

# 09

## PERCEPCIÓN DE LA CONDUCTA POR AISLAMIENTO SOCIAL OBLIGATORIO EN JÓVENES UNIVERSITARIOS POR COVID-19

### PERCEPTION OF COMPULSORY SOCIAL ISOLATION BEHAVIOR IN YOUNG UNIVERSITY STUDENTS BY COVID-19

Javier Francisco Casimiro Urcos<sup>1</sup>

E-mail: [javier.casimiro@uwiener.edu.pe](mailto:javier.casimiro@uwiener.edu.pe)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5372-2582>

Juan Carlos Benites Azabache<sup>1</sup>

E-mail: [juan.benites@uwiener.edu.pe](mailto:juan.benites@uwiener.edu.pe)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7632-7593>

Flor De María Sánchez Aguirre<sup>2</sup>

E-mail: [pmdsanchezaguirre@hotmail.com](mailto:pmdsanchezaguirre@hotmail.com)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6416-6817>

Valeriano Rubén Flores Rosas<sup>3</sup>

E-mail: [vflores@une.edu.pe](mailto:vflores@une.edu.pe)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4242-8756>

Fuster Palma Albino<sup>4</sup>

E-mail: [fusterpalma@gmail.com](mailto:fusterpalma@gmail.com)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9895-1776>

<sup>1</sup> Universidad Privada Norbert Wiener. Perú.

<sup>2</sup> Universidad Cesar Vallejo. Perú.

<sup>3</sup> Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle. Perú.

<sup>4</sup> Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión. Perú.

#### Cita sugerida (APA, séptima edición)

Casimiro Urcos, J. F., Benites Azabache, J. C., Sánchez Aguirre, F. M., Flores Rosa, V. R., & Palma Albino, F. (2020). Percepción de la conducta por aislamiento social obligatorio en jóvenes universitarios por Covid-19. *Revista Conrado*, 16(77), 74-80.

#### RESUMEN

Debido al cierre de las instituciones universitarias y la cancelación de eventos, muchos adolescentes y jóvenes presuponen que se están perdiendo algunos de los momentos de su juventud, como charlar con los amigos, participación en clase y la socialización propia de su edad. La empatía, el estrés, el autocontrol y la ansiedad son conductas más recurrentes que manifiestan los jóvenes por este confinamiento lo cual es motivo de muchas investigaciones. El objetivo de la investigación fue determinar la manifestación de conducta que presentan los jóvenes universitarios ante el aislamiento social obligatorio por Covid-19. Se les aplicó una encuesta vía online, la gran mayoría de los encuestados pertenecen a universidades públicas. La metodología empleada fue un estudio descriptivo, exploratorio de tipo no experimental. De acuerdo a los resultados hallados, podemos concluir que la conducta de los jóvenes universitarios en su mayoría es asertiva.

#### Palabras clave:

Aislamiento social, conducta, confinamiento, Covid-19.

#### ABSTRACT

Due to the closure of university institutions and the cancellation of events, many adolescents and young people assume that they are missing some of the moments of their youth, such as chatting with friends, participating in class and socializing appropriate to their age. Empathy, stress, self-control and anxiety are the most recurrent behaviors that young people manifest due to this confinement, which is the reason for much research. The objective of the research was to determine the manifestation of behavior that young university students present in the face of compulsory social isolation by Covid-19. A survey was applied online, the vast majority of respondents belong to public universities. The methodology used was a descriptive, exploratory, non-experimental study. According to the results found, we can conclude that the behavior of young university students is mostly assertive.

#### Keywords:

Social isolation, behavior, confinement, Covid-19.

