



Ansiedad en estudiantes de secundaria en tiempos de pandemia: Revisión Sistemática

Anxiety in high school students in times of pandemic: Systematic Review

Ansiedade em estudantes do ensino médio em tempos de Pandemia: Revisão sistemática

ARTÍCULO DE REVISIÓN



Escanea en tu dispositivo móvil
o revisa este artículo en:

<https://doi.org/10.33996/revistavive.v7i19.299>

Patricia León-Crispin¹ 
patricialeon.1994@gmail.com

Juan Méndez-Vergaray¹ 
jmvevaluaciones@hotmail.com

Edward Flores² 
eflores@unfv.edu.pe

¹Universidad Cesar Vallejo. Lima, Perú

²Universidad Nacional Federico Villarreal. Lima, Perú

Artículo recibido 15 de mayo 2023 / Aceptado 2 de junio 2023 / Publicado 15 de enero 2024

RESUMEN

El aislamiento social y el confinamiento forzado debido a la pandemia tuvo graves efectos en la salud mental de los estudiantes, que se manifestó como ansiedad y estrés. **Objetivo.** La investigación tuvo como propósito analizar los niveles de ansiedad en estudiantes de secundaria. **Metodología.** La búsqueda de información se realizó en las bases de datos Scopus y Ebsco, utilizando las ecuaciones: "Anxiety AND High school students", "Trait Anxiety AND High school students", "State anxiety AND High school students"; la información recabada se almacenó en la bandeja de Mendeley; dicha información fue analizada por títulos, resumen, palabras clave, resultados y conclusiones. El análisis de la información encriptada en Mendeley contó con 35 artículos, de los cuales 30 fueron cuantitativos y 5 cualitativos; además, el análisis por países demostró que las investigaciones sobre este tópico se realizaron con mayor énfasis en Brasil (6), en España (4) y en EE.UU. (4). El análisis de los aportes evidenció que la carencia de aparatos tecnológicos y el cambio de una educación presencial a otra virtual tuvo consecuencias inusuales de estrés y ansiedad en estudiantes y docentes. Además, se observó incremento en la agresividad, problemas en la salud mental, insomnio, pérdida del apetito entre otros. **Conclusión.** El confinamiento social y los cambios abruptos en la educación generaron en los agentes educativos trastornos en la salud mental y emocional.

Palabras clave: Ansiedad; Confinamiento; COVID-19; Estudiantes de secundaria; Salud mental

ABSTRACT

Social isolation and forced confinement due to the pandemic had serious effects on students' mental health, which manifested as anxiety and stress. **Objective.** The purpose of the research was to analyze the levels of anxiety in high school students. **Methodology:** The information search was carried out in the Scopus and Ebsco databases, using the equations: "Anxiety AND High School Students", "Trait Anxiety AND High School Students", "State Anxiety AND High School Students"; the information collected was stored in the Mendeley tray; Said information was analyzed by titles, abstract, keywords, results and conclusions. The analysis of the encrypted information in Mendeley included 35 articles, of which 30 were quantitative and 5 qualitative; In addition, the analysis by countries disappeared because the research on this topic was carried out with greater emphasis in Brazil (6), in Spain (4) and in the US (4). The analysis of the contributions shows that the lack of technological devices and the change from face-to-face education to a virtual one had unusual consequences of stress and anxiety in students and teachers. In addition, an increase in aggressiveness, mental health problems, insomnia, loss of appetite, among others, was demonstrated. **Conclusion:** Social confinement and abrupt changes in education generate mental and emotional health disorders in educational agents.

Key words: Anxiety; confinement; COVID-19; High school students; Mental health

RESUMO

O isolamento social e o confinamento forçado devido à pandemia tiveram efeitos graves na saúde mental dos estudantes, que se manifestaram sob a forma de ansiedade e stress. **Objetivo:** O objetivo da pesquisa foi analisar os níveis de ansiedade em estudantes do ensino médio. **Metodologia.** A busca de informações foi realizada nas bases de dados Scopus e Ebsco, utilizando as equações: "Ansiedade AND Estudantes do Ensino Médio", "Ansiedade Traço AND Estudantes do Ensino Médio", "Ansiedade Estado AND Estudantes do Ensino Médio"; as informações coletadas foram armazenadas na bandeja do Mendeley; Essas informações foram analisadas por títulos, resumo, palavras-chave, resultados e conclusões. A análise das informações criptografadas no Mendeley teve 35 artigos, sendo 30 quantitativos e 5 qualitativos; Além disso, a análise por país mostrou que as pesquisas sobre o tema foram realizadas com maior ênfase no Brasil (6), na Espanha (4) e nos Estados Unidos (4). A análise das contribuições mostrou que a falta de aparatos tecnológicos e a mudança do ensino presencial para o virtual tiveram consequências inusitadas de estresse e ansiedade em alunos e professores. Além disso, foi observado aumento da agressividade, problemas de saúde mental, insônia, perda de apetite, entre outros. **Conclusão.** O confinamento social e as mudanças bruscas na educação geraram transtornos de saúde mental e emocional nos agentes educacionais.

Palavras-chave: Ansiedade; Bloqueio; COVID-19; Estudantes do ensino médio; Saúde mental

INTRODUCCIÓN

El COVID-19 fue causante de muchos cambios en la vida de los jóvenes, debido al cierre de las escuelas, se cambiaron considerablemente las rutinas académicas y las relaciones sociales como el ocio quedaron restringidas al interior (1). Producto de la emergencia sanitaria se declaró el aislamiento que es una experiencia desconocida y desagradable que implica la separación de amigos y familia. Esto se debió a que la cuarentena impuso distanciamiento, cambiando el estilo de vida de las rutinas diarias, como lugares de trabajo, escuelas y actividades de ocio (2).

Una situación de pandemia puede tener efectos psicológicos relevantes como estrés, sentimientos de incertidumbre, miedo y ansiedad (1). Un estudio realizado en China, semanas después de que comenzó la epidemia, identificaron depresión y ansiedad moderadas (3). La rápida propagación del virus, el miedo a la infección, la inseguridad por no saber cómo lidiar con la enfermedad y su gravedad, la imprevisibilidad del tiempo de duración de la pandemia y sus secuelas, los cambios en las rutinas y relaciones familiares, son todos considerados como elementos de riesgo para la salud mental de las personas (4).

Estudios muestran que la pandemia causó serios problemas de salud mental, generando un alza en los niveles de estrés, ansiedad y síntomas depresivos en la población general (5). La pandemia obligó a lidiar con el miedo, lo que condujo a un aumento de la ansiedad, provocando niveles

más altos de estrés en personas saludables, e incrementa los síntomas de trastornos psiquiátricos (3).

Además, el proceso de cuarentena provocó el desarrollo de trastornos de estrés agudo y síntomas de estrés postraumático (PTS) ya que sus consecuencias son fuertes factores estresantes durante y después de esta experiencia, para la salud mental de los individuos (1). La pandemia ha provocado confusión, pánico, sensación de ansiedad a nivel mundial, estos cambios psicológicos provenientes del estrés son consecuencia de la enfermedad (4).

La revisión de estudios recientes indican que la cuarentena está relacionada con problemas psicológicos, referentes a depresión, estrés, ansiedad, que pueden ser perennes; además cuando la interacción social es limitada, las personas se sienten en un estado de soledad, como producto de los confinamientos domiciliarios, relacionándose ésta con dificultades de salud mental en niños y adolescentes (6). El contexto educativo fue uno de los que sufrió el impacto más negativo donde millones de estudiantes en todo el mundo tuvieron que mantenerse alejados de las aulas. Esto podría tener repercusión en el desempeño educativo, social y psicológico de los alumnos que tuvieron que adaptarse a los modelos de educación a distancia (2).

La ansiedad es una fase de cambios de conducta por la que atraviesa una persona, caracterizada por mostrar posturas de diferente intensidad de acorde a la personalidad de

cada individuo y de acuerdo a las situaciones que la originan. Los individuos que sufren de ansiedad, muestran desconfianza, indecisión, evitación, impaciencia, fatiga, irritabilidad, problemas de concentración, muestran alteraciones del sueño por padecer tensión muscular (2).

