

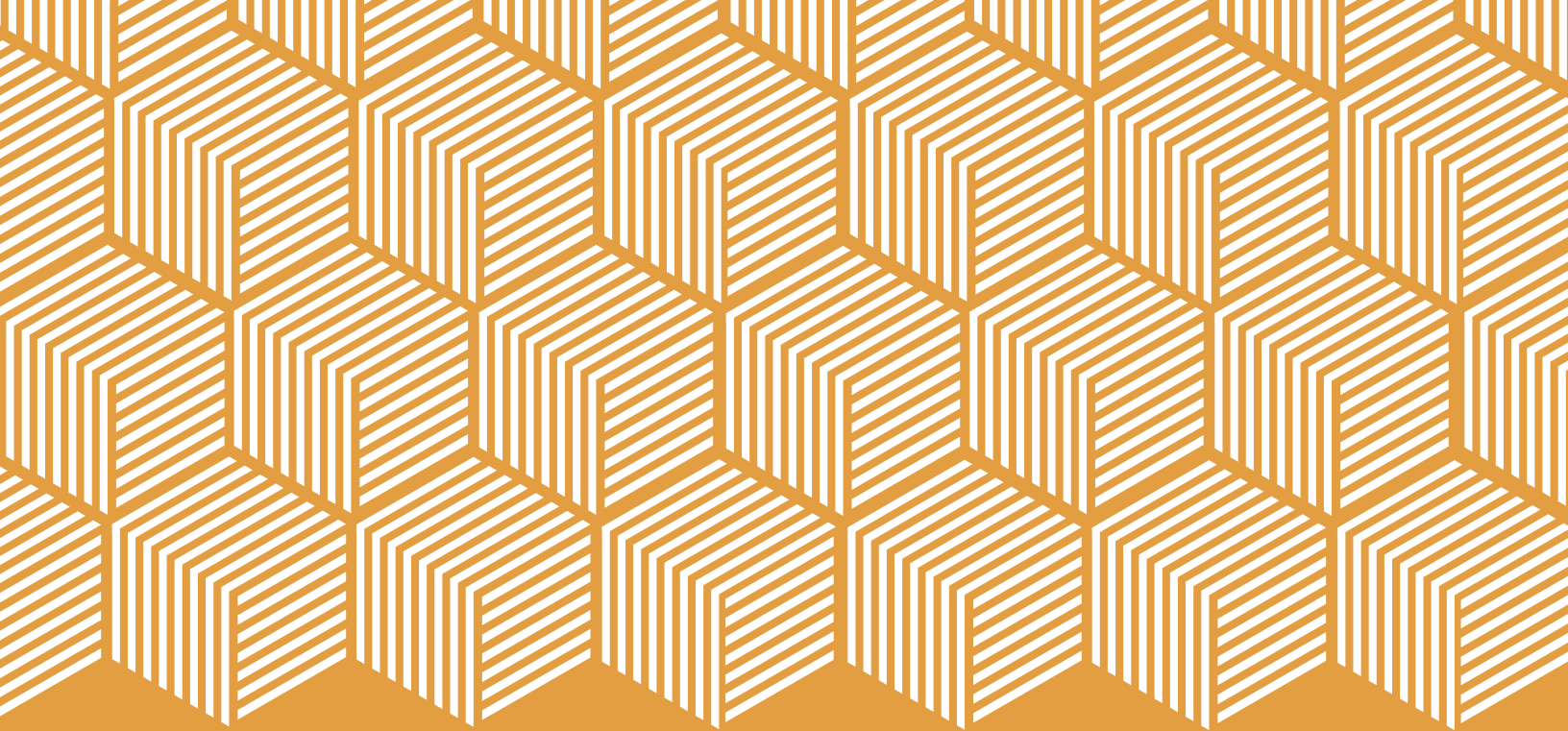


EL BIENESTAR ANTES, DURANTE Y DESPUÉS DE LA PANDEMIA

Centro de Estudios en Bienestar
y Convivencia Social (CEBCS)

Facultad de Psicología - Universidad del Desarrollo

Enero 2021



III. Efectos del Período de Pandemia en el Bienestar de Adolescentes Chilenos

Autores: Matías Rodríguez Rivas, Tamara Cabrera Malthess, Mariavictoria Benavente Delgado, Daniela Pacheco Olmedo, Roberto Melipillán Araneda, Jaime Alfaro Inzunza, Jorge Varela Torres, Fernando Reyes Reyes.



Introducción

El año 2020 ha significado grandes dificultades, cambios y desafíos para la humanidad. En marzo de este año se declaró mundialmente la pandemia por la Enfermedad por Coronavirus 2019 (CoViD-19), conllevando a tomar a nivel nacional e internacional una serie de estrategias para intentar contener su expansión (Organización Mundial de la Salud [WHO en inglés], 2020), tales como el confinamiento y medidas de distanciamiento social (Gatto et al., 2020). De esta forma, para niños, niñas y adolescentes significó no solo la suspensión de clases presenciales y la instauración de metodologías de aprendizaje a distancia (Ministerio de Educación [Mineduc], 2020), sino que además ha representado diversas alteraciones derivadas de este período especialmente complejo a nivel social, económico e individual.

La pandemia ha significado así meses de confinamiento, incertidumbre y exposición a información acerca de la enfermedad, expresados a través del miedo a ser agentes del contagio, la propia enfermedad e incluso la muerte de familiares y conocidos. Así, toda la población se ha visto sometida a niveles de estrés significativamente mayores a los habituales (Liang, 2020). Sumado a esto, la limitación del contacto con familiares, amistades y pares ha afectado significativamente el bienestar de los adolescentes y menores, siendo esta etapa un período sensible para el desarrollo social y cognitivo (Blakemore & Mills, 2014).