## INTRODUCCIÓN

Desde la llegada del Covid-19, al Perú el 6 de marzo con el primer caso positivo (paciente cero), se iniciaron cambios radicales en la forma de vida de los peruanos debido al aumento acelerado de contagios y muertos; con los decretos supremos emanados del gobierno y por las declaraciones de la Organización Mundial de la Salud al ser esta una pandemia a nivel mundial, los peruanos iniciamos el estado de emergencia el 11 de marzo, seguido de la cuarentena a nivel nacional desde el 15 de marzo y finalmente el toque de queda a partir del 18 de marzo. Al estar confinados por tantos meses y con los medios de comunicación que informan y desinforman creció la ansiedad, los niveles de estrés sobre todo en los jóvenes que generalmente tenían un estilo de vida social activo. El distanciamiento social y el aislamiento están alterando las conductas principalmente de los jóvenes que inciden en la familia o el entorno donde ellos se desarrollan.

Moderar la necesidad de tener contacto social en jóvenes sobretodo universitarios es una práctica que necesita tiempo y una acuciosa dirección de las autoridades ya que el ser humano es un ente gregario o semigregario que hace la necesidad de estar en grupos y compartir muchas emociones. Los brotes de enfermedades infecciosas, como el caso del nuevo coronavirus Covid-19 y el consiguiente aislamiento social son factores que pueden conllevar a miedos en muchos de nosotros. Como consecuencia, puede que algunos dejemos que la incertidumbre influya en nuestro comportamiento y la ansiedad se apodere de nuestros pensamientos. El exceso de información, el miedo al desabastecimiento y el temor al contagio son sentimientos completamente normales en una situación como esta.

La conducta es el conjunto de comportamientos observables en una persona. Estos comportamientos pueden ser divididos en 3 áreas: mente (incluye actividades como pensar, soñar, etc.), cuerpo (comer, hablar) y mundo externo (concurrir a una cita, hablar con amigos). Una conducta humana es considerada formal cuando el comportamiento del sujeto respeta una serie de reglas valiosas en una sociedad o comunidad.

La conducta o el comportamiento del ser humano, al ser una manifestación de un organismo pensante, de una persona genéticamente estructurada para hacer una manifestación de actos ante la sociedad y los estímulos, lo hace a través de cómo este estructura su personalidad. A continuación, describiremos algunas conductas que se manifiestan en estos días de pandemia y que tiene como protagonista a los estudiantes universitarios.

En tiempo de cuarentena o aislamiento social obligatorio por la pandemia del coronavirus emergen en las personas especialmente en los jóvenes una serie de actitudes tanto positivas como negativas. Hemos visto a través de hechos que suceden a diario y que son vertidos por los diferentes medios de comunicación las reacciones de las personas que comentan en favor o en contra de las medidas que toman las autoridades y que crean una serie de malestares económicos y de salud especialmente. Sin embargo, algo que está claro es que existe una mayoría consciente de que esta emergencia sanitaria es grave y que en tanto se pueda controlar o aminorar hay que hacer un esfuerzo por mantenernos en casa y practicar los protocolos sanitarios.

El hecho está en que en las crisis siempre se demuestra lo mejor o lo peor de la humanidad. Hay pensamientos verdaderamente desquiciados que se hacen virales en las redes sociales, asimismo hay otros pensamientos verdaderamente nobles. De igual manera hay muchas acciones que son dignas de imitar, pero existen otras acciones realmente censurables.

En la sociedad actual se promueven igualmente valores y antivalores que muchas veces no tienen mucho que ver con la condición socioeconómica ni la clase social de las personas que las apoyan. Aquí se posesiona el término de empatía que para Prieto (2011), es "la capacidad de una persona para ponerse en el lugar del otro y poder así comprender su punto de vista, sus reacciones, sentimientos y demás". Otro concepto que se puede añadir es que la empatía es la tendencia natural a sentirse dentro de lo que se imagina, tendencia que permite reconocer la existencia de otro. Constantemente los investigadores estudian cual es la parte del cerebro donde se encuentra alojado el proceso empático.

Así, la corteza prefrontal parece la principal área implicada en el procesamiento de la empatía y la regulación del procesamiento empático: la región frontal dorsolateral estaría más especializada en la empatía cognitiva, mientras que la región orbitofrontal lo estaría en la empatía afectiva. Si bien las lesiones en estas regiones suelen ir asociadas a menores niveles de empatía en la mayoría de los casos, un pequeño porcentaje de los pacientes pueden manifestar desinhibición empática o una respuesta excesiva a las situaciones de los otros.