Otras causas que pueden aumentar la ansiedad, el estrés o la ira, son la pérdida de un ser querido por enfermedad, el confinamiento como disposición del gobierno para atenuar los efectos de la pandemia, el uso de tapabocas, el distanciamiento social, estas medidas se realizan hasta la actualidad en España (7). Los síntomas de ansiedad son un ejemplo de problemas de internalización, aunque hay poca evidencia empírica de ansiedad, síntomas entre los niños, hay patrones de comportamiento característicos de ansiedad en niveles clínicos relevantes que se manifiesta temprano entre los niños (8).

En muchas personas los problemas producidos por la ansiedad se ha convertido en un mal común en los últimos tiempos especialmente en los jóvenes, debido a que el uso desmesurado de las tecnologías han originado serios problemas en la relaciones sociales, presentando también reducción de la memoria, ansiedad y adicción, siendo las edades más propensas entre los 13 a los 22 años (9). En los países occidentales, se observaron en los padres cambios de comportamiento y emocionales frente a sus hijos durante las primeras semanas de confinamiento, encontrando diferencias en función de su edad. Es necesario saber si los niveles de ansiedad y

síntomas depresivos son mayores en los jóvenes durante una pandemia, para implementar medidas de apoyo y detección dirigido a niños afectados a la brevedad (10). En este contexto, el estrés de los padres, la preocupación por las tareas del hogar, el miedo a perder el trabajo y el impacto de la crisis económica puede generar un aumento de la ansiedad e irritabilidad, dejando padres con menos paciencia para hacer frente a la vida diaria y las necesidades de sus hijos (11).

La literatura diferencia dos tipos de ansiedad; la ansiedad-estado (AE), que es un “estado emocional” modificable e inmediato en el tiempo, y la ansiedad-rasgo (AR) conexas con características personales e individuales, es decir estables relativamente en el tiempo; las personas con un nivel alto de ansiedad rasgo perciben más situaciones como amenazantes, lo que las induce a padecer de ansiedad-estado con mayor intensidad o con más frecuencia (9). Además, la ansiedad-Rasgo (A-R) referida al rasgo individual de las personas para responder a estímulos y situaciones de la vida cotidiana de forma nerviosa y las percibe como amenazas; mientras que la Ansiedad-Estado (A-E) está caracterizada por las expresiones de ansiedad producidas brevemente en el tiempo y muchas veces se enfrenta a un estrés real (8).

Reconocer las variables implicadas en los síntomas emocionales podría ayudar a prevenir problemas psicológicos en futuros confinamientos, este estudio examina los síntomas ansiosos entre niños y adolescentes. Por lo tanto, el presente estudio tiene como objetivo, analizar los niveles de

ansiedad en los estudiantes y definir la ansiedad rasgo y estado en los niños que pertenecen a instituciones educativas en tiempos de pandemia.

METODOLOGÍA

La revisión sistemática estuvo orientada a realizar un análisis de la literatura relacionada con la ansiedad en estudiantes en tiempos de pandemia. Esta revisión siguió la normativa de la declaración PRISMA (12) durante el desarrollo que implica realizar el análisis de la literatura hallada. El proceso de búsqueda de la literatura relacionada al tema se concretó en el rango 2020-2022 en las bibliotecas virtuales Scopus y Ebsco. Para ello, se utilizaron las siguientes ecuaciones de búsqueda

“Anxiety AND High school students”, “Trait Anxiety AND High school students”, “State anxiety AND High school students”. Los resultados permitieron contar con un total de 92 artículos (46 de Scopus y 46 de Ebsco); de los cuales se seleccionaron 35 artículos (21 de Scopus y 14 de Ebsco). Los criterios de inclusión que se tuvieron en cuenta fueron: artículos cuantitativos y cualitativos, de acceso abierto y texto completo, cuya publicación se realizó en el rango de 2020 al 2022; los criterios de exclusión que se consideraron fueron: estudio de revisiones sistemáticas, bibliográficas, literatura con déficit metodológico y no relacionados con la variable de estudio, tal como se observa en el diagrama de flujo adjunto.

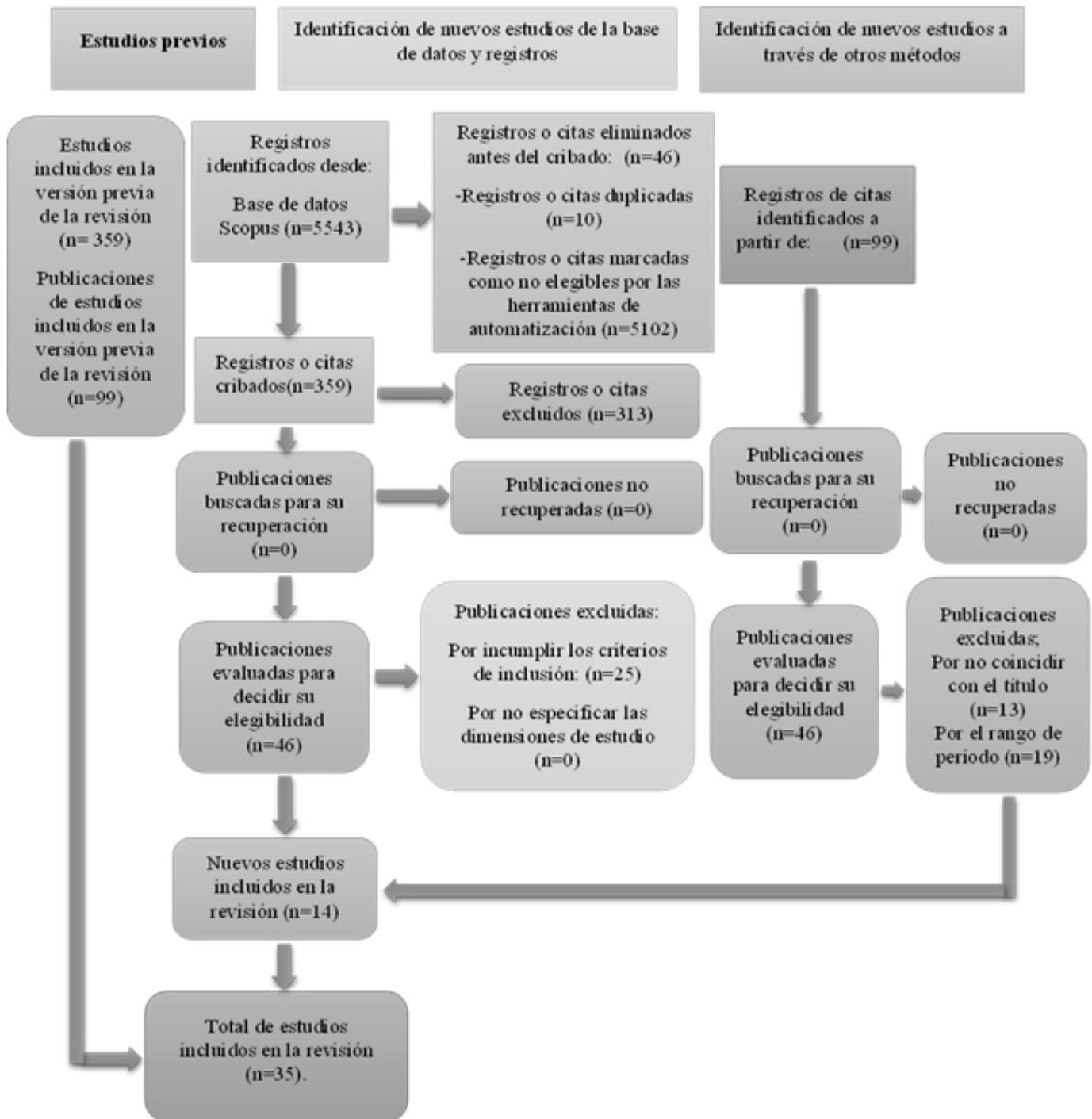


Figura 1. Diagrama de flujo PRISMA (12).