Es así, que el bienestar subjetivo y la satisfacción vital configuran dimensiones claves para el desarrollo infantil y adolescente, integralmente vinculado a una amplia gama de indicadores físicos, emocionales y sociales de funcionamiento humano positivo (Jiang, Huebner y Hills, 2013), relacionándose con la integración social de las personas, su salud integral y su participación en la vida y organización comunitaria. La literatura informa de la asociación entre bienestar y satisfacción vital en niños y adolescentes con salud física y mental (Park, 2004), ausencia de riesgo, abuso alcohol, tabaco y drogas, y violencia (Proctor, Linley y Maltby, 2009), rendimiento-éxito educativo (Park, 2004), relaciones positivas con padres (Gilman y Huebner 2006), calidad de las relaciones interpersonales (Valois et al., 2009), conexión familia, escuela, pares y vecindario, en particular con mayor fuerza para contextos familiares y escolares (Jose, Ryan y Pryor, 2012). De igual manera, el estrés es una variable relevante para el bienestar. Se ha reportado la asociación entre la exposición al estrés y la experiencia subjetiva de satisfacción vital en la infancia y adolescencia (Valle, Huebner & Suldo, 2006). Al respecto se señala que el tipo de estrategia de afrontamiento al estrés utilizada predice longitudinalmente la trayectoria del bienestar en niños y adolescentes (Thomsen et al., 2015). Por otra parte, también se ha informado de la función de amortiguación de los efectos negativos del estrés que tendría la satisfacción vital (Suldo & Huebner, 2004).

Las medidas de distanciamiento social, necesarias y positivas en el control de la propagación de la pandemia, pueden tener impactos negativos, en diferentes contextos de desarrollo vital de las personas (Liang, 2020). No obstante, aún no se conoce suficiente sobre los efectos psicológicos y sociales que la experiencia de confinamiento puede tener en la infancia y adolescencia, junto con las estrategias efectivas de prevención y mitigación de sus diversas consecuencias (Linhares & Enumo, 2020).

Estudios producidos a la fecha reportan influencias de este contexto, en el comportamiento diario de las personas, causando ansiedad, miedo, depresión y pánico (Holmes et al., 2020; Jiao et al., 2020).

Al respecto Wang, Zhang, Zhao, Zhang y Jiang (2020) reportaron que el confinamiento en el hogar de 220 millones de niños, niñas y adolescentes chinos, aumentó la presencia de miedo a la infección, frustración y aburrimiento cotidiano, falta de información adecuada, falta de contacto personal con amigos y maestros, falta de espacio personal en el hogar y la pérdida financiera de la familia.

Asimismo, en niños, niñas y adolescentes, se ha presentado un aumento significativo en síntomas de depresión y ansiedad (Duan et al., 2020). Se ha postulado así, que el cierre de los establecimientos educacionales ha impactado negativamente en el bienestar de esta población, debido a una combinación de la crisis de salud pública, aislamiento social, consecuencias económicas y los determinantes sociales de la salud (Golberstein et al., 2020). Además, diversos factores podrían impactar y modelar este efecto, incluyendo la experiencia previa de eventos vitales estresantes, confinamiento en el hogar extendido, duelos repentinos, violencia intrafamiliar, sobreuso de internet y redes sociales (Guessoum et al., 2020). Sin embargo, actualmente no hay suficiente investigación del impacto que la inseguridad y la incertidumbre que genera el contexto actual tendrían específicamente en el funcionamiento psicológico en la infancia (Muratori y Ciacchini, 2020) y adolescencia.

A partir de los antecedentes presentados, se desarrolla el estudio de Efectos de la Cuarentena en el Bienestar Adolescentes, complementario al estudio longitudinal del bienestar en la adolescencia que se encuentra en curso, con el objetivo de conocer el efecto que la experiencia CoViD-19 ha tenido en los niveles de bienestar en la adolescencia y si este efecto puede ser moderado/mediado por las estrategias de afrontamiento personal utilizada por los y las adolescentes.

Se presentan resultados preliminares, abordando diferencias por género que se presentan como significativas, así como resultados de las percepciones de niños, niñas y adolescentes acerca de su experiencia durante el periodo de pandemia.



Metodología

Los datos fueron recolectados entre octubre y diciembre del año 2020, con un total de 219 estudiantes (42,45% hombres, 57,55% mujeres, 5 'otros', excluidos de los análisis) entre los cursos de 1ero a 4to año medio ($M=15.06$ años; $DE=1.21$), de establecimientos educacionales de las regiones de Valparaíso ($n=1$), La Araucanía ($n=1$) y Metropolitana ($n=1$). Asociado al formato de aplicación de la encuesta, se conforma como criterios de inclusión la necesidad de una conexión de internet estable. Asimismo, se considera como criterios de exclusión dificultades significativas en la lectoescritura.

Instrumentos

Escala de satisfacción con la vida de los estudiantes (SLSS) *Huebner*: Instrumento creado por Huebner (1991) para medir satisfacción global con la vida en niños y adolescentes de 8 a 18 años. La traducción al español por Galíndez y Casas (2010), cuenta con propiedades psicométricas adecuadas para niños y niñas chilenos de 10 a 12 años (Alfaro y cols., 2016) y adolescentes chilenos (Benavente, Cova, Alfaro y Varela, 2018).

Escala de Afectos nucleares de Russell (2003): Compuesta por 6 ítems que exploran afectos positivos y negativos a través de una escala de respuesta de frecuencia de las últimas dos semanas de estos estados afectivos. Ha sido ampliamente utilizada en diversos contextos con niños, niñas y adolescentes.