Esta hipótesis se ha visto recientemente apoyada por un metanálisis en el que se identifica una dicotomía funcional entre la región ventral del lóbulo frontal, implicada en la generación de la experiencia emocional, y la región dorsal, la cual se activaba durante el procesamiento de la información cognitiva.

En cuanto a la diferencia de género a pesar de que en estudios iniciales no se encontraban diferencias entre hombres y mujeres en su nivel de empatía, cuando Hoffman (1977), separó las medidas de empatía cognitiva y afectiva encontró que las mujeres tendían a puntuar más alto que los hombres en empatía afectiva pero no en la cognitiva.

En un intento de replicar estos resultados, Eisenberg & Lennon (1983), analizaron las diferencias de género en la dimensión cognitiva de adopción de perspectiva afectiva. Se obtuvieron los mismos resultados del estudio de Hoffman (1977), y fueron interpretados por los autores en base a una explicación auto representacional basada en los estereotipos de rol de género, según la cual en cuestionarios disposicionales que miden la tendencia a experimentar la empatía emocional, las mujeres tienden a presentarse como más empáticas puesto que es lo que se espera de ellas, mientras los hombres hacen lo contrario. Esta explicación ha recibido apoyo empírico procedente de otros estudios.

La psicología positiva tiene como objeto de estudio al hombre en relación a su pensamiento, creatividad y emociones, donde la inteligencia emocional se encuentra como eje principal de la orientación psicológica, centrados en los estudios del cerebro límbico siendo regido por las emociones a lo largo del desarrollo humano a través del tiempo y el espacio. Por otro lado, es conveniente dirigir la mirada a múltiples factores que inciden en la conducta de la persona, en relación a las capacidades humanas que afloran en la supervivencia de la especie, donde lo cognitivo no es lo único necesario para existir, sino también la capacidad creadora, el entusiasmo, la motivación, la habilidad psicológica, las actitudes, las cualidades emocionales y sociales, son necesarias para el desenvolvimiento con los demás y el entorno que nos rodea (Serrano & Álvarez, 2010).

Cabe precisar, que el autocontrol está ligado a la inteligencia emocional, aspecto que permite entender la complejidad de la actuación humana, su estructura comprende cinco habilidades: autocontrol, autoconocimiento, automotivación, empatía y la conducción de las relaciones sociales.

Frente al escenario que atraviesan los jóvenes universitarios de 18 a 22 años y ante la pandemia del virus SARS-CoV-2, se ven obligados a asumir las medidas de seguridad en salud impuestas para prevenir el contagio mediante el aislamiento social obligatorio, trayendo como consecuencia que no realice las actividades que comúnmente desarrollaba antes de lo dispuesto por las autoridades.

El autocontrol se concibe como la capacidad innata o adquirida que posee el ser humano ante cualquier hecho, fenómeno o pensamiento de mantener las emociones y los aspectos fisiológicos dentro de los espacios adaptativos. Además, el autocontrol es una competencia que facilita la gestión de los sentimientos de manera adecuada frente a los diversos eventos que experimentan las personas. Esa capacidad de conocerse así mismo para controlar las emociones, sentimientos, actitudes, conductas, frente a sentimientos positivos y sentimientos contrarios como la ansiedad, irritabilidad, estos últimos trastocan la conducta.

Por tanto, todo ser humano debe conocer sus emociones ante diversos contextos determinados, aprende a conducirla para sentirse bien en el desarrollo de sus actividades diarias. Siendo esta habilidad un potencial de los seres humanos para dirigir sus reacciones emocionales, dominar sus impulsos y recuperarse de adversidades.

El uso del autocontrol en la persona conlleva a presentar características como reducir las reacciones impulsivas, deseos o emociones que afecten a otras personas, orientar sus emociones ante situaciones difíciles, poseer pensamientos positivos ante las adversidades, lograr mantener la atención y no perder la concentración, contar con metas y visión definida de su vida, estar motivado constantemente, saber los aspectos futuros de su realidad, encausar sus emociones a la hora de tomar decisiones, ser objetivos y estar pendiente de su realidad, reflexionar sobre sus actos, identificar y superar sus debilidades, construir y aprender a valorar su cultura, condición social desde los aspectos académicos y laborales, generar sentimientos que causen el bienestar y estabilidad de los demás.