DESARROLLO Y DISCUSIÓN

En la tabla 1 se presentan los resultados de la búsqueda de la información que fue organizada teniendo en cuenta los constructos de la ansiedad, ansiedad estado y ansiedad rasgo. De los 35 artículos analizados, 29 corresponden a ansiedad,

5 se relacionan con ansiedad rasgo y 1 con ansiedad estado; de los 5 artículos de ansiedad rasgo, 2 se relacionan con ansiedad estado y 4 se relacionan con ansiedad general. De lo anterior se colige que la mayor información está relacionada con el constructo ansiedad.

Tabla 1. Resultados encontrados.

Autor	Ansiedad			Instrumentos	Tipo de estudio	Población y muestra	Aportes de los autores
	Ansiedad	Ansiedad rasgo	Ansiedad estado				
(1)	X			"Spence Children's Anxiety Scale Parent Version" (p. 1)	Cuantitativo	Muestra: 515 padres de familia.	Ansiedad: Se halló diferencias correspondientes a la ansiedad y la depresión en niños españoles y un nivel mayor de ansiedad en niños italianos, en comparación con los niños de Portugal. Se halló un 19% de depresión en los niños y adolescentes y un 38% con síntomas de ansiedad. Un hecho importante es la relación que guarda el estado emocional de los niños respecto al estrés de los padres.
(2)	X			Cuestionario de ansiedad CAEX	Cuantitativo	Población: 400 estudiantes	Ansiedad: En cuanto a las respuestas fisiológicas relacionadas con la ansiedad se halló 65% de nivel moderado, 34,5% nivel leve; otra institución presentó ansiedad moderado 69% y grave 24%. Referente a las respuestas cognitivas la se evidenció ansiedad leve 33% y moderado 63%; en la institución 2 nivel moderado 63% y grave 29%. En relación a los rasgos de evitación, se halló un nivel leve de 37,5% y moderado 60%; y el grupo 2 presentó nivel moderado 76% y grave 22,5%. Finalmente, ante situaciones de examen se encontró un nivel leve de 30% y moderado 68%; y en el grupo 2 el nivel de ansiedad variaba entre moderado 69,5% y grave 27%.
(3)	X			Cuestionario	Cuantitativo	Muestra: 1149 estudiantes	Ansiedad: Se evidenció una prevalencia alta de sintomatología de depresión con un 47,08% y 27,06% de ansiedad. Existe un alto índice de riesgo de enfermedad mental en los estudiantes universitarios y debe ser considerado para la búsqueda de estrategias que detecten y controlen las enfermedades mentales. La pandemia ha puesto al descubierto la necesidad de contar con programas de salud mental en las universidades.
(4)	X			Revisión de literatura	Cualitativo	No precisa	Ansiedad: El estudio reveló que el temor al contagio por covid-19, un tiempo prologado de cuarentena, la ansiedad, el estrés, el aburrimiento, la frustración, la separación de las aulas físicas de clase a las aulas virtuales, la falta de contacto físico con los compañeros y docentes, no contar con un lugar adecuado en casa para llevar las clases, generan consecuencias psicológicas en los niños y adolescentes.

Autor	Aniedad			Instrumentos	Tipo de estudio	Población y muestra	Aportes de los autores
	Aniedad	Aniedad rasgo	Aniedad estado				
(5)	X			Entrevista semiestructurada, por medio virtual	Cualitativo	14 entrevistados	Aniedad: Durante la educación a distancia, se evidenció que muchos de los estudiantes no contaban con recursos tecnológicos en casa por encontrarse en condiciones de pobreza. Los docentes atravesaron momentos complicados debido al cambio de dejar las aulas físicas por aulas virtuales, en tiempos de pandemia., mostrando ansiedad y estrés.
(6)	X	X	X	“State- Trait Anxiety Inventory” (p. 1)	Cuantitativo	Muestra: 22 estudiantes	Aniedad: Al inicio del estudio la muestra de población universitaria femenina dió como resultado un 95% de niveles altos de ansiedad, existiendo la presencia de problemas de salud mental, provocando así un descenso en el rendimiento académico. Aniedad estado y ansiedad rasgo: No se evidenciaron cambios relevantes en Aniedad Rasgo y Aniedad Estado, como en los valores y sus respectivos niveles.
(7)	X			Escalas de Fennema-Sherman	Cuantitativo	Muestra: 2.245 estudiantes	Aniedad: A medida que los estudiantes acceden a grados superiores, éstos perciben que su rendimiento va disminuyendo en las matemáticas; esto va aparejado con una disminución en la ansiedad frente a esta materia. Las correlaciones sugieren que el rendimiento en matemáticas es mayor cuando la capacidad percibida es mayor y la ansiedad es mayor.
(8)	X	X		Inventario de Rasgo de Aniedad y preguntas demográficas	Cuantitativo	Muestra: 261 estudiantes	Aniedad: Resiliencia es la capacidad que tiene la persona para superar un problema a pesar de que el entorno y las circunstancias sean adversas. La Resiliencia cobra un rol protagónico; puesto que, es un elemento mediador para evitar el incremento de la ansiedad. Aniedad Rasgo: Se evidenció la mediación de la resiliencia de un 35% de vínculo entre la ansiedad rasgo y el miedo al COVID-19.
(9)		X	X	Cuestionario STAI.	Cuantitativo	Muestra: 147 estudiantes	Aniedad estado: Los estudiantes colombianos presentaron un 35,2% de niveles de ansiedad, mientras que los estudiantes peruanos dieron un 32,4% de AE. Aniedad rasgo: Los estudiantes colombianos presentaron un 31,5% de niveles de ansiedad, mientras que los estudiantes peruanos dieron un 39,1% de AR.

Autor	Ansiedad			Instrumentos	Tipo de estudio	Población y muestra	Aportes de los autores
	Ansiedad	Ansiedad rasgo	Ansiedad estado				
(10)	X			Cuestionario de Fortalezas y Dificultades (SDQ)	Cuantitativo, Descriptivo	Muestra: 38 niños de jardín de infantes.	Ansiedad: Se evidenció que existe dependencia entre los aspectos del desarrollo socioemocional. Se halló que tanto la ansiedad, problemas de conducta y habilidades sociales guardan relación. Se halló que existe relación directa entre los niveles ansiosos de los niños y los comportamientos inadecuados; asimismo, se encontró evidencias que, al incrementarse el nivel de ansiedad, ésta se asociaba con dificultades en la independencia social.
(11)	X			Cuestionario Sociodemográfico, ABEP, COVID-19	Cuantitativo	Muestra: 69 padres de familia	Ansiedad: Un mayor riesgo percibido genera mayores niveles de ansiedad, personas con síntomas de ansiedad perciben más factores de riesgo por encontrarse en momentos de estrés durante una pandemia.
(13)	X			(IAES)" (p. 1) y (SAS)" (p. 1)	Cuantitativo	Muestra: 1314 estudiantes	Ansiedad: Se halló niveles altos de ansiedad en estudiantes que demuestran mayor esfuerzo, en comparación con los estudiantes que revelan causales externas mostraron ser más ansiosos. Existe una relación atribuida a los fracasos académicos imputados a la ausencia de ansiedad y falta de capacidad escolar.
(14)	X	X		Inventario Ansiedad rasgo-estado	Cuantitativo	Muestra: 332 estudiantes	Ansiedad: Los efectos negativos de la ansiedad son intervenidos por el optimismo, la autoeficacia y el control. Lo que se asocia a mayores niveles de bienestar psicológico. Ansiedad rasgo: Existe una relación positiva entre la ansiedad rasgo y la Auto aceptación; sin embargo, para que esto se dé tiene una variable que sirve como mediador entre estas dos variables que es el optimismo. A medida que se incrementa la ansiedad rasgo la auto aceptación va disminuir.
(15)	X			Revisión de literatura	Cualitativo	Muestra: 56 artículos.	Ansiedad: Se evidenció significancia más alta en los resultados de síntomas depresivos y de ansiedad en los padres, mujeres embarazadas en un escenario de pandemia. Tras el cierre de las escuelas, durante el tiempo de pandemia, los padres sintieron que sus hijos no tenían el suficiente apoyo para llevar la educación a distancia sin ninguna capacitación.
(16)	X			Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI)	Cuantitativo	Población: 296 personas	Ansiedad: Durante la pandemia se evidenció que los jóvenes atravesaron por niveles altos de ansiedad y depresión. Se mostró mayores niveles de ansiedad y depresión entre las chicas adolescentes que los chicos, con un 75%.

