempre o casi siempre = 5

1. ¿Utilizas siempre o casi siempre mascarilla cuando sales de casa?
2. ¿Mantienes siempre la distancia de seguridad con otras personas fuera de casa (al menos 2 metros)?
3. ¿Crees que te lavas o desinfectas las manos con excesiva frecuencia?
4. ¿Desinfectas habitualmente los objetos y superficies con gel desinfectante, lejía, alcohol, etc.?
5. ¿Tomas precauciones habitualmente al llegar de la calle (desinfectando el móvil, las llaves, etc.)?
6. ¿Te proteges habitualmente al tocar zonas de posible contagio, como pomos de puertas, ascensores, lectores de tarjetas de crédito, etc.?

(4) ESCALA DE MIEDOS AL CORONAVIRUS (EMC)

Indica cuanto miedo y preocupación has experimentado o experimentas actualmente cuando piensas en las situaciones que se indican a continuación relacionadas con el coronavirus.

Nada o casi nada = 1
Un poco = 2
Bastante = 3
Mucho = 4
Muchísimo o extremadamente = 5

1. Que pueda contagiarse del coronavirus.
2. Que pueda morir debido al coronavirus.
3. Que se contagie algún familiar o algún ser querido.
4. Que pueda morir algún familiar o algún ser querido.
5. Que algún familiar o algún ser querido pierda el trabajo.
6. Que te ocurra algo grave (un accidente, una enfermedad, etc.) y tenga que ir a urgencias.
7. No poder ver a familiares o amigos íntimos.
8. No poder celebrar cosas importantes (un cumpleaños, una fiesta, etc.)
9. Estar aislado/a socialmente.

(5) ESCALA GAD-7

A continuación, se exponen algunas experiencias emocionales. Por favor, indica con qué frecuencia has experimentado cada una de estas experiencias durante últimos los 15 días.

Nunca o casi nunca = 1
Algunas veces = 2
Bastantes veces = 3
Muchas veces = 4
Siempre o casi siempre = 5

1. Te has sentido nervioso, ansioso o muy alterado.
2. No has podido dejar de preocuparte.
3. Te has preocupado excesivamente por diferentes cosas.
4. Has tenido dificultad para relajarte.
5. Te has sentido tan intranquilo que no podías estarte quieto.
6. Te has irritado o enfadado con facilidad.
7. Has sentido miedo, como si fuera a suceder algo terrible.

(6) ESCALA DE INTERFERENCIA POR EL COVID (EIC)

¿Se ha visto perturbada tu vida por culpa del coronavirus? Indica la frecuencia con la que ha ocurrido

Nunca o casi nunca = 1
Algunas veces = 2
Bastantes veces = 3
Muchas veces = 4
Siempre o casi siempre = 5

1. ¿Has tenido dificultades en los estudios (dificultades para estudiar)?
2. ¿Has tenido problemas para ponerte en contacto con los distintos profesores?
3. ¿Has tenido dificultades para ponerte en contacto con tus compañeros para llevar a cabo trabajos grupales?
4. ¿Has tenido problemas para hacer los exámenes (parciales, convocatoria, etc.)
5. ¿Sientes que tu rendimiento ha disminuido debido al coronavirus?
6. ¿Sientes que has aprendido tanto como de manera presencial?
7. ¿Has conseguido tener la misma responsabilidad que cuando ibas de manera presencial?
8. ¿Te ha costado adaptarte a las clases online?
9. ¿Los profesores han hecho que las clases online sean sencillas?
10. ¿Consigues mantener la concentración en las clases online?
11. ¿Los profesores te permiten no asistir a clase aun cuando te toca ir? (Responde solo si tienes semipresencialidad)?
12. ¿Has echado en falta la participación directa con el profesor de cuando ibas de manera presencial?
13. ¿Has sentido inseguridad con respecto a los conocimientos adquiridos durante este nuevo método?

(7) ESCALA DE EXPERIENCIA POSITIVA ANTE LAS ADVERSIDADES (EEPA)

Las situaciones adversas pueden hacernos ver o vivir experiencias positivas. El coronavirus tiene muchas cosas negativas, pero para algunas personas puede que todo esto haya tenido consecuencias positivas. Indica hasta que punto cada afirmación es aplicable a ti.

Nada o casi nada = 1
Un poco = 2
Bastante = 3
Mucho = 4
Muchísimo o extremadamente = 5

1. He aprendido a organizar mejor mi tiempo para irlo sacando todo poco a poco.
2. He descubierto qué soy capaz de sacar adelante de manera autónoma trabajos, exámenes, etc.
3. Me he dado cuenta de que puedo trabajar sin tener que ir de manera presencial a la universidad.
4. Esto me ha servido para tener mas confianza en mi mismo/a.
5. Me he dado cuenta de que podré sacar todo lo que me proponga por mi mismo/a
6. He aprendido a valorar más las relaciones personales.
7. He conseguido valorar el tiempo con mis amigos y familiares.