Los jóvenes estudiantes durante su permanencia en la universidad experimentan una serie de cambios conductuales sobre todo al salir rápidamente de su adolescencia y convertirse en adultos responsables que aún no lo son. Esos cambios no sólo son respecto a lo académico sino a lo emocional y familiar motivo por el cual deben asumir su rol y asumir su responsabilidad. En estos cambios que están sufriendo se une uno más complicado que es el estrés por confinamiento o aislamiento social obligatorio que le impide movilizarse a sus instituciones y comenzar a cambiar sus sesiones de clase vía virtual, actividad poco conocida para ellos.

Los estudiantes ante los cambios de su enseñanza aprendizaje comienzan a mostrar signos de estrés más aún cuando los profesores no son lo suficientemente claros y didácticos para la explicación de sus clases y son recargados de con exceso de trabajos. La situación se

complica porque muchos estudiantes encuentran obstáculos para estudiar recluidos en casa. Factores como estar con mucha gente en una casa pequeña, no tener una conexión de Internet fiable, tener familiares enfermos o el estrés general de la situación actual por la pandemia dificultan la concentración y el estudio. Esta vida moderna actual es un problema al cual nos encontramos vinculados ya que el estrés interfiere no sólo en el apetito, en el sueño, en la capacidad de concentrarse en el trabajo y la aparición de cuadros psicológicos.

Se calcula que el 25% de la población mundial padece de estrés o de algún trastorno de salud relacionado con este problema, por lo cual se le considera como uno de los principales problemas de salud psicológica en el mundo (Valadez, 1998). El estrés es la respuesta del cuerpo a condiciones externas que perturban el equilibrio emocional de la persona y por ende su rendimiento físico y académico; esto va generándose con el paso del tiempo, debido a las distintas tensiones que experimentan los individuos y a las que se ven enfrentados diariamente, por ello todos nos encontramos expuestos constantemente a nuevos escenarios y ambientes, los cuales hacen que los seres humanos tengan que esforzarse cada vez más para adaptarse a ellos.

Existen diversos tipos de estrés, los cuales se definen en función a la fuente del mismo, de esta manera, se puede hablar de estrés marital, amoroso, ocupacional, académico, entre otros. El estrés académico se refiere a un proceso sistémico, de carácter adaptativo y principalmente psicológico que se presenta en tres momentos. Primero, cuando el alumno se ve sometido, en contextos académicos, a una serie de demandas que bajo su propia valoración son percibidas como estresores.

Segundo, cuando estos últimos generan un desequilibrio sistémico (situación estresante) que se manifiesta en un conjunto de síntomas (indicadores del desequilibrio). Y tercero, cuando ese desequilibrio obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento que restauren el equilibrio sistémico.

Luego de permanecer aislado socialmente los jóvenes comienzan a experimentar una serie de cambios en su conducta, una de ellas es la ansiedad que en muchos casos pueden llevar a trastornos más severos en la edad adulta. Según los investigadores la indagación a corta edad de este síndrome es de suma importancia para hacer un diagnóstico y tratamiento oportuno.

Existen innumerables conceptos con respecto a la ansiedad entre ellos podemos mencionar que la ansiedad *“se define como la respuesta anticipatoria a una amenaza que se caracteriza por sensaciones afectivas de nerviosismo,*

*tensión, aprensión y alarma, acompañadas de manifestaciones conductuales visibles y de cambios fisiológicos asociados a la hiperactivación del sistema nervioso autónomo”*. (Sandín, 1997)

Otro concepto que podemos mencionar es que *“es un proceso normal y automático que experimenta el ser humano en momentos cruciales de forma compleja y determinante, ya que hace referencia a una respuesta que se produce a nivel mental de forma cognitiva y abstracta”*. (Stossel, 2014)

El sistema límbico es el que se activa ante una situación de alarma ya que al darse cuenta la persona que se encuentra en un episodio de peligro, llega a ser algo lógico al estar consciente del fenómeno o resiste a ser partícipe de ella. La ansiedad puede presentarse en tres formas:

1. Normal, que es cuando responde a un estímulo externo o interno.
2. Patológica, aquí no existe un estímulo previo.
3. Generalizada, cuyo temor prolongado que se caracteriza por miedos sin relación con un objeto.