Autor	Ansiedad			Instrumentos	Tipo de estudio	Población y muestra	Aportes de los autores
	Ansiedad	Ansiedad rasgo	Ansiedad estado				
(17)	X			Revisión de literatura	Cualitativo	16 artículos	Ansiedad: Se halló que los estudiantes presentan altos niveles de agresividad, mostrando problemas de salud mental, insomnio, depresión, estrés extremo, miedo, ansiedad y nerviosismo y pérdida de apetito. En cuanto a la educación a distancia, los docentes atravesaron por momentos de ansiedad, por estar más tiempo en internet y redes sociales.
(18)	X			Cuestionario de Fuerzas y Dificultades (SDQ, 2015)	Cuantitativo	Población: 463 estudiantes	Ansiedad: Para detectar la adicción a internet, se halló 61% de síntomas emocionales, 73% en problemas de relación con los compañeros, 33% hiperactividad y 43% problemas de conducta. Los niños con dependencia del internet muestran mayores niveles de agresividad, ansiedad, depresión, irresponsabilidad, son indiferentes con los demás, presentan problemas de comunicación.
(19)	X			Cuestionario auto administrado estructurado	Cuantitativo	Muestra: 845 estudiantes	Ansiedad: El estudio mostró que las estudiantes mujeres son propensas a desarrollar mayor ansiedad, angustia psicológica que sus compañeros hombres. El índice de malestar psicológico y ansiedad fue alto; por tanto, es necesario fortalecer actividades que ayuden a contrarrestarlos.
(20)	X			“Escala de Motivación del Habla” (p. 1)	Cuantitativo	Muestra: 160 estudiantes	Ansiedad: Los estudiantes reflejaron un nivel intermedio de ansiedad en el aula de inglés. En el estudio se evaluó las tres dimensiones de ansiedad en el aula, dió como resultado que el nivel más alto fue la aprensión a la comunicación, continuado de ansiedad por el texto y con un nivel más bajo el miedo a la evaluación.
(21)	X			“Cuestionario Sociodemográfico” y (CAEX-A)”	Cuantitativo	Muestra: 1181 estudiantes	Ansiedad: Como resultado de la ansiedad ante los exámenes, aumentaron los puntajes por el factor edad, diferente a los resultados de ansiedad en la adolescencia media. Las niñas obtuvieron una puntuación alta en niveles de ansiedad, menos en el factor conducta, donde los niños tuvieron puntajes más altos.
(22)	X			Cuestionario en línea.	Cuantitativo	Muestra: 180 estudiantes	Ansiedad: Se evidenció que los estudiantes, tuvieron un efecto negativo en cuanto a la satisfacción del aprendizaje, debido a la ansiedad informática. Por tanto, la ansiedad frente a la computadora afecta en gran medida el aprendizaje virtual de los estudiantes.

Autor	Ansiedad			Instrumentos	Tipo de estudio	Población y muestra	Aportes de los autores
	Ansiedad	Ansiedad rasgo	Ansiedad estado				
(23)	X			Cuestionario	Cuantitativo	Muestra: 279 estudiantes	Ansiedad: Durante la crisis, el resultado referente a la alegría de los estudiantes fue baja, en cambio la ansiedad percibida fue alta. Además, se observó que la ansiedad durante la pandemia superó los estándares que normalmente se observaron antes del confinamiento.
(24)	X			Cuestionario sociodemográfico	Cuantitativo	Muestra: 466 estudiantes	Ansiedad: Se evidenció que muchas personas se vieron perjudicadas en sus actividades diarias por el uso excesivo de internet, arrojando como resultado un promedio alto de ansiedad y estrés. Se encontró una alta presencia de ansiedad con un 28,9%, seguido de estrés con un 25,5% y depresión con un 22,7%.
(25)	X			Se aplicó una regresión logística	Cuantitativo	Muestra: 766 estudiantes	Ansiedad: Los resultados indican que ha mayor nivel de ansiedad social, emociones negativas y estado de soledad, mayores serán las probabilidades de ser parte de los grupos de usuarios con problemas de internet. Se halló relación entre los niveles altos de usuarios problemáticos de internet y los altos niveles de ansiedad social, además se observó una relación inversa con la soledad.
(26)	X			Escala (MASC-2)	Cuantitativo	Muestra: tres escuelas	Ansiedad: Se halló entre la ansiedad general, la divagación mental, una correlación positiva, moderada y estadísticamente significativa, es decir, se evidenció relación estrecha entre los niveles de ansiedad y niveles más altos de divagación mental con un nivel de confianza de $P = 0.007$.
(27)	X			Escala de impacto de eventos	Cualitativo	Muestra: 848 participantes	Ansiedad: En los días de aislamiento y las largas horas frente al televisor, el estrés se correlacionó positivamente con la ansiedad, la ira y la tristeza; pero se correlacionó negativamente con la felicidad y la relajación; de los cuales 266 estudiantes presentaron ansiedad equivalente al 31,4%, 172 estudiantes presentaron ira equivalente al 20,3% y 154 estudiantes mostraron tristeza equivalente al 18,2%.
(28)	X			Encuesta virtual	Cuantitativo	Muestra: 119 estudiantes	Ansiedad: Se halló que la ansiedad ante los exámenes incrementó para algunos y disminuyó para otros estudiantes, debido a que muchos de ellos prefirieron desarrollar sus exámenes en un laboratorio con supervisión porque así sentían seguridad de no presentar problemas técnicos por la conectividad Wifi.

Autor	Ansiedad			Instrumentos	Tipo de estudio	Población y muestra	Aportes de los autores
	Ansiedad	Ansiedad rasgo	Ansiedad estado				
(29)	X			Cuestionario	Cuantitativo	Muestra: 99 estudiantes	Ansiedad: Durante la COVID-19, los estudiantes han atravesado por problemas de trastorno de sueño para poder desarrollar sus actividades académicas, lo que a su vez afecta su salud mental. El crecimiento de la ansiedad está relacionado significativamente con el aumento de los trastornos del sueño, con un 99% de nivel de confianza y con un 1% de margen de error.
(30)	X			Ecuación estructural (SEM)	Cuantitativo	Muestra: 549 estudiantes	Ansiedad: Tras el análisis del Modelo de ecuación estructural, la Escala de Eventos-Revisada (IES-R), tuvo un efecto total de 0,79 de ansiedad, 0,75 de depresión, 0,74 de auto concepto negativo.
(31)	X	X		Cuestionario	Cuantitativo	Muestra: 305 estudiantes	Ansiedad: Se evidenció que los estudiantes atravesaron por problemas de estrés, problemas psicosomáticos, ansiedad, dificultad en la vigilia, cada vez que estaban cerca de acabar el trimestre y de los exámenes. Ansiedad rasgo: Se evidenció una relación entre la ansiedad rasgo y el estrés, acompañado de problemas psicosomáticos y la falta de sueño.
(32)	X		X	Cuestionario	Cuantitativo	Muestra: 235 estudiantes	Ansiedad: Se halló que los niveles de ansiedad incrementaron el día que no se usó los equipos móviles en las aulas, provocando estrés en los estudiantes. Ansiedad de estado: Tras realizarse el análisis de regresión lineal, ésta evidenció que existe un apego por el teléfono móvil, lo cual es un referente de la ansiedad estado en un día de clases sin equipos móviles.
(33)	X			Escala SCAS y Friedben	Cuantitativo	Muestra: 638 estudiantes	Ansiedad: Se halló que, en los últimos años de vida escolar, el 20% y 30% de los estudiantes experimentaron grandes niveles de angustia y ansiedad, que fueron creciendo al pasar el tiempo. El factor más fuerte que se asocia a la angustia fue la ansiedad, la escasa conexión con los compañeros de clase y la reducción de la autoeficacia emocional.