Escala de Estrés Percibido: Desarrollada por Cohen, Kamarck y Mermelstein (1983), evalúa el nivel en el que distintas experiencias cotidianas son valoradas de manera estresante. Mediante sus preguntas se mide el grado en el que las personas sienten que tienen control sobre las situaciones que le rodean. La escala de respuesta es de tipo Likert y mayores puntajes implican un mayor nivel de estrés. Su versión original cuenta con 14 ítems, siendo probada hasta la fecha versiones alternativas de 10 y 4 ítems, no obstante, la versión que ofrece mejores ajustes es la de 10 reactivos (Pedrero-Pérez, et al., 2015).

Cuestionario CoViD elaborado ad hoc: Desarrollado para el presente estudio, consta con secciones que tienen como objetivo explorar diferentes dimensiones de la experiencia de la pandemia, estas incluyen: comunicaciones, espacio disponible, dimensión personal, convivencia familiar, pares, actividades escolares y vivencia en torno a la enfermedad.

Procedimiento

Se contactó a establecimientos educacionales de las regiones Metropolitana, Valparaíso y La Araucanía a través de las redes establecidas por el equipo de investigación. La selección de las regiones se atribuye a poder tener una heterogeneidad amplia en cuanto a las características de confinamiento y cuarentas vividas durante los meses desde la declaración de la pandemia. A los establecimientos educacionales que mostraron interés, se dio a conocer los objetivos del estudio, la metodología y las consideraciones éticas para la evaluación de los estudiantes.

Luego de compromiso de evaluación por los directivos, los padres y apoderados de los estudiantes fueron contactados a través del establecimiento educacional, informando la realización de la encuesta, incluyendo un video instructivo y un consentimiento pasivo. Así, aquellos padres que no estuvieran de acuerdo con la evaluación debían rellenar un formulario señalando dicha intención. La aplicación de la encuesta fue vía web, a través de la plataforma Alchemer, previamente SurveyGizmo. En esta plataforma se incluía un video instructivo, así como el asentimiento y el consentimiento para aquellos estudiantes que puedan ser mayores de 18 años. La recolección se presentó en dos formatos. El primero, un link fue distribuido a los estudiantes a través de plataformas web de los establecimientos o a sus correos electrónicos, o en un segundo caso, la aplicación de la encuesta fue realizada vía videollamada de forma sincrónica en una sesión de clases.

Finalmente, este estudio presenta aprobación ética por parte de la Agencia Nacional de Investigación y Desarrollo, en el marco de ser estudio complementario a '*Estudio longitudinal de factores individuales y escolares predictores de la trayectoria del Bienestar Subjetivo durante la adolescencia*', Fondecyt Regular N°1189607, realizado por el Centro de Estudios de Bienestar y Convivencia Social (CEBS).

Análisis de datos

Se presentan las medias y desviaciones estándares de hombre, mujeres y total de las diversas variables cuantitativas utilizadas. Para conocer las diferencias entre hombres y mujeres en cuanto a satisfacción global con la vida, bienestar general, afectos y percepción de estrés, se realizó comparación de medias de muestras independientes. En la evaluación de las percepciones previas y posteriores al inicio de la pandemia, se utilizó comparación de medias de muestra relacionadas. Para ambos análisis se utilizó t de Student, con criterio de significación de $p < ,05$ y un nivel de confianza del 95%. Además, se obtuvo el tamaño del efecto de la evaluación pre-post a través de la d de Cohen.



Resultados

Satisfacción global, bienestar personal y afectos nucleares

Se presentan a continuación los resultados preliminares del estudio de Efectos de la Cuarentena en el Bienestar Adolescente. La **Tabla 22** aborda diferencias significativas de género en cuanto a satisfacción global con la vida, bienestar personal y de los afectos nucleares presentados por estudiantes de 3 regiones del país. Destaca que los hombres, en comparación a las mujeres presentan una mayor satisfacción global con la vida (en todos sus ítems), bienestar en las relaciones con pares ($t_{(202)}= 2.7, p<.01$), consigo mismo ($t_{(201)}= 2.57, p<.05$) y con la vida en general ($t_{(203)}= 2.97, p<.01$). En cuanto a los afectos, se presentan diferencias significativas entre hombres y mujeres en cuanto a sentimientos de tristeza, estrés y tranquilidad. Se observa que las mujeres presentan mayores indicadores de estrés ($t_{(205)}= -4.10, p<.001$) y tristeza ($t_{(204)}= -2.38, p<.01$), mientras que los hombres han presentado mayores niveles de tranquilidad ($t_{(204)}= 3.25, p<.001$).

Tabla 22. Medias de ítems de Escalas de Satisfacción Global con vida, Bienestar Personal y Afectos nucleares para adolescentes chilenos

Variables	Mujeres		Hombres		Total	
	M	DE	M	DE	M	DE
Satisfacción global con la vida de los estudiantes						
Mi vida va bien	6.1***	2.5	7.3***	2.2	6.5	2.4
Mi vida es como yo quiero que sea	5.4***	2.6	6.6***	2.4	5.9	2.6
Tengo una buena vida	7.5**	2.5	8.3**	1.9	7.8	2.3
Tengo lo que quiero en la vida	6.5**	2.5	7.5**	2.3	6.9	2.4
Bienestar Personal para escolares						
Tu vida familiar	7.6	2.6	7.9	2.4	7.7	2.5
Tus amigos y amigas	7.4**	2.7	8.3**	2.1	7.8	2.5
El barrio donde vives en general	7.2	3.0	7.4	2.6	7.3	2.9
Tu experiencia en el colegio	6.5	3.0	7.0	2.4	6.6	2.8
Contigo mismo	5.5*	3.4	6.6*	2.8	5.9	3.2
Con tu vida en general	6.5**	2.6	7.6**	2.0	7.0	2.4
Escala de Afectos Nucleares						
Feliz	2.7	0.6	2.8	0.6	2.8	0.6
Triste	2.4*	0.7	2.2*	0.7	2.3	0.7
Tranquilo	2.4**	0.3	2.8**	0.9	2.6	0.9
Estresado	2.9***	0.8	2.5***	0.8	2.8	0.8
Lleno de energía	2.2	0.8	2.4	1.0	2.3	0.9
Aburrido	2.5	0.9	2.6	0.9	2.6	0.9