Los estudiantes universitarios presentan con mayor frecuencia este tipo de riesgos, y constituyen uno de los grupos de mayor interés para el estudio de la ansiedad, debido a sus exigencias psicológicas, sociales y académicas, aunadas a los altos niveles de estrés que, en conjunto, conllevan a problemas de salud mental como trastornos depresivos, ansiedad, suicidio, abuso de alcohol y drogas, entre otros (Bohórquez, 2007).

## MATERIALES Y MÉTODOS

El presente trabajo se ha desarrollado bajo el enfoque cuantitativo de tipo descriptivo. El diseño es transeccional descriptivo porque se midió en un grupo de personas una variable y se proporcionó su descripción a partir de dimensiones.

La técnica utilizada para la recolección de datos fue la encuesta y el instrumento el cuestionario de percepción de la conducta, este último fue adaptado a la población para recopilar la información. Dada la situación que se estaba generando por la pandemia del COVID-19, se decidió realizar vía online

El cuestionario lo integraron 48 ítems, organizados en cuatro dimensiones: Empatía, ansiedad, estrés y autocontrol. Cada uno presentó cuatro alternativas de respuesta: Siempre (S), Frecuentemente (F), Algunas veces (AV) y Nunca (N).

El criterio de confiabilidad del instrumento se determinó por el coeficiente de Alfa de Cronbach y el instrumento tiene un nivel alto de confiabilidad ( $\alpha = 0,880$ ).

Para la validez del instrumento se aplicó el análisis factorial exploratorio a cada uno de sus dimensiones. Para hallar la validez y confiabilidad de del instrumento se utilizó el software SPSS V-25.

La población estuvo conformada por 447 jóvenes universitarios, pertenecientes a diferentes universidades de nuestro país. La mayor frecuencia de edad se dio en los mayores a 23 años en un 43,6%, la representación por sexo se comportó de la manera siguiente: el 72,3% mujer y 27,7% hombre. Participaron los jóvenes de 12 universidades, siendo 4 de universidades particulares y 8 de universidades públicas; teniendo como la mayor representatividad los estudiantes de las áreas de Ciencias sociales en un 56,2% seguido por los estudiantes de las áreas de salud en un 38,3%. De acuerdo al número de personas que viven con el encuestado, se observó que el 45% de ellos viven con 4 a 6 personas. Se manifestó también que la gran mayoría (70%) le dedican por lo menos 2 horas de su tiempo para informarse respecto a la pandemia.

### RESULTADOS Y DISCUSIÓN

La dimensión Empatía está representada por un conjunto de 10 ítems. Podemos observar de la tabla y grafica adjunta que una gran mayoría (54,8%) de los estudiantes encuestados presentan Empatía, es decir comprende los sentimientos y emociones de los demás sobre todo en estos tiempos de aislamiento social. Pero hay un gran porcentaje de estudiantes que tiene problemas con la empatía y esto se da en un 42,1%; muy por el contrario, hay solo un 3,1% que presenta ausencia o falta de empatía (Tabla 1, Figura 1).