Autor	Ansiedad			Instrumentos	Tipo de estudio	Población y muestra	Aportes de los autores
	Ansiedad	Ansiedad rasgo	Ansiedad estado				
(34)	X			Encuesta en línea	Cuantitativo	Muestra: 1522 estudiantes.	Ansiedad: Se comprobó que existe un alto impacto de ansiedad, estrés, soledad y depresión en los estudiantes, principalmente en las niñas, estudiantes de grados superiores, estudiantes de un bajo nivel socioeconómico, estudiantes de color, se vieron afectados por la COVID-19 y también tienen probabilidades de presentar problemas de salud mental.
(35)	X			Cuestionario en línea.	Cuantitativo	Muestra: 17,876 estudiantes	Ansiedad: Debido al brote de COVID-19, el 18,2% de los estudiantes universitarios han experimentado ansiedad. En cuanto a los estudiantes varones, percibieron un riesgo alto de infección frente a este virus; mientras que los que optaron por no salir de casa, les conllevó a presentar mayores índices de ansiedad.
(36)	X			Escala (GAD-7).	Cuantitativo	1ra: 9554 y 2da: 3886 encuestados	Ansiedad: En la primera encuesta se obtuvo en prevalencia de depresión un 36,6% y un 19% de prevalencia de ansiedad. Estas tasas de ansiedad y depresión aumentaron significativamente en la segunda encuesta a un 57%. En paralelo con las cifras obtenidas durante la COVID-19, tanto la ansiedad y la prevalencia de depresión incrementaron sustancialmente después del brote inicial en los adolescentes chinos.

Tabla 1. Criterios de búsqueda.

País	Frecuencia	Porcentaje (%)
Perú	2	5,71
Brasil	6	17,14
España	4	11,43
Colombia	2	5,71
Turquía	2	5,71
Nueva Zelanda	2	5,71
Suiza	3	8,57
EE.UU.	4	11,43
Uruguay	1	2,86
Chile	1	2,86
Polonia	1	2,86
Ucrania	1	2,86
Rusia	1	2,86
Alemania	1	2,86
Canadá	1	2,86
México	1	2,86
Países Bajos	1	2,86
Reino Unido	1	2,86
Total	35	100

La información proporcionada en la Tabla 2, evidencia que el mayor porcentaje de literatura científica relacionada con la ansiedad se produjo en Brasil (17,14%), España (11,43%) y EE.UU. (11,43%); mientras que la menor producción se ejecutó Uruguay, Chile, Polonia, Ucrania, Rusia, Alemania, Canadá, México, Países Bajos y Reino Unido.

Además, en lo referente al tipo de investigación, la mayor tendencia está relacionada con las investigaciones cuantitativas (30); por otra parte, con respecto a los instrumentos se observa que los investigadores trabajaron con cuestionarios (21), escalas (9) e inventarios (5).

Asimismo, el análisis de la revisión sistemática se destaca que el análisis cualitativo está orientado fundamentalmente:

- a. La mayoría de los estudios afirman que el temor al contagio por COVID-19, la separación de las aulas físicas a las aulas virtuales, la falta de contacto físico con los compañeros y docentes, generaron consecuencias psicológicas en los niños y adolescentes.
- b. Los participantes investigados sufrieron de ansiedad, problemas de trastorno de sueño para desarrollar sus actividades académicas, afectando su salud mental.

- c. Existe un alto impacto de ansiedad, estrés, soledad y depresión, principalmente en las niñas, estudiantes de grados superiores y estudiantes de bajo nivel socioeconómico generado por la COVID-19.
- d. Los síntomas de ansiedad y depresión se hallaron en hogares donde los padres sufrían de altos niveles de estrés, existiendo una relación entre el estado emocional de los niños y el estrés de los padres.
- e. Los estudiantes tuvieron dificultades para llevar una educación a distancia, por no contar con aparatos tecnológicos, debido a su baja condición económica y los docentes atravesaron momentos de ansiedad, por estar más tiempo en internet para el desarrollo de sus clases.
- f. La ansiedad ante los exámenes se vio incrementada porque muchos estudiantes prefirieron desarrollar sus exámenes de forma presencial; ya que, así se sentían más seguros de no tener problemas con la conectividad.
- g. Los niños con dependencia del internet mostraron mayores niveles de agresividad, ansiedad, depresión, irresponsabilidad, indiferentes con los demás y presentan problemas de comunicación.
- h. Se halló un efecto negativo en cuanto a la satisfacción del aprendizaje de los estudiantes, debido a la ansiedad percibida frente a la computadora.
- i. A medida que se incrementó la ansiedad rasgo la auto aceptación fue disminuyendo,

existiendo relación entre la ansiedad rasgo y el estrés, acompañado de problemas psicosomáticos y la falta de sueño.

- j. Se generó un apego por el teléfono móvil, lo cual es un referente de la ansiedad estado; aislar a los estudiantes de sus teléfonos móviles, incrementa el nivel de ansiedad en éstos.

DISCUSIÓN

Después de la búsqueda, selección y lectura de artículos de alto impacto, utilizando la metodología de la revisión sistemática, se halló que diversos autores consideran que la COVID-19 ha cambiado la vida de numerosos jóvenes en todo el mundo, por lo que se necesitan estrategias para reducir el impacto en su bienestar psicológico, emocional y social. Asimismo, conocer qué variables intervienen en los síntomas emocionales es el primer paso para prevenir problemas psicológicos y detectar cuanto antes a los jóvenes afectados emocionalmente por la COVID-19. Además, se constató que diferentes estudios abordan la ansiedad desde distintos enfoques, pero que guardan cierta similitud entre sí. En la búsqueda por esclarecer los niveles de ansiedad que afrontaron los estudiantes en tiempos de pandemia, se hallaron problemas con la salud mental, depresión y estrés no solo en los estudiantes, sino también en los padres.

Al respecto, la información recabada reveló que el temor al contagio por la COVID-19, vivir

en estado de cuarentena, la ansiedad, el estrés, el aburrimiento, la frustración, la separación de las aulas físicas a las aulas virtuales, la falta de contacto físico con los compañeros y docentes, no contar con un espacio adecuado en casa para llevar las clases, generan consecuencias psicológicas en los niños y adolescentes. Estas circunstancias, pueden tolerarlo mejor los niños, siempre y cuando cuenten con la presencia de un adulto emocionalmente estable en casa; asimismo, también se deben considerar los elementos individuales como los rasgos propios del niño (4).

Durante la crisis, el resultado referente a la alegría de los estudiantes fue baja, en cambio la ansiedad percibida fue alta; además, se observó que la ansiedad durante la pandemia superó los estándares que normalmente se observaron antes del confinamiento (23). En tiempos de pandemia, los estudiantes atravesaron problemas de trastorno de sueño para poder desarrollar sus actividades académicas, lo que a su vez afectó su salud mental, se evidenció que el crecimiento de ansiedad está relacionada significativamente con el aumento de los trastornos del sueño, con un 99% de nivel de confianza y con un 1% de margen de error (29). Se comprobó que existe un alto impacto de ansiedad, estrés, soledad y depresión en los estudiantes, principalmente en las niñas y los estudiantes de grados superiores, estudiantes de bajo nivel socioeconómico, estudiantes de color, siendo afectada la salud mental de éstos por la COVID-19 (34).