Notas: Satisfacción global con la vida y Bienestar Personal: 0= Nada satisfecho; 10= Completamente satisfecho; Escala de afectos nucleares: 1= Nunca; 4= Siempre; * $p<.05$; ** $p<.01$; *** $p<.001$

La **Tabla 23** presenta diferencias de género en torno al estrés percibido por los adolescentes. Se observa que las mujeres presentan una mayor percepción de nerviosismo o estrés que los hombres ($t_{(202)} = -4.05, p < .001$). Asimismo, en menor grado, se presentan diferencias entre hombres y mujeres en cuanto a sentirse afectado por sucesos inesperados ($t_{(202)} = -2.35, p < .05$), sensación de incapacidad de controlar sucesos vitales ($t_{(202)} = -2.35, p < .05$), dificultades para enfrentar situaciones ($t_{(200)} = -2.49, p < .05$), y sensación de demasiadas dificultades para enfrentarlas ($t_{(200)} = -2.53, p < .05$).

Tabla 23. Medias de ítems de Escala de Estrés Percibido para adolescentes chilenos

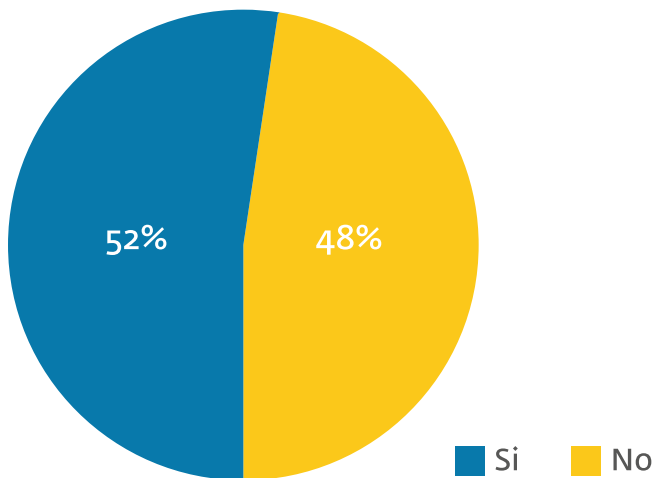
Variables	Mujeres		Hombres		Total	
	M	DE	M	DE	M	DE
Escala de estrés percibido						
Has estado afectado/a por algo que ha ocurrido inesperadamente	3.1*	1.1	2.8*	0.9	3.0	1.0
Te has sentido incapaz de controlar las cosas importantes de la vida	3.3*	1.1	2.9*	1.2	3.2	1.2
Te has sentido nervioso/a o estresado/a	4.0***	1.0	3.5***	1.1	3.8	1.1
Has estado seguro/a sobre tu capacidad para manejar tus problemas (inv)	3.3	1.0	3.3	1.0	3.3	1.0
Has sentido que las cosas van bien (inv)	3.4	0.9	3.5	0.9	3.4	0.9
Has sentido que no podías afrontar todas las cosas que tenías que hacer	3.5*	1.1	3.1*	1.1	3.3	1.1
Has podido enfrentar las dificultades de la vida (inv)	3.6	0.9	3.5	0.8	3.6	0.8
Has sentido que tenías todo bajo control (inv)	2.9	1.0	3.1	1.1	3.0	1.1
Has estado enfadado/a porque las cosas que te han ocurrido estaban fuera de control	3.4	1.2	3.2	1.1	3.3	1.1
Has sentido que las dificultades se acumulan tanto que no puedes superarlas	3.4*	1.2	2.9*	1.2	3.2	1.2

Notas: Escala de respuesta: 1= Nunca; 5= Muy a menudo; inv= ítem invertido; * $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$

Evaluación de la experiencia durante el período de pandemia

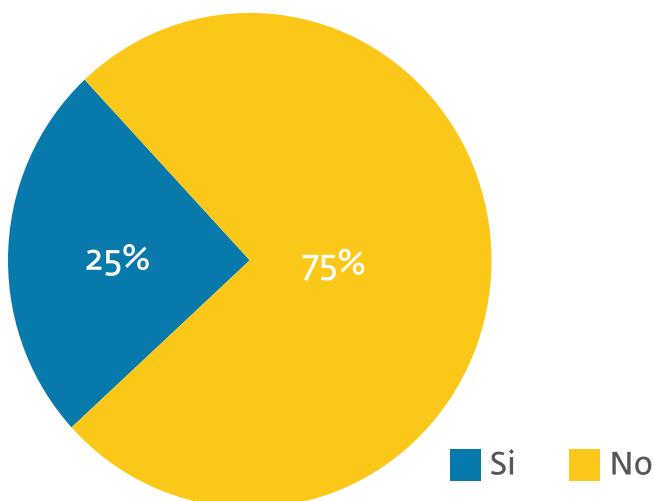
Se evaluó la presencia de diversos estresores durante el período de pandemia, donde se observa en la Figura 47 que la mayor parte de los estudiantes (52.4%) convive o convivió con personas calificadas dentro del grupo de riesgo para la enfermedad por Covid-19, tales como, adultos mayores y enfermos crónicos.