Tabla1. Frecuencia de Empatía,

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Falta de empatía	14	3,1	3,1
Problemas de empatía	188	42,1	45,2
Presenta empatía	245	54,8	100,0
Total	447	100,0	

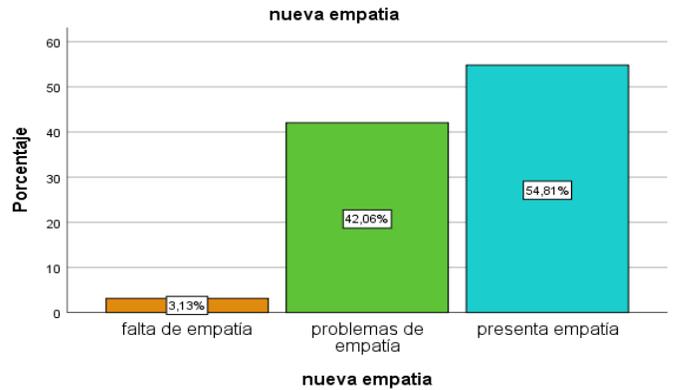


Figura 1. Frecuencia de empatía.

La dimensión Ansiedad está representada por un conjunto de 15 ítems. Podemos observar de la tabla y grafica adjunta que una gran mayoría (56,6%) de los estudiantes encuestados presentan Ansiedad moderada, es decir toman las situaciones que se están viviendo como amenazantes, sus preocupaciones y miedos no son tan alarmantes, sus preocupaciones y miedos no son tan alarmantes. El 37,4% de los estudiantes presenta una ansiedad leve que nos indica que sus preocupaciones y miedos no son tan alarmantes y un 6,00% de los estudiantes presenta una grave ansiedad que ya está relacionado con el pánico (Tabla 2, Figura 2).

Tabla 2. Frecuencia de Ansiedad.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Ansiedad leve	167	37,4	37,4
Ansiedad moderada	253	56,6	94,0
Ansiedad grave	27	6,0	100,0
Total	447	100,0	

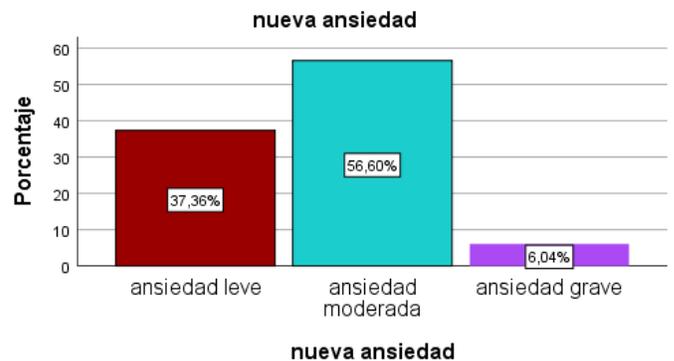


Figura 2. Frecuencia de Ansiedad.

La dimensión Estrés está representada por un conjunto de 12 ítems. Podemos observar de la tabla y grafica adjunta que una gran mayoría (54,6%) de los estudiantes

encuestados presentan un moderado Estrés, el 41,8 de los estudiantes manifiestan un bajo Estrés y un grupo reducido de estudiantes presenta un alto estrés (3,6%) que puede estar relacionados a graves daños emocionales (Tabla 3, Figura 3).

Tabla 3. Frecuencia de Estrés.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Bajo estrés	187	41,8	41,8
Moderado estrés	244	54,6	96,4
Alto estrés	16	3,6	100,0
Total	447	100,0	

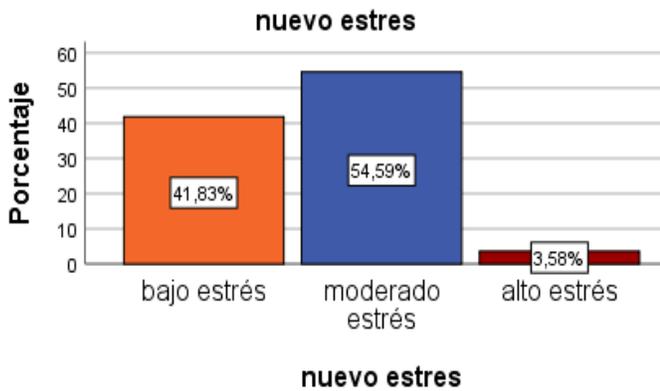


Figura 3. Frecuencia de Estrés.