En la misma línea, otros estudios revelaron que durante la pandemia las chicas adolescentes evidenciaron mayores niveles de ansiedad y depresión que los chicos (16). A esta información se agrega que 18,2% de 17876 estudiantes universitarios experimentaron ansiedad; además, los estudiantes varones percibieron un alto riesgo de infección frente a este virus; asimismo, los que optaron por no salir de casa presentaron mayores índices de ansiedad (35). Cabe destacar que, en los días de aislamiento y las largas horas frente al televisor, el estrés se correlacionó positivamente con la ansiedad, la ira y la tristeza; pero, negativamente con la felicidad y la relajación; el estudio enfatiza que, de los 592 estudiantes encuestados, 31,4% (266) presentaron ansiedad, 20,3% (172) ira y 18,2% (154) tristeza (27).

Adicionalmente, se hallaron diversas respuestas que acompañaban a la ansiedad ante situaciones de examen; así, de los 400 estudiantes, las respuestas fisiológicas estuvieron asociadas al 65% de los participantes con ansiedad moderada, mientras que 34,5% se asoció con ansiedad leve; por otra parte, los que presentaron respuestas cognitivas, 63% se asoció a ansiedad moderada, mientras que 33% estuvo asociado con ansiedad leve; finalmente, aquellos que presentaron respuestas de evitación, 60% estuvieron asociados a una ansiedad moderada y 37,5% a ansiedad leve (2). Además, en otro estudio realizado a 1149 estudiantes, se encontró una prevalencia alta de sintomatología de depresión

(47,08%) y ansiedad (27,06%), lo que demuestra que existe un alto índice de riesgo de enfermedad mental en los estudiantes universitarios, por lo que debe ser considerado para la búsqueda de estrategias que detecten y controlen las enfermedades mentales, la pandemia ha puesto al descubierto la necesidad de contar con programas de salud mental en las universidades (3).

Un análisis comparativo sobre los niveles de ansiedad y depresión en los niños de España, Italia y Portugal evidenció que los niveles de ansiedad eran mayores en los niños de España que en los de Italia y Portugal; estos resultados estuvieron relacionados con el alto nivel de estrés de los padres que tuvo repercusión en manifestaciones depresivas (19%) y de ansiedad (38%) en los niños y adolescentes (1). Asimismo, un estudio realizado a 9554 escolares chinos, dió como resultado en la primera encuesta un 36,6% de depresión y 19% de prevalencia de ansiedad; después del brote inicial de la COVID-19, estos porcentajes de ansiedad y depresión incrementaron sustancialmente en la segunda encuesta a un 57% (36).

Estudios realizados en Brasil con 69 padres, ratifican que la depresión y la ansiedad tienen como correlato la pandemia, constituyéndose en un factor de riesgo en el incremento de los niveles de ansiedad (11). Esta información es corroborada por un investigación en la que se establece que los síntomas depresivos y ansiosos en los padres guarda relación con el escenario de pandemia; asimismo, ante el cierre de las escuelas, los padres se percataron que ellos no tenían la formación

suficiente para apoyar a sus hijos en la educación a distancia (15).

Durante la educación a distancia, se evidenció que muchos estudiantes no contaban con recursos tecnológicos en casa por encontrarse en condiciones de pobreza y los docentes atravesaron momentos complicados de ansiedad y estrés, debido al cambio de dejar las aulas físicas por aulas virtuales (5). Se halló también, que los estudiantes presentaron altos niveles de agresividad y cambios en su comportamiento, en su entorno social, mostrando problemas de salud mental, insomnio, depresión, estrés extremo, miedo, ansiedad, nerviosismo y pérdida de apetito; en cuanto a la educación a distancia, los estudiantes manifestaron pensamientos negativos; mientras que, los docentes atravesaron por momentos de ansiedad e inflexibilidad psicológica, originado por estar más tiempo en internet y redes sociales para el desarrollo de sus clases (17).

Se encontró en estudiantes de EE.UU. ansiedad ante los exámenes, el que incrementó para algunos y disminuyó para otros, debido a que muchos de ellos prefirieron desarrollar sus exámenes en un laboratorio con supervisión porque así sentían seguridad en igualdad de condiciones, debido a la incertidumbre de presentar problemas técnicos por la conectividad Wifi (28). Como resultado de un estudio realizado a 1181 alumnos de 12 a 18 años, referente a la ansiedad ante los exámenes, se obtuvo que aumentaron los puntajes por el factor edad, los adolescentes con más edad revelaron niveles más

altos de ansiedad ante los exámenes, diferente a las niñas que obtuvieron puntuaciones altas en niveles de ansiedad (21). De igual forma, un estudio aplicado a 160 estudiantes de secundaria reflejaron un nivel intermedio de ansiedad en el aula de inglés, donde se evaluó tres dimensiones de ansiedad en el aula, dando como resultado que el nivel más alto fue, la aprensión a la comunicación, continuado de ansiedad por el texto y con un nivel más bajo el miedo a la evaluación (20).

Por otro lado, un estudio que analizó la adicción a internet y su relación con la ansiedad, dió como resultado un 61% de síntomas emocionales, 73% en problemas de relación con los compañeros, 33% hiperactividad y 43% con problemas de conducta; es decir, que los niños con dependencia a internet muestran mayores niveles de ansiedad, depresión, agresividad, irresponsabilidad y presentan problemas de comunicación (18). De igual manera, los resultados de un estudio realizado a 766 estudiantes italianos indican que ha mayor nivel de ansiedad social, emociones negativas y estado de soledad, mayores serán las probabilidades de ser parte de los grupos de usuarios con problemas de internet, existiendo relación entre los usuarios problemáticos de internet y los altos niveles de ansiedad social, observándose también una relación inversa con la soledad (25).

Se evidenció que muchas personas se sintieron perjudicadas en sus actividades diarias por el uso excesivo de internet, arrojando como resultado un promedio alto de ansiedad y estrés, llevando

a la conclusión de que el uso de internet está relacionada a los síntomas emocionales en los estudiantes, con una alta presencia de ansiedad con un 28,9%, seguido de estrés con un 25,5% y depresión con un 22,7% (24). Asimismo, los estudiantes, tuvieron un efecto negativo en cuanto a la satisfacción del aprendizaje, debido a la ansiedad informática, ésta se volvió significativa en el resultado de los estudiantes, referente al análisis de regresión múltiple; por tanto, la ansiedad frente a la computadora afecta en gran medida el aprendizaje virtual de los estudiantes (22).

En un estudio realizado a 638 estudiantes, se halló que en los últimos años de vida escolar, el 20% y 30% de los estudiantes experimentaron grandes niveles de angustia y ansiedad, que fueron creciendo al pasar el tiempo, donde el factor más fuerte que se asoció a la angustia fue la ansiedad, la escasa conexión con los compañeros de clase y la reducción de la autoeficacia emocional (33). En ese sentido, otro estudio halló indicadores de conducta, ansiedad y habilidades sociales entre los niños, se evidenció que existe dependencia entre los aspectos del desarrollo socioemocional, tanto la ansiedad, problemas de conducta y habilidades sociales, la captación de los docentes demostró que existe relación directa entre los niveles ansiosos de los niños y los comportamientos inadecuados; asimismo, se encontró evidencias que al incrementarse el nivel de ansiedad, ésta se asocia con dificultades en la independencia social (10).

Además, en un estudio realizado a 1314 estudiantes chilenos, se halló niveles altos de ansiedad a quienes manifestaron mayor esfuerzo, en comparación con los que demostraron ser más ansiosos, existiendo una relación atribuida a los fracasos académicos imputados a la ausencia de ansiedad y la falta de capacidad escolar (13). En contraste, un estudio aplicado a 845 estudiantes de entre 16 a 24 años de edad, evidenció que las estudiantes mujeres son más propensas a desarrollar mayor ansiedad, angustia psicológica que sus compañeros hombres, donde el índice de malestar psicológico y ansiedad fueron altos (19).

En otro escenario, los estudiantes que acceden a grados superiores, perciben que su rendimiento disminuye en las matemáticas; esto va aparejado con una disminución en la ansiedad frente a esta materia, las correlaciones sugirieron que el rendimiento en matemáticas es mayor cuando la capacidad percibida es mayor y la ansiedad es mayor; los altos niveles de ansiedad originados por factores como el modo de crianza familiar o procesos de enseñanza, no conducirían necesariamente a un mejor alcance cognitivo y motivacional del alumno en el curso de matemáticas o a un mejor rendimiento (7).