Figura 47. Convives o conviviste con personas pertenecientes a grupos de riesgo



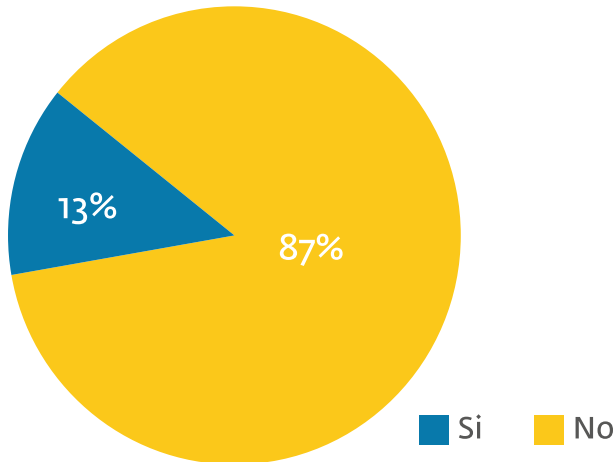
De igual forma, como puede observarse en la Figura 48, un porcentaje considerable de ellos (25 %) estuvo o se encuentra en contacto de manera cercana, a través de la convivencia, a personas expuestas directamente al virus, como por ejemplo trabajadores del área de la salud.

Figura 48. Convives o conviviste con personas que están expuestas al virus



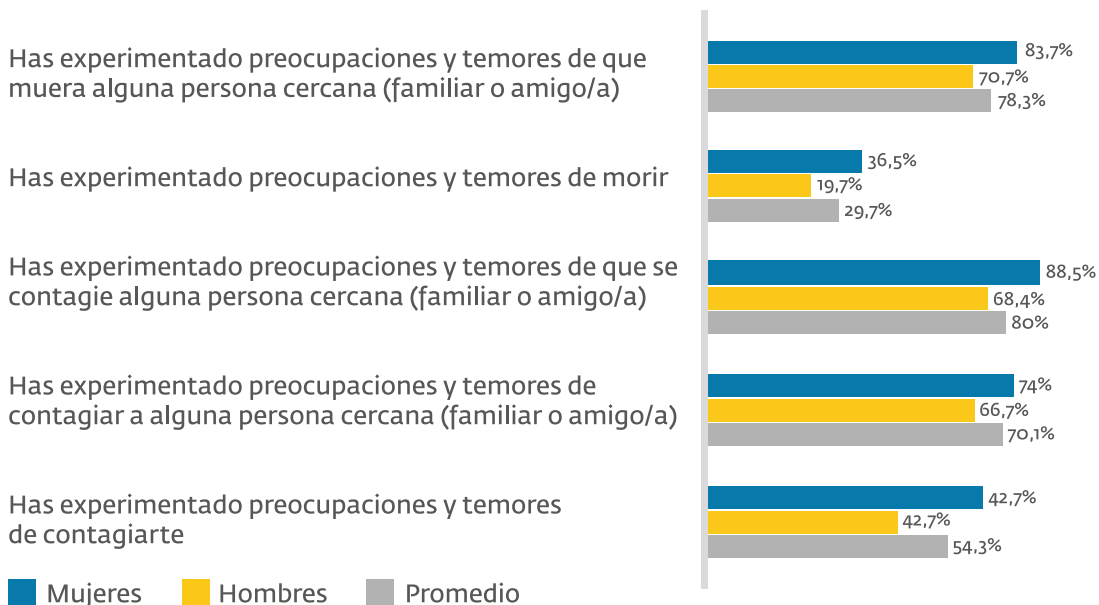
Adicionalmente, en la *Figura 49* se evidencia que una proporción menor (13%) de los participantes del estudio manifiesta haber presentado en algún momento síntomas compatibles con la enfermedad por Covid-19.

Figura 49. Has tenido síntomas compatibles con CoVid en algún momento



Es posible observar en la *Figura 50* según sexo y distribuido de manera porcentual, los estresores evaluados durante el período de pandemia en los estudiantes que afirman experimentarlos. Específicamente se evidencia que gran parte ha presentado preocupación y temor de que alguien cercano pueda contagiarse (80.0%) e incluso morir (83.7%). Estas altas cifras se evidencian adicionalmente en el alto porcentaje que afirma tener temor y preocupación a contagiar a alguna persona cercana (70.1%), presentándose en menor medida preocupación al propio contagio (54.3%) y temor de morir (29.7%). Es fundamental mencionar que en la totalidad de estos factores estresores evaluados, las mujeres se han visto significativamente más afectadas que en los hombres.

Figura 50. Estresores asociados durante el período Covid-19



Dentro de la percepción de apoyo de los estudiantes durante el período de pandemia, tal como se observa en la **Tabla 24**, presenta valores de un nivel medio-alto en el apoyo a nivel familiar ($M=3.3$) y de amistades ($M=3.1$), especialmente en el grupo de hombres, presentando características similares respecto a cómo los estudiantes perciben el apoyo por parte de los profesores ($M=2.9$). Adicionalmente se puede observar que estos niveles de apoyo decrecen significativamente respecto a los centros educativos ($M=2.5$), siendo especialmente bajo en la percepción de apoyo por parte de los propios compañeros de clases ($M=2.3$), no existiendo diferencias significativas en la percepción global entre ambos géneros ($p>0.05$).

Tabla 24. Percepción de apoyo durante la pandemia por parte de adolescentes chilenos

Variable	Mujeres	Hombres	Total
Con qué frecuencia me he sentido apoyado / a por			
Mi familia	3.3	3.5	3.3
Mis amigos/as	3.0	3.2	3.1
Mis compañeros de colegio/liceo	2.2	2.4	2.3
Mis profesores/as	3.0	2.9	2.9
Mi colegio/liceo en general	2.5	2.4	2.5

Notas: Escala de respuesta: 1= Nunca; 2= a veces; 3= casi siempre; 4= Siempre; * $p<.05$; ** $p<.01$; *** $p<.001$

Al analizar la experiencia escolar durante la pandemia, tal como se observa en la **Tabla 25**, los estudiantes perciben niveles medios en cuanto a lo bien que han podido realizar sus tareas en este período ($M=3.1$, $DE=1.2$, $n=181$), no existiendo diferencias significativas entre género ($t_{(181)}=0.25$, $p=0.804$). Adicionalmente destaca de forma transversal el nivel de agobio y/o sensación de sentirse sobrepasados por las tareas solicitadas por los centros educativos ($M=3.8$, $DE=1.2$, $n=181$), junto con altos niveles de desmotivación en relación a los estudios durante este año ($M=4.0$, $DE=1.2$, $n=181$), no existiendo diferencias estadísticamente significativas en ambas variables analizadas según género ($p>0.05$).