La dimensión Autocontrol está representada por un conjunto de 11 ítems. Podemos observar de la tabla y grafica adjunta que una gran mayoría (66%) de los estudiantes encuestados presentan un nivel moderado de Autocontrol, es decir que presenta un dominio de sí mismo ante la adversidad. Un 22,4% de estudiantes presentan un nivel bajo de autocontrol y hay un 11,6% de estudiantes que presenta un alto nivel de autocontrol es decir que puede mantener su equilibrio y estabilidad emocional de forma óptima (Tabla 4, Figura 4).

Tabla 4. Frecuencia de Autocontrol.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Nivel bajo de autocontrol	100	22,4	22,4
Nivel moderado de autocontrol	295	66,0	88,4
Nivel alto de autocontrol	52	11,6	100,0
Total	447	100,0	

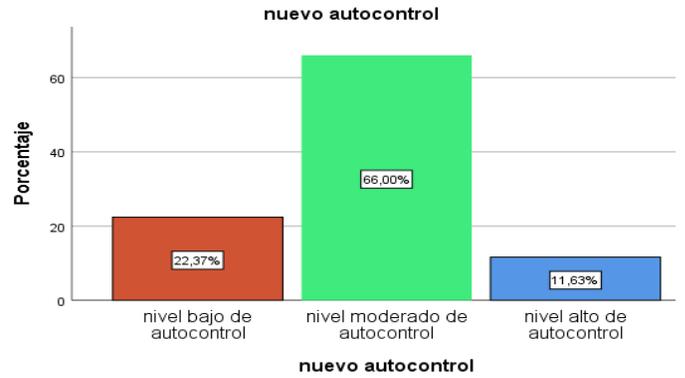


Figura 4. Frecuencia de autocontrol.

La variable Conducta por aislamiento social está representada por un conjunto de 48 ítems. Podemos observar de la tabla y grafica adjunta que el 43,2% de los estudiantes presenta una conducta asertiva, es decir depende mucho del momento que se vive y de las circunstancias tratando de buscar la que tenga mayor relevancia para todos. El otro grupo de estudiantes presenta una conducta pasiva en un 30% quiere decir que no llega a plantear sus intereses e inquietudes para evitar conflictos y por último hay un significativo 26,8% que presenta una conducta agresiva; que propone plantear los intereses, pero de manera poco efectiva pensando que su opinión es la única que vale (Tabla 5, Figura 5).

Tabla 5. Frecuencia de Conducta por aislamiento social.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Conducta pasiva	134	30,0	30,0
Conducta agresiva	120	26,8	56,8
Conducta asertiva	193	43,2	100,0
Total	447	100,0	

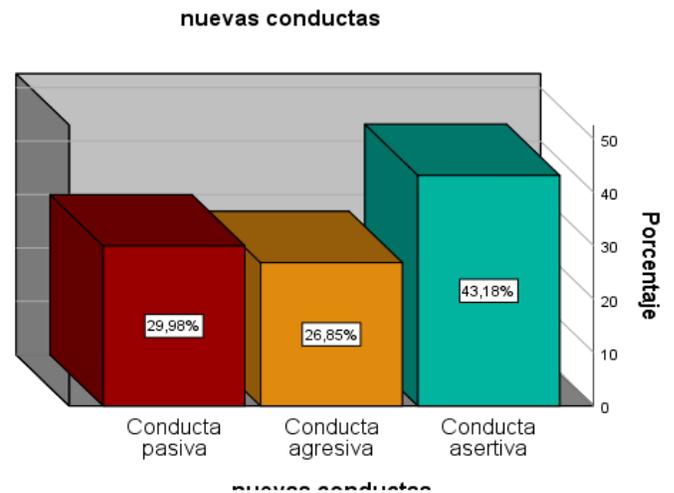


Figura 5. Frecuencia de las conductas.

## CONCLUSIONES

En los actuales momentos, de incertidumbre por una pandemia que no cesa y que nos tiene confinados y con cambios de conducta sobretodo en la población juvenil, es importante aportar para conocer el estado emocional de los jóvenes y partiendo de los resultados hallados comenzar a buscar soluciones que puedan mejorar o evitar un deterioro de la salud mental.