Asimismo, se halló entre la ansiedad general y la divagación mental, una correlación positiva, moderada y significativa; es decir, se halló relación estrecha entre los niveles de ansiedad y niveles altos de divagación mental con un nivel de confianza de $P = 0.007$ (26). Tras el análisis del Modelo de ecuación estructural, la Escala de

Eventos-Revisada (IES-R), tuvo un efecto total de 0,79 de ansiedad, 0,75 de depresión, 0,74 de auto concepto negativo (30).

Tras realizarse un estudio a estudiantes chilenos, se halló que existe una relación positiva entre la ansiedad rasgo y la auto aceptación; sin embargo, para que esto se dé tiene una variable que sirve como mediador entre estas dos variables que es el optimismo; a medida que se incrementa la ansiedad rasgo, la auto aceptación va disminuir, la ansiedad rasgo también se relaciona con el optimismo y la autonomía (14). En contraste, un estudio que se aplicó a estudiantes de Brasil, evidenció la mediación de la resiliencia de un 35% de vínculo entre la ansiedad rasgo y el miedo a la COVID-19, esta resiliencia coadyuva a la salud mental de las personas, en tiempos de pandemia (8). La ansiedad rasgo ha impactado directamente en los estudiantes en tiempos de pandemia quienes percibieron presión y es cuando necesitan de mayor autorregulación; además, se evidenció que existe relación entre la ansiedad rasgo y el estrés, acompañado de problemas psicosomáticos y la falta de sueño (31).

Por otro lado, un estudio de análisis de regresión lineal aplicada a 235 estudiantes de secundaria, evidenció que existe un apego por el teléfono móvil, lo cual es un referente de la ansiedad estado en un día de clases sin equipos móviles; asimismo, aislar a los estudiantes de sus teléfonos móviles, incrementó el nivel de ansiedad en éstos, específicamente en aquellos que tienen mucha dependencia de sus dispositivos (32).

Por último, se encontró diferencias en un estudio aplicado a estudiantes colombianos donde un 35,2% estuvo referida a niveles de ansiedad estado y 31,5% a niveles de ansiedad rasgo, mientras que los estudiantes peruanos dieron un 32,4% de AE y un 39,1% de AR; por lo tanto, la ansiedad estado en los colombianos es mayor que los peruanos; mientras que la ansiedad rasgo es mayor en los peruanos, que los colombianos (9). No se evidenciaron cambios relevantes en los niveles de ansiedad rasgo y ansiedad estado, como en los valores y sus respectivos niveles (6).

CONCLUSIONES

La información de la literatura permite asumir que el contexto de pandemia ha sido un factor desencadenante de altos niveles de ansiedad y depresión tanto en niños como en adolescentes; a esta población vulnerable se le debió brindar las herramientas necesarias para realizar el afrontamiento y la resiliencia con el concurso de profesionales de la salud mental capacitados. Factor importante en esta tarea es el involucramiento de los padres que debieron de cambiar sus estilos de crianza para maximizar la calidad de vida de sus hijos y los suyos propios a pesar de los efectos adversos del confinamiento.

Es importante destacar que durante la pandemia el aislamiento social debió haber sido compensado por otras formas de relación social como las redes sociales orientados a fortalecer los lazos familiares y amicales para amenguar

los efectos del aislamiento forzoso al que el ser humano no está acostumbrado; propiciando de este modo cierto grado de autonomía, dentro de las circunstancias adversas.

CONFLICTO DE INTERESES. Los autores declaran que no existe conflicto de intereses para la publicación del presente artículo científico.

FINANCIAMIENTO. Los autores declaran que no se ha recibido financiamiento para el presente estudio.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Orgilés M, Espada J, Delvecchio E, Francisco R, Mazzeschi C, Pedro M. Anxiety and depressive symptoms in children and adolescents during COVID-19 pandemic: A transcultural approach. *Psicothema*. 2021; 33(1) 125-30. <https://doi.org/10.7334/psicothema2020.287>
2. Sairitupac S, Varas R, Nieto J, Silva B, Rodríguez M. Niveles de ansiedad de estudiantes frente a situaciones de exámenes: Cuestionario CAEX | Sairitupac Santana | Propósitos y Representaciones. *Propósitos y Representaciones*. 2020; 8(3). <https://doi.org/10.20511/pyr2020.v8n3.787>
3. García P, Ortiz X, Botello E, Aguayo R, Leija J, Góngora F. Psychosocial impact on health-related and non-health related university students during the COVID-19 pandemic. Results of an electronic survey. *Revista Colombiana de Psiquiatría*. 2021; 50(3) 214-24. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2021.04.008>
4. Palacio-Ortiz J, Londoño-Herrera J, Nanclares-Márquez A, Robledo-Rengifo P, Quintero-Cadavid CP. Trastornos psiquiátricos en los niños y adolescentes en tiempo de la pandemia por COVID-19. *Revista Colombiana de Psiquiatría*. 2020; 49(4) 279-88. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2020.05.006>
5. Huamán L, Torres L, Amancio A, Sánchez S. Educación remota y desempeño docente en las instituciones educativas de Huancavelica en tiempos de COVID-19. *Revista de Investigación*

- Apuntes Universitarios. 2021; 11(3) 45-60. <https://doi.org/10.17162/au.v11i3.692>
- 6.** Huerta A, Barahona G, Galdames S, Cáceres P, Ortiz P. Efectos de un programa de Zumba sobre niveles de ansiedad-rasgo, ansiedad-estado y condición física en estudiantes universitarias chilenas. Cuadernos de Psicología del Deporte. 2020; 20(3) 1-14. [file:///C:/Users/USER/Downloads/412371-Texto del artículo-1472891-2-10-20200904.pdf](file:///C:/Users/USER/Downloads/412371-Texto%20del%20artículo-1472891-2-10-20200904.pdf)
- 7.** Pérez M del C, Núñez A, del Mar Molero M, Gázquez JJ, Rosário P, Núñez J. The Role of Anxiety in the Relationship between Self-efficacy and Math Achievement. Psicología Educativa. 2020; 26(2) 7-13. <https://doi.org/10.5093/PSED2020A7>
- 8.** Gonçalves M, Freires L, Tavares J, Vilar R, Gouveia V. Fear of COVID and trait anxiety: Mediation of resilience in university students. Psicología - Teoría e Práctica. 2021; 23(1) 1-16. <https://doi.org/10.5935/1980-6906/eptpc1913996>
- 9.** Chávarry P, Jiménez I, Molina G, Estrada C, Salazar E. Ansiedad Estado y Rasgo en estudiantes de Biomédicas en Universidades de Perú y Colombia 2018. Estrategias preventivas desde el Modelo de la Marea. Comunicación Corta. 2020; 13(1) 66-71. <http://fiadmin.bvsalud.org/document/view/4wvaa>
- 10.** Vaz F, Figueredo Z, Motta A. Behavior problems, anxiety, and social skills among kindergarteners. Psicología - Teoría e Práctica. 2020; 22(1) 185-207. <https://doi.org/10.5935/1980-6906/psicologia.v22n1p185-20>
- 11.** Martins C, Neiva A, Bahia A, Oliveira C, Cardoso M, Abreu J. Parents' mental health and children's emotional regulation during the COVID-19 pandemic. Psicología - Teoría e Práctica. 2021; 23(1) 1-19. <https://doi.org/10.5935/1980-6906/eptpc1913534>
- 12.** Pagea M, McKenzie J, Bossuyt P, Boutron I, Hoffmann T, Mulrow C, et al. The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. Revista Española de Cardiología. 2021; 74(9) 790-9. <https://doi.org/10.1016/j.recesp.2021.06.016>
- 13.** Villamizar G, Araujo T, Trujillo W. Relación entre ansiedad matemática y rendimiento académico en matemáticas en estudiantes de secundaria. Ciencias Psicológicas. 2020; 33(2) 1-13. <https://doi.org/10.22235/cp.v14i1.2174>
- 14.** Gutiérrez A, Mondaca C, Urzúa A, Włodarczyk A. ¿Puede el optimismo mediar el efecto negativo de la ansiedad rasgo sobre el bienestar psicológico? Interamerican Journal of Psychology. 2020; 54(2) 1-17. <https://doi.org/10.30849/ripijp.v54i2.916>
- 15.** Vescovi G, Riter H da S, Azevedo EC, Pedrotti BG, Frizzo GB. Parenting, mental health, and Covid-19: A rapid systematic review. Psicología - Teoría e Práctica. 2021; 23(1) 1-28. <https://doi.org/10.5935/1980-6906/eptpc1913554>
- 16.** Kuty M, Kozłowska M, Skórska K, Gucwa K, Trzebińska M, Stępień P, et al. Anxiety, depression and health locus of control in secondary school students during the COVID-19 pandemic. Psychiatria i Psychologia Kliniczna. 2020; 20(4) 219-33. <https://doi.org/10.15557/PIPK.2020.0029>
- 17.** Çiçek İ, Tanhan A, Tanriverdi S. COVID-19 and Education. Milli Egitim. 2020; 49(1) 1091-104. <https://doi.org/10.37669/milliegitim.787736>
- 18.** Al Majali S. The digital world for children and its relationship with personality disorders: Exploring emerging technologies. International Journal of Emerging Technologies in Learning. 2020; 15(1) 213-21. <https://doi.org/10.3991/ijet.v15i01.11412>
- 19.** Gebremedhin H, Bifftu B, Lebessa M, Weldeyes A, Gebru T, Petrucka P. Prevalence and associated factors of psychological distress among secondary school students in Mekelle city, Tigray region, Ethiopia: Cross-sectional study. Psychology Research and Behavior Management. 2020; 13 (1). 473-80. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S252779>
- 20.** Ahmetović E, Bećirović S, Dubravac V. Motivation, anxiety and students' performance. European Journal of Contemporary Education. 2020; 9(2) 271-89. <https://doi.org/10.13187/ejced.2020.2.271>
- 21.** Torrano R, Ortigosa J, Riquelme A, Méndez F, López J. Test Anxiety in Adolescent Students: Different Responses According to the Components of Anxiety as a Function of Sociodemographic and Academic Variables. Frontiers in Psychology. 2020; 11 (1) 1-8. <http://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.612270>