Tabla 25. Experiencia escolar durante la pandemia

Variable	Mujeres		Hombres		Total	
	M	DE	M	DE	M	DE
He podido realizar bien mis tareas durante el periodo CoViD	3.1	1.3	3.1	1.1	3.1	1.2
Me he sentido agobiado/a (sobrepasado/a) por las tareas que me piden del colegio en el periodo CoViD	3.8	1.2	3.9	1.0	3.8	1.2
Me he sentido desmotivado/a con mis estudios durante el periodo CoViD	3.9	1.3	4.1	1.1	4.0	1.2

Notas: Escala de respuesta: 1= muy en desacuerdo; 5= muy de acuerdo; * $p<.05$; ** $p<.01$; *** $p<.001$

Efecto de la pandemia en el estado del ánimo y desarrollo de actividades

En la **Tabla 26** se muestra la comparación de los niveles previos y durante la pandemia de diversas variables evaluadas de manera ad hoc a través de la aplicación de la prueba t de Student para muestras relacionadas y la medición del tamaño del efecto con el uso de la d de Cohen. Al respecto se puede observar que dentro de las actividades realizadas durante la pandemia se presentan frecuencias menores en las visitas a familiares ($t_{(186)}=7.07, p<.001, d=0.56$) y amigos ($t_{(186)}=9.42, p<.001, d=0.77$), donde además se evidencian niveles menores de actividad física ($t_{(186)}=263, p=.009, d=0.17$).

En cuanto al estado de ánimo se observa que hubo una disminución significativa en el nivel de energía ($t_{(182)}=13.89, p<.001, d=1.28$), felicidad ($t_{(182)}=12.66, p<.001, d=1.07$) y confianza ($t_{(180)}=7.49, p<.001, d=0.57$) durante la pandemia, con un aumento significativos de los niveles de nerviosismo en el grupo de estudiantes ($t_{(180)}=-8.40, p<.001, d=-0.71$).

En relación a las actividades y vida familiar se evidencia durante la pandemia un aumento importante de los conflictos ($t_{(202)}=-3.23, p=.001, d=-0.17$), tales como peleas y discusiones. De igual forma se evidencia un incremento de los niveles de ayuda y colaboración por parte de los estudiantes en las tareas del hogar ($t_{(202)}=-4.24, p<.001, d=-0.28$). Es importante destacar que se presentan niveles medios-bajos en las actividades de entretención realizadas en familia de manera previa ($M=2.19, DE=0.92, n=182$) y durante la pandemia ($M=2.14, DE=0.91, n=182$), no existen diferencias significativas ($t_{(182)}=, p=0.82, d=0.05$). De igual manera, si bien los niveles reportados de conversación a nivel familiar de los propios problemas presentan un leve aumento, este no resulta estadísticamente significativo ($t_{(181)}=-1.67, p=0.096, d=-0.08$).

Finalmente, se observa en relación a la frecuencia de actividades con amigos, que existe una disminución importantes no solo en los niveles previos y posteriores de contacto presencial ($t_{(181)}=17.06, p<.001, d=1.41$) y conversación de las propias preocupaciones ($t_{(181)}=5.28, p<.001, d=0.35$), sino que incluso esta disminución se manifiesta en el contacto a través de redes sociales electrónicas ($t_{(181)}=3.97, p<.001, d=0.39$), tales como, Instagram, Facebook y Whatsapp.

Tabla 26. Promedios y desviaciones estándar de los niveles previos y durante la pandemia, prueba t de Student para muestras relacionadas y tamaño del efecto de diferencias posteriores a la pandemia en las variables de estudio para adolescentes chilenos

Variable	Previo		Durante		Previo-durante		
	M	DE	M	DE	t	p	d
Frecuencia de actividades realizadas antes y durante la pandemia:							
Visitar familiares	2.04	0.80	1.63	0.64	7.70	0.000	0.56
Visitar amigos	2.2	1.04	1.52	0.69	9.42	0.000	0.77
Hacer deporte	2.38	1.11	2.18	1.14	2.63	0.009	0.17
Estado de ánimo antes y durante la pandemia. Al momento de realizar tus actividades cotidianas te sentías:							
Con energía	5.36	1.27	3.45	1.68	13.89	0.000	1.28
Feliz	5.34	1.22	3.87	1.51	12.66	0.000	1.07
Nervioso/a	2.84	1.52	4.01	1.73	-8.40	0.000	-0.71
Confiado/a	4.88	1.49	3.92	1.55	7.49	0.000	0.57

Frecuencia actividades vida familiar antes y durante la pandemia.

En mi familia:

Había conflictos (peleas, discusiones)	1.9	0.77	2.04	0.86	-3.23	0.001	-0.17
Realizábamos actividades de entretención (ver series, jugar juegos de mesa)	2.19	0.92	2.14	0.91	0.82	0.413	0.05
Conversábamos de nuestras preocupaciones	2.32	0.89	2.40	0.96	-1.67	0.096	-0.08
Colaboraba con las tareas de la casa (lavar, loza, barrer, etc.)	2.9	0.82	3.14	0.89	-4.24	0.000	-0.28

Frecuencia de actividades con amigos antes y durante la pandemia.

