

**Efectos de la Pandemia Covid-19 en la salud y educación**

Effects of the Covid-19 Pandemic on health and education

\*Vilma Mercedes Miranda Baquedano

A medida que los países fueron confinando a la población para retrasar el contagio y aumento de los casos por la pandemia del COVID-19, se buscaron alternativas para trabajar en casa y la educación no se quedó atrás. Se comenzó el teletrabajo y la educación de manera virtual, disminuyendo así el contacto con familiares, amigos y compañeros. La pandemia del COVID-19 puso de manifiesto nuevas formas de comportarnos y de convivir, también nos dio tiempo para mirarnos por dentro y a nuestro alrededor, buscando que es mejor y que podemos modificar para ser mejores. Fueron diversos efectos que generó la pandemia del COVID-19 en la vida de las personas tanto a nivel socioeconómico, como en la salud y la educación.

Esta nueva realidad repercutió en la salud mental de la población, por el encierro, aumento de la carga laboral y por la poca socialización a la que el ser humano siempre ha estado acostumbrado y la pérdida de trabajo que muchos experimentaron, entre otros. Además, los medios de comunicación, con noticias de aumento de casos y cifras alarmantes de fallecidos, aumentaron la incertidumbre y el caos en la salud en general y de la mental en particular. El exceso de información y los rumores infundados pueden hacer que las personas se sientan sin control y que no tengan claro qué hacer. Por esta causa, los individuos sienten sensación de: estrés, ansiedad, miedo, tristeza, y soledad, por lo que aumenta la posibilidad de que empeoren los trastornos de salud mental previos.<sup>(1)</sup>

Además, existen circunstancias en la vida de los individuos, que pueden propiciar un mayor riesgo psicosocial ante la pandemia como ser: personas alcohólicas, los que deambulan por la calle, de escasos recursos, convivencia en entornos de riesgo, menores de edad o dependientes de otras personas, precariedad u obligación de acudir a su puesto de trabajo.

En esta pandemia del COVID-19, fueron habituales los síntomas físicos, problemas de sueño o apetito, aislamiento de compañeros y seres queridos, pero también un aumento o disminución de la energía, apatía y desatención a los comportamientos referidos a la promoción de la salud. La situación provocada por el COVID-19 puede ser el detonante del surgimiento de problemas de ansiedad y depresión por el miedo a contagiarse y por las preocupaciones excesivas sobre la salud.<sup>(2)</sup>

Además del impacto en la salud, la pandemia del COVID-19 cambió las formas de enseñar; la utilización e implementación de la educación virtual no eran acontecimientos

---

Autora Vilma Mercedes Miranda Baquedano / ORCID <https://orcid.org/0000-0002-0616-0043> vilma.miranda@unah.edu.hn

Magister en Enfermería y Especialista en Salud Materno Perinatal. Docente de la Carrera de Enfermería de la Universidad Nacional en el Valle de Sula.

Recibido: 15 de septiembre del 2022 Aprobado: 12 de diciembre 2022

nuevos, pero no tenían los repuntes que se dieron por la pandemia, en donde, de la noche a la mañana se hizo una transición de lo presencial a lo virtual, muchos sin tener la experiencia ni el conocimiento en las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC).

Una de las desventajas de las TIC es la vulnerabilidad de los usuarios relacionada a la falta de conocimiento, manejo y buen uso de los recursos digitales, así como con la falta de los equipos y programas tecnológicos que se requieren para su implementación tanto para el docente como para el estudiante. Además, la modificación de los planes educativos presenciales por una educación mediada por las TIC fue una meta difícil de alcanzar y en ella se vieron afectados tanto estudiantes como maestros.<sup>(3)</sup>

Esta situación colocó a los estudiantes en un escenario difícil, ya que muchas familias no tenían acceso a internet, ni los dispositivos y aplicaciones necesarias, lo que provocó una crisis entre ellos y el docente. Además, la socialización de los estudiantes es insustituible para la construcción del conocimiento, el trabajar en grupos, colaborar y propiciar ambientes lúdicos contribuyen con el aprendizaje constructivo, situación de la que fue privado el estudiante en esta pandemia. También, las medidas de bioseguridad extrema para evitar contagio, condiciones a las que nunca se había tenido que someter, causaron situaciones estresantes.