El impacto en la conducta especialmente en los jóvenes se ve reflejada porque es una etapa de su vida donde más se interrelacionan; ellos necesitan estar al aire libre y en los salones universitarios lo que hace que tanto la empatía, la ansiedad el estrés y el autocontrol se vean modificadas.

En cuanto a la Ansiedad los resultados obtenidos nos indican que existe un 54% de estudiantes que presentan ansiedad leve y que un porcentaje considerable de 39,4% presenta una moderada ansiedad que como explicaron se sienten inseguros e inquietos ante los recientes acontecimientos de la pandemia, resultados que coinciden con González-Jaimes, Norma Lilia. et al. Impacto psicológico en estudiantes universitarios mexicanos por confinamiento durante la pandemia por Covid-19, en cuanto a la ansiedad moderada del 40,3% y que estos niveles de ansiedad se ven reflejados en jóvenes entre 18 a 25 años.

Por otra parte, el Estrés encontrado en la población juvenil fue de 60,5% de un bajo estrés y un 35,8% de un moderado estrés, coincide lo encontrado por González-Jaimes, Norma Lilia. et al. Impacto psicológico en estudiantes universitarios mexicanos por confinamiento durante la pandemia por Covid-19, que encontró un porcentaje de estrés del 31,92%. Hay que indicar que el estrés se hace más manifiesto en los jóvenes que están más cerca de la capital donde hay mayor presencia de personas contagiadas y decesos por Covid-19.

En cuanto al autocontrol los resultados arrojaron un 22,4% de bajo autocontrol y un 66% de moderado autocontrol. En este sentido definitivamente el autocontrol, o "autodominio" o "autorregulación" como también se le suele llamar, representa una de las habilidades de la inteligencia emocional de mayor eficacia en tiempos de crisis como los que estamos viviendo hoy con el Covid-19.

Por último en cuanto a la conducta en general nuestros resultado arrojaron que un 43;2% de los estudiantes presentaron conductas asertivas ante el aislamiento social por Covid-19 es decir los estudiantes tratan de defender sus puntos de vista respetando los derechos y creencias de los demás, pero también existe un grupo considerable

de estudiantes que ha experimentado una conducta pasiva en estos tiempos de aislamiento social en un 30% cuya particularidad es quedarse callado para evitar conflictos y por último existe un 26,8% de estudiantes que presenta una conducta agresiva cuya características son jóvenes beligerantes y suelen estar a la defensiva imponiendo sus elecciones y desiciones.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bohórquez Peñaranda, A. (2007). Prevalencia de depresión y de ansiedad en estudiantes de medicina. (Tesis de Psiquiatría). Universidad Javeriana.
- Eisenberg, N., & Lennon, R. (1983). Sex Differences in Empathy and Related Capacities. *Psychological bulletin*, 94(1), 100-131.
- González Jaimes, N.L., Tejeda Alcántara, A.A., Méndez, C. M., & Ontiveros Hernández, Z. O. (2020). Impacto psicológico en estudiantes universitarios mexicanos por confinamiento durante la pandemia por Covid-19. <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/download/756/1024/1068>
- Hoffman, M. L. (1977). Sex differences in empathy and related behaviors. *Psychol Bull.*, 84(4), 712-722.
- Prieto, M. Á. (2011). Empatía, Asertividad y Comunicación. *Innovación y Experiencias Educativas* 41, 1-8.
- Sandín, B. (1997). Ansiedad, miedos y fobias en niños y adolescentes. *Educación y Desarrollo Social*. Dykinson.
- Serrano, M., & Álvarez, D. (2010). Inteligencia emocional: autocontrol en adolescentes estudiantes del último año de secundaria. *Multiciencias*, 10(3), 273-80.
- Stossel, S. (2014). Ansiedad. Miedo, esperanza y la búsqueda de la paz interior. Seix.
- Valadez, A. (1998). Efectos del estrés. Un análisis descriptivo. *Rev Interam Psicol.*, 32(1), 73-94.