

COVID-19 y autoeficacia

Ángeles López-Nórez*
Aurora Irma Máynez Guaderrama*

Introducción



La pandemia de COVID-19 es un evento que sin duda ha representado una demanda amenazante. Ha supuesto una carga adicional de estrés para la población en general y particularmente para los estudiantes de cualquier nivel. Este trabajo es parte del estudio denominado “Miedo y COVID-19: sus efectos en términos de estrés percibido e intención de abandono escolar en estudiantes universitarios mexicanos”, llevado a cabo por un equipo interdisciplinario de profesores investigadores mexicanos.

El interés en investigadores –que también somos docentes en instituciones de educación superior (IES)– por estudiar efectos de este fenómeno en estudiantes universitarios se acrecienta al observar diferencias en sus actitudes y conductas en función de modificaciones en hábitos, espacios, relaciones sociales y otros aspectos de su vida cotidiana. Nos cuestionamos si, como encontraron Belkis, Calcines, Monteagudo de la Guardia y Nieves¹ y García-Ros, Pérez-González, Pérez-Blasco, y Natividad,² al verse excedidos los recursos y capacidades de un estudiante que enfrenta situaciones difíciles o simplemente imprevistas, inevitablemente el estrés se disparará. En este sentido, el propósito de este trabajo fue conocer la capacidad de los participantes en el estudio para lidiar con estímulos estresantes y mantener

Fecha de
recepción:
2021-07-23
Fecha de
aceptación:
2021-08-17



* Profesoras investigadoras de la UACJ.

¹ Belkis A. Águila, María Calcines *et al.*, “Estrés académico”. *Edumecentro*, 7, 2 (2015), pp. 163-178.

² Rafael García-Ros, Francisco Pérez-González, *et al.*, “Evaluación del estrés académico en estudiantes de nueva incorporación a la universidad”. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 44, 2 (2012), pp. 143-154.

un estado de bienestar físico y mental que les permita cumplir con su quehacer académico y minimizar la probabilidad de considerar la deserción.

Marco teórico

Aunque se conocen diferentes tipos de estrés,³ en este trabajo se considera al que Maturana y Vargas han denominado estrés académico.⁴ Éste se observa exclusivamente en estudiantes como resultado de los estresores a que se sujetan dentro de su quehacer en el ámbito escolar, en el cual suelen experimentar altos niveles de estrés por la propia naturaleza de su actividad académica, a la cual ahora se ha aunado un evento amenazante, por lo que se buscó conocer si sus propias estrategias de afrontamiento están siendo eficaces.

Para ello se tomó como base la aportación sobre Autoeficacia Específica para el Afrontamiento del Estrés (AEAE) que Godoy-Izquierdo, Godoy, López, Garrido, Valor Vélez y León han expuesto dentro de sus trabajos.⁵ Ésta implica el conjunto de creencias que se relacionan con la confianza que cada persona tiene en los recursos que le permiten hacer frente a los sucesos estresantes de una forma eficaz, e incluso prevenir el potencial impacto negativo. Se consideran dos tipos

de expectativas: de eficacia (EE) y de resultado (ER). Las primeras aluden al juicio que la persona hace sobre su capacidad para hacer frente mediante acciones planeadas y organizadas a las situaciones estresantes. Las segundas están en función de la creencia personal de que esas acciones le reeditarán positivamente al lograr lo que espera.

Método

Instrumento. Escala de Autoeficacia para el Afrontamiento del Estrés (EAEAE), que ha tenido una amplia aceptación entre investigadores sobre este tema.⁶ Esta escala se aplicó en línea, dadas las circunstancias de pandemia.

Participantes. Colaboraron voluntariamente 371 estudiantes de 27 IES mexicanas, en un rango de edad de 18 a 50 años (media de 21.96). El 24.5% (91 participantes) eran hombres y 75.5% (280) mujeres. El rango de edad entre las mujeres fue de los 18 a los 47 años, con una media de 21.95 años. El rango de edad de los hombres fue de los 18 a los 50 años, con una media de 21.88 años.

Los participantes fueron divididos en cinco grupos, bajo un criterio de contexto de procedencia: Occidente, Noreste, Noroeste, Centro y Sureste,

³ American Psychological Association, "Los distintos tipos de estrés" (2018). [En línea] <https://www.apa.org/topics/stress/tipos> [Consulta: 22 de diciembre de 2021].

⁴ Alejandro Maturana y Ana Vargas, "El estrés escolar". *Revista Médica Clínica Las Condes*, 26, 1 (2014), pp. 34-41.

⁵ Débora Godoy-Izquierdo, Juan F. Godoy *et al.*, "Propiedades psicométricas de la Escala de Autoeficacia para el Afrontamiento del Estrés (EAEAE)". *Psicothema*, 20 (2008), pp. 161-171.

⁶ Godoy, *op. cit.*

además de un grupo que no especificó procedencia (NP).