Con mis amigos/as:

Nos veíamos en persona (nos juntábamos)	2.94	0.92	1.71	0.82	17.06	0.000	1.41
Teníamos contacto por redes sociales (WhatsApp, Instagram)	3.35	0.83	3.0	0.93	3.97	0.000	0.39
Conversábamos de nuestras preocupaciones	2.86	0.93	2.52	1.00	5.28	0.000	0.35

Notas: Escala de respuesta Frecuencias de Actividades, : 1= Nunca; 2= a veces; 3= casi siempre; 4= Siempre; Escala de respuesta Estado de Ánimo: 1= Nunca; 7= Siempre

Conclusiones y discusión

Se ha buscado ver los efectos que la pandemia de CoViD-19 han tenido en los adolescentes a nivel nacional. Así, de forma preliminar se puede informar que durante el período de pandemia, los hombres presentaron una mayor satisfacción global con la vida, bienestar en las relaciones con pares, consigo mismo y con la vida en general. Asimismo, se observan diferencias significativas entre hombres y mujeres en los afectos presentes, donde por una parte las mujeres presentan mayores índices de estrés y tristeza, mientras que los hombres perciben un mayor nivel de tranquilidad. Este aspecto es concordante con la literatura internacional durante este período, donde se ha observado que el grupo especialmente afectado es precisamente el de mujeres (Singh et al., 2020), siendo un determinante clave a considerar para futuras evaluaciones con foco en las alteraciones del bienestar y salud mental en este grupo.

En relación a la experiencia en este período, se observó que los estudiantes conviven con población perteneciente a los grupos de riesgo para el contagio de Covid-19 y poseen contacto cercano con personas expuestas al virus, presentándose en una menor proporción sintomatología compatible con la enfermedad. En esa misma línea destaca que gran parte de los estudiantes, especialmente las mujeres, han presentado preocupación y temor al contagio de su red cercana, lo que se evidencia en altos niveles de miedo a contagiar a otros frente y especialmente a la muerte de sus familiares y conocidos, evidenciándose nuevamente esta diferencia de género.

Si bien los estudiantes perciben un apoyo medio-alto por parte de familiares, amigos y profesores durante este periodo, estos niveles son significativamente menores en relación a compañeros de curso y el propio centro educacional, lo que podría estar determinado en parte por la falta de contacto presencial y cotidiano con la comunidad educativa (Duan et al., 2020; Talevi et al., 2020).

En relación a la experiencia escolar durante la pandemia, si bien se presentan niveles relativamente altos en la percepción de estar realizando de manera correcta las tareas educativas, el nivel de agobio y desmotivación con los estudios durante este período es elevado, aspecto que también ha sido descrito a nivel internacional (Cao et al., 2020; Golberstein et al., 2020).

Al analizar la diferencia en los niveles previos y durante la pandemia, la frecuencia de actividades como visitar a amigos, familia o realizar deportes se vio afectada negativamente, evidenciándose además un aumento del nivel de conflictos familiares. Es ese mismo sentido, un aspecto que se evidencia gravemente afectado durante este período es el estado anímico, disminuyendo drásticamente los niveles de energía, felicidad y confianza, acompañados de un aumento de la sensación de nerviosismo. Lo anterior es fundamental de considerar y evaluar en profundidad en futuros estudios, considerando que Chile presenta altas cifras de alteraciones en la salud mental en los adolescentes, manifestada en alarmantes tasas de incidencia y prevalencia de enfermedades psiquiátricas y suicidio (De la Barra et al., 2019).

Finalmente, en relación a las amistades, no solo se evidencia una disminución significativa en el contacto presencial y conversaciones en torno a problemáticas personales, sino que incluso se ve disminuida a través de medios digitales de redes sociales, como Instagram, Facebook y WhatsApp, aspecto no concordante con la literatura internacional, donde se ha evidenciado que este tipo de plataformas se ha visto fortalecida ante la disminución y falta de contacto presencial (González-Padilla & Tortolero Blanco, 2020).

En conclusión, la presente investigación, pionera a nivel nacional, evidenció los principales indicadores de bienestar, la experiencia y el efecto durante el actual período de pandemia. Resulta imperativo el desarrollo de nuevos estudios que evalúen este impacto a nivel nacional, incluyendo aspectos longitudinales en el período post-pandemia, junto con el desarrollo de intervenciones preventivas y de promoción del bienestar y salud mental en los estudiantes del país.