- 22.** Erdilek M, Şener İ, Begüm H, Türkyılmaz G. COVID-19 pandemisi kısıtlamaları sırasında orta öğretim öğrencilerinin sanal öğrenme başarı ve memnuniyetlerini etkileyen öncüllerin araştırılması. *Milli Eğitim*. 2020; 49(1) 801-29. <https://doi.org/10.37669/milliegitim.788029>
- 23.** Tannert S, Gröschner A. Joy of distance learning? How student self-efficacy and emotions relate to social support and school environment. *European Educational Research Journal*. 2021; 20(4) 498-519. <https://doi.org/10.1177/14749041211024784>
- 24.** Andrade A, Enumo R, Passos A, Vellozo E, Schoen T, Kulik M et al. Problematic Internet Use, Emotional Problems and Quality of Life Among Adolescents. *Psico-USF*. 2021; 26(1) 41-51. <https://doi.org/10.1590/1413-82712021260104>
- 25.** Venuleo C, Ferrante L, Rollo S. Facing life problems through the internet. The link between psychosocial malaise and problematic internet use in an adolescent sample. *Journal of Gambling Issues*. 2021; 46 (1) 107-31. <https://doi.org/10.4309/jgi.2021.46.7>
- 26.** Martinez-Lincoln A, Barnes M, Clemens N. The influence of student engagement on the effects of an inferential reading comprehension intervention for struggling middle school readers. *Annals of Dyslexia*. 2021; 71(2) 322-45. <https://doi.org/10.1007/s11881-020-00209-7>
- 27.** Martinez R, González L, De la Roca-Chiapas J, Hernández-González M. Psychological distress of COVID-19 pandemic and associated psychosocial factors among Mexican students: An exploratory study. *Psychology in the Schools*. 2021; 58(9) 1844-57. <http://doi.org/10.1002/pits.22570>
- 28.** Jaap A, Dewar A, Duncan C, Fairhurst K, Hope D, Kluth D. Effect of remote online exam delivery on student experience and performance in applied knowledge tests. *BMC Medical Education*. 2 de febrero de 2021; 21(1) 1-7. <https://doi.org/10.1186/s12909-021-02521-1>
- 29.** Zhang X, Dimitriou D, Halstead E. Sleep, Anxiety, and Academic Performance: A Study of Adolescents From Public High Schools in China. *Frontiers in Psychology*. 2021; 12 (1) 1-7. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.678839>
- 30.** Karaman MA, Eşici H, Tomar İH, Aliyev R. COVID-19: Are School Counseling Services Ready? Students' Psychological Symptoms, School Counselors' Views, and Solutions. *Frontiers in Psychology*. 31 de marzo de 2021; 12, 12(1) 1-14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.647740>
- 31.** Fino E, Martoni M, Russo P. Specific mindfulness traits protect against negative effects of trait anxiety on medical student wellbeing during high-pressure periods. *Advances in Health Sciences Education*. 2021; 26(3) 1095-111. <https://doi.org/10.1007/s10459-021-10039-w>
- 32.** Gajdics J, Jagodics B. Mobile Phones in Schools: ¿With or Without you? Comparison of Students' Anxiety Level and Class Engagement After Regular and Mobile-Free School Days. *Technology, Knowledge and Learning*. 2021; 27 (1) 1-19. <https://doi.org/10.1007/s10758-021-09539-w>
- 33.** Wuthrich V, Belcher J, Kilby C, Jagiello T, Lowe C. Tracking stress, depression, and anxiety across the final year of secondary school: A longitudinal study. *Journal of School Psychology*. 1 de octubre de 2021; 88(1) 18-30. <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2021.07.004>
- 34.** Gazmararian J, Weingart R, Campbell K, Cronin T, Ashta J. Impact of COVID-19 Pandemic on the Mental Health of Students From 2 Semi-Rural High Schools in Georgia*. *Journal of School Health*. 2021; 91(5) 356-69. <https://doi.org/10.1111/josh.13007>
- 35.** Han W, Xu L, Niu A, Jing Y, Qin W, Zhang J. Online-based survey on college students' anxiety during covid-19 outbreak. *Psychology Research and Behavior Management*. 2021; 14 (1) 385-92. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S298539>
- 36.** Chen X, Qi H, Liu R, Feng Y, Li W, Xiang M. Depression, anxiety and associated factors among Chinese adolescents during the COVID-19 outbreak: a comparison of two cross-sectional studies. *Translational Psychiatry*. 2021; 11(1) 1-8. <https://doi.org/10.1038/s41398-021-01271-4>

ACERCA DE LOS AUTORES

Patricia León-Crispin. Maestra en Gestión Pública, Universidad César Vallejo. Doctorado en Educación. Experiencia como docente universitaria.

Juan Méndez-Vergaray. Licenciado en psicología, Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Especialista en Audición, Lenguaje y Aprendizaje de la PUCP, Perú. Profesor de la Universidad César Vallejo Lima-Perú, en la Escuela de Postgrado en el programa de Doctorado. Trabaja en el área de investigación, desarrolla temas de inclusión educativa, gestión y gobernanza, educación, Perú.

Edward Flores. Doctor en Ingeniería de Sistemas. Maestro en Administración. Ingeniero de Sistemas. Licenciado en Educación, Docente Principal e Investigado, Universidad Nacional Federico Villarreal, Evaluador de acreditación por ICACIT para universidades, certificado como Project Manager Professional PMP®, SMC®, SFC®, KIKF®, ITIL4®, ISO 27001F®, Perú.