Resultados

Al analizar resultados, la significancia estadística se fijó en $p < 0.06$ (bilateral). La puntuación total de la media fue de 25.48 puntos, mientras que las puntuaciones medias encontradas en los dos componentes del constructo fueron 11.72 para ER y 13.75 para EE.

Para identificar diferencias significativas entre hombres y mujeres se utilizó la prueba no paramétrica U de Mann-Whitney para dos muestras independientes. Los resultados arrojaron que las mujeres tienen tanto EE como ER menores a las expectativas de los hombres ($p < 0.01$). Para ubicar diferencias significativas en puntuaciones totales y parciales respecto a edad, se establecieron dos grupos: edad igual o inferior a la media (*Jóvenes*) y edad superior a la media (*Mayores*). A través de prueba no paramétrica de diferencia de medias U de Mann-Whitney para dos muestras independientes, se observó que el grupo Jóvenes presenta ambas expectativas (EE y ER) significativamente más débiles que el grupo Mayores. Los resultados indicaron que los grupos Noreste, Occidente, Centro y la muestra NP arrojaron una puntuación en el componente de ER mayor a las regiones Noroeste y Sureste, mientras que en el de EE, las regiones Occidente, Noreste y NP arrojaron mayo-

res resultados que las regiones Centro, Noroeste y Sureste.

Al revisar diferencias estadísticamente significativas entre los grupos, la muestra se dividió en cuatro, de la siguiente manera: grupo 1, Noreste y NP; grupo 2, Occidente y Sureste; grupo 3, Centro, y grupo 4, Noroeste. Para encontrar entre qué grupos se daban estas diferencias, se realizaron comparaciones por pares de grupos mediante la prueba no paramétrica U de Mann-Whitney de diferencia de medias. Las diferencias estadísticamente significativas se presentaron en casi todos los grupos a excepción de los grupos 1-3 y 3-4 en la escala global; en las EE las diferencias entre grupos fueron significativas, a diferencia de las ER, donde los grupos 1-3 y 3-4 no mostraron diferencias estadísticamente significativas.

Los resultados obtenidos en las EE y en las ER fueron 13.75 y 11.70 respectivamente, lo que implica que la muestra refirió mayores expectativas sobre su propia capacidad para hacer frente a situaciones estresantes, en comparación con las expectativas de que sus resultados serían positivos. En cuanto a la media de los resultados totales por ítem, éstos reflejaron puntuaciones similares, excepto los ítems uno y seis, los cuales corresponden a ER. La puntuación más alta se obtuvo en el ítem correspondiente al constructo de EE “para resolver un problema pongo en marcha todos los recursos que están a mi alcance”.



Aunque las diferencias de puntuaciones entre hombres y mujeres no fueron estadísticamente significativas, los hombres obtuvieron puntuaciones más altas en los dos constructos y en la escala total, especialmente en las EE, lo cual puede reflejarse en una mejor gestión del estrés que las mujeres. Los resultados obtenidos expresan una mayor capacidad de los Mayores para afrontar el estrés. No obstante, al igual que las diferencias entre hombres y mujeres, éstas no fueron estadísticamente significativas.

Finalmente, se analizaron diferencias entre grupos por regiones y se encontró que no hay diferencias estadísticamente significativas, excepto entre los grupos 1 y 4, que fueron medianamente significativas en las ER y en la escala total. También se encontró diferencia de significancia mediana entre los grupos 2 y 4, en las ER y en la escala total.

Conclusión

Sin lugar a duda, el principal hallazgo en este trabajo de investigación fue el contraste entre la puntuación máxima a obtener en el instrumento utilizado para medir la autoeficacia de estrategias de afrontamiento del estrés, que es de 40 puntos, y la puntuación media obtenida por el grupo participante (25.48). Se observa entonces que, en términos generales, es pobre el resultado en cuanto a la autoeficacia para el afrontamiento del estrés. Al tratarse de estudiantes univer-

sitarios, entre quienes se considera que, aunado a los tipos más conocidos de estrés, se encuentra el estrés académico, cobra relevancia la idea de que este tipo de estrés, incrementado por la amenaza que representa la pandemia de COVID-19, sobrepasa los límites de sus capacidades para afrontar la situación eficazmente.

Si se considera que entre los principales factores que pueden ayudar a tener mejor control emocional se encuentra la autoeficacia para el afrontamiento del estrés, se hace evidente la urgencia de hacer notar a los propios estudiantes universitarios que estas condiciones podrían estar representando un papel importante no sólo en sus estados emocionales debido a la generación de altos niveles de estrés –lo que en sí mismo es ya grave–, sino en su desempeño académico, situación que eventualmente puede conducirles al desánimo y la apatía, cuya consecuencia suele ser la deserción escolar.

El diseño de estrategias que permitan a los estudiantes universitarios ampliar el abanico de recursos personales de afrontamiento y que les propicie ganar confianza en sí mismos –además de ser su propia responsabilidad–, podría enriquecerse mediante la decidida participación de las autoridades de las IES a las que pertenecen, a través de sus instancias de apoyo para el bienestar de su comunidad universitaria. 