El estrés desde el enfoque transaccional se define como “un proceso de interacción entre el individuo y el entorno, que se produce cuando el sujeto evalúa situaciones de la vida como amenazantes o desbordantes de sus recursos y que puede poner en peligro su bienestar”<sup>(4)</sup> Esto hizo que se buscaran formas de afrontar una situación estresante, condiciones difíciles o extremas en el cambio de vida que originó la pandemia.

Muchos desarrollaron cualidades psicológicas como: resistencia psicológica; disposición emocional favorable y alta motivación; autocontrol y autodominio; adaptabilidad; voluntad, independencia, confianza y seguridad en sí mismo; capacidad para comunicarse; restablecimiento y recuperación, entre otras.<sup>(4)</sup>

Algunas de estas cualidades engloban la palabra resiliencia que no es más que la capacidad humana para enfrentar, sobreponerse y salir fortalecido o transformado de esas experiencias adversas importantes. El origen del término se remonta a los años ochenta, cuando algunos investigadores comenzaron a percatarse de que algunas personas, a pesar de desarrollarse en ambientes muy desfavorables y potencialmente generadores de psicopatologías, no presentaban característica alguna de enfermedad mental, por el contrario, se mostraban muy competentes social y personalmente, siendo un constructo multidimensional.<sup>(4)</sup>

De acuerdo con lo expuesto, se desprende que tanto la resiliencia como el optimismo son características personales positivas que se relacionan con la capacidad para afrontar las

situaciones estresantes con resolución, manifestar un ajuste psicológico en los diversos ámbitos en los que se participa y así, lograr los objetivos vitales.<sup>(5)</sup>

La vivencia que dejó esta Pandemia del COVID-19 tanto para la educación como para la salud, evidenció vacíos existentes en ambos campos, no estábamos preparados, se realizaron cambios y ajustes en el camino para enfrentar la adversidad, a los que logramos sobrevivir, nos dejó más fortalecidos y sobre todo resilientes.

Palabra Claves: Covid 19, Educación en salud, Personal de salud

Keywords: Covid 19, Health education, Health personnel

**Autora Vilma Mercedes Miranda Baquedano**

(vilma.miranda@unah.edu.hn)

Directora Revista EUCS. UNAH-VS

orcid: <https://orcid.org/0000-0002-0616-0043>

### **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

1. Hernández Rodríguez José. Impacto de la COVID-19 sobre la salud mental de las personas. *Medicentro Electrónica* [Internet]. 2020 Sep [citado 2022 Oct 02]; 24 (3): 578-594.  
Disponibile en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1029-30432020000300578&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30432020000300578&lng=es). Epub 01-Jul-2020.
2. Sánchez Boris María Isabel. Impacto psicológico de la COVID-19 en niños y adolescentes. *MEDISAN* [Internet]. 2021 [citado 2022 Octubre 02]; 25 (1): 123.  
Disponibile en <http://scielo.sld.cu/pdf/san/v25n1/1029-3019-san-25-01-123.pdf>.
3. Villa-Guardiola, Vera Judith, Romero-González, Zilath, & Hernández-Ramírez, Sandra Lucero. Evaluación del impacto del Covid-19 en la educación básica de México y Colombia. *Revista de Investigación, Desarrollo e Innovación* [Internet] 2022 Sept [citado el 2022 Oct 02];12 (2): 229-238.  
Disponibile en <https://doi.org/10.19053/20278306.v12.n2.2022.15262>.
4. Espinoza-Ferro, Y., Mesa-Trujillo, D., Díaz-Castro, Y., Caraballo-García, L. & Mesa-Landín, M. Estudio del impacto psicológico de la COVID-19 en estudiantes de Ciencias Médicas, Los Palacios. *Rev Cubana Salud Pública* [Internet] 2021 Feb [citado el 2022 Oct 03]; 46. Disponibile en <https://scielosp.org/article/rcsp/2020.v46suppl1/e2659/>.
5. Vizoso-Gómez, C. Ma. Y Arias-Gundín, O. Relación entre resiliencia, optimismo y compromiso en futuros educadores. *Revista Internacional de Investigación e Innovación Educativa* [Internet] 2019 [citado en 2019 Oct 03]; 11: 33-46  
Disponibile en <https://www.upo.es/revistas/index.php/IJERI/article/view/2938/2950>.