Referencias

- Alfaro, J., Guzmán, J., Sirlopú, D., García, C., Reyes, F. & Gaudlitz, L. (2016). Propiedades psicométricas de la Escala de Satisfacción con la Vida en los Estudiantes (SLSS) de Huebner en niños y niñas de 10 a 12 años de Chile. *Anales de la Psicología*, 32(2), 382-392. doi: 10.6018/analesps.32.2.217441
- Benavente, M., Cova, F., Alfaro, J. & Varela, J. (2018). Propiedades psicométricas de la Escala de Satisfacción con la Vida de los Estudiantes (SLSS) de Huebner en una muestra de adolescentes chilenos. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*. doi: 10.21865/RIDEP50.1.05
- Blakemore, S.-J., & Mills, K. L. (2014). Is Adolescence a Sensitive Period for Sociocultural Processing? *Annual Review of Psychology*, 65(1), 187–207. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010213-115202>
- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J., & Zheng, J. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry research*, 287, 112934. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112934>
- Cohen, S., Kamarck, T. y Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24, 385-396
- De la Barra, F., Irarrazaval, M., Valdes, A., & Soto-Brandt, G. (2019). Evolving child and adolescent mental health and development programs in Chile. *Pan American Journal of Public Health*, 43, e33. doi:10.26633/RPSP.2019.33
- Duan, L., Shao, X., Wang, Y., Huang, Y., Miao, J., Yang, X., & Zhu, G. (2020). An investigation of mental health status of children and adolescents in china during the outbreak of COVID-19. *Journal of Affective Disorders*, 275, 112–118. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.06.029>
- Galindez, E., & Casas, F. (2010). Adaptación y validación de la Students' Life Satisfaction Scale (SLSS) con adolescentes. *Estudios de Psicología*, 31(1), 79–87. <https://doi.org/10.1174/021093910790744617>
- Gatto, M., Bertuzzo, E., Mari, L., Miccoli, S., Carraro, L., Casagrandi, R., & Rinaldo, A. (2020). Spread and dynamics of the COVID-19 epidemic in Italy: *Effects of emergency containment measures*. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 117(19). doi:10.1073/pnas.2004978117
- Golberstein, E., Wen, H., & Miller, B. F. (2020). Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) and Mental Health for Children and Adolescents. *JAMA Pediatrics*, 174(9), 819. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2020.1456>
- Guessoum, S. B., Lachal, J., Radjack, R., Carretier, E., Minassian, S., Benoit, L., & Moro, M. R. (2020). Adolescent psychiatric disorders during the COVID-19 pandemic and lockdown. *Psychiatry Research*, 291, 113264. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113264>
- Holmes, E. A., O'Connor, R. C., Perry, V. H., Tracey, I., Wessely, S., Arseneault, L., Bullmore, E. (2020). Multidisciplinary research priorities for the COVID-19 pandemic: a call for action for mental health science. *The Lancet Psychiatry*, 15, 1-14. doi:10.1016/S2215-0366(20)30168-1
- Jiao, W. Y., Wang, L. N., Liu, J., Fang, S. F., Jiao, F. Y., Pettoello-Mantovani, M., & Somekh, E. (2020). Behavioral and emotional disorders in children during the COVID-19 epidemic. *The Journal of Pediatrics*, 221, 264-266 <http://dx.doi.org/10.1016/j.jpeds.2020.03.013>
- Liang, T. (2020). Zhejiang University School of Medicine. *Handbook of COVID-19: prevention and treatment*. Paris: UNESCO. Retrieved from <http://www.zju.edu.cn/english/2020/0323/c19573a1987520/page.htm>

- Linhares, M. B. M., & Enumo, S. R. F. (2020). Reflexões baseadas na Psicologia sobre efeitos da pandemia COVID-19 no desenvolvimento infantil. *Estudos de Psicologia* (Campinas), 37, e200089. doi:10.1590/1982-0275202037e200089
- Ministerio de Educación. 26 de abril 2020.'La seguridad es el principio fundamental del plan de vuelta a clases' <https://www.mineduc.cl/la-seguridad-es-el-principio-fundamental-del-plan-de-vuelta-a-clases/>
- Muratori, P., & Ciacchini, R. (2020). Children and the COVID-19 transition: Psychological reflections and suggestions on adapting to the emergency. *Clin. Neuropsychiatry*, 131–134.
- Park, N. (2004). Character Strengths and Positive Youth Development. *The ANNALS of American Academy of Political and Social Science*, 591(1), 40-54. doi 10.1177/0002716203260079
- Pedrero-Pérez, E. J., Ruiz-Sánchez de León, J. M., Lozo-ya-Delgado, P., Rojo-Mota, G., Llanero-Luque, M. y Puerta-García, C. (2015). La "Escala de Estrés Percibido": estudio psicométrico sin restricciones en población no clínica y adictos a sustancias en tratamiento. *Psicología Conductual/Behavioral Psychology*, 23, 305-324.
- Proctor, C. L., Linley, P. A., y Maltby, J. (2009). Youth life satisfaction: a review of the literature. *Journal of Happiness Studies*, 10, 583–630. doi: 10.1007/s10902-008-9110-9
- Russell, J. A. (2003). Core affect and the psychological construction of emotion. *Psychological Review*, 110(1), 145–172. doi: 10.1037/0033-295X.110.1.145
- Suldo, S. M., & Huebner, E. S. (2004). Does life satisfaction moderate the effects of stressful life events on psychopathological behavior in adolescence? *School Psychology Quarterly*, 19, 93-105.
- Singh, S., Roy, D., Sinha, K., Parveen, S., Sharma, G., & Joshi, G. (2020). Impact of COVID-19 and lockdown on mental health of children and adolescents: A narrative review with recommendations. *Psychiatry research*, 293, 113429. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113429>
- Talevi, D., Socci, V., Carai, M., Carnaghi, G., Faleri, S., Trebbi, E., di Bernardo, A., Capelli, F., & Pacitti, F. (2020). Mental health outcomes of the CoViD-19 pandemic. *Rivista di psichiatria*, 55(3), 137–144. <https://doi.org/10.1708/3382.33569>
- Thomsen, T., Fritz, V., Mößle, R., & Greve, W. (2015). The impact of accommodative coping on well-being in childhood and adolescence: Longitudinal findings. *International Journal of Behavioral Development*, 39(5), 467–476. <https://doi.org/10.1177/0165025414551762>
- Valle, M., Huebner, E.S., & Suldo, S. (2006). An analysis of hope as a psychological strength. *Journal of School Psychology*, 44, 393-406.
- Valois, R. F., Zullig, K. J., Huebner, E. S., & Drane, J. W. (2009). Youth developmental assets and perceived life satisfaction: Is there a relationship? *Applied Research in Quality of Life*, 4, 315–331.
- Wang, G., Zhang, Y., Zhao, J., Zhang, J., & Jiang, F. (2020). Mitigate the effects of home confinement on children during the COVID-19 outbreak. *The Lancet*, 395(10228), 945-947. doi:10.1016/S0140-6736(20)30547-X
- WHO, 2020, June 4. Coronavirus disease (COVID-19) Situation Report – 136. https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200604-covid-19-sitrep-136.pdf?sfvrsn=fd36550b_2.