



ANEXO 1

FORMATO PARA LA PRESENTACIÓN DE PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN
CON EL FINANCIAMIENTO DEL FEDU

1. Título del proyecto

**IMPACTO PSICOLÓGICO DEL CONFINAMIENTO SOCIAL POR LA COVID-19
Y LOS HABITOS DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL
DEL ALTIPLANO PUNO**

2. Área de Investigación

Área de investigación	Línea de Investigación	Disciplina OCDE
Ciencias Sociales	Desarrollo humano y calidad de vida	

3. Duración del proyecto (meses)

12

4. Tipo de proyecto

Individual	<input checked="" type="radio"/>
Multidisciplinario	<input type="radio"/>
Director de tesis pregrado	<input type="radio"/>

4. Datos de los integrantes del proyecto

Apellidos y Nombres	Dueñas Zúñiga, Huguette Fortunata
Escuela Profesional	Departamento académico de humanidades
Celular	951205589
Correo Electrónico	huguette@unap.edu.pe

I. Título (

Impacto psicológico del confinamiento social por la covid-19 y los hábitos de los estudiantes de la universidad nacional del altiplano puno

II. Resumen del Proyecto de Tesis

Definitivamente la presencia del coronavirus ha generado muchos cambios en las personas, algunas han respondido de manera adaptada y en muchos casos no lograron hacerlo, por ello que los organismos nacionales e internacionales se han preocupado y planteado algunas estrategias que pueden utilizarse para que no genere estrés y sobre todo no afecte la salud psicológica de las personas. El presente estudio recogerá datos respecto al impacto psicológico que ha tenido en la población universitaria el confinamiento frente al coronavirus y conocer si ha influenciado o no en sus hábitos ya incorporados, pues esta situación



definitivamente ha generado un desequilibrio en la vida diaria de los estudiantes universitarios y de toda la población en general.

El presente estudio se ubica en el hipotético deductivo, cuantitativo al ser un tipo de estudio descriptivo correlacional de corte transversal, como unidades de análisis los estudiantes universitarios de la UNA Puno durante periodo 2021-I.

Con los instrumentos que se aplicaran podremos conocer los síntomas psicológicos que experimentan los estudiantes universitarios, así como si los hábitos que habían incorporado antes del confinamiento se han mantenido o cuanto han cambiado y de qué manera les está afectando en su vida familiar, académica, social entre otros.

III. Palabras claves (Keywords)

Hábitos, Impacto psicológico, confinamiento, coronavirus, estudiante.

IV. Justificación del proyecto

La llegada del coronavirus a las vidas de las personas en el mundo ha sido muy penosa, complicada y traumática, pues nadie estuvo preparado para afrontar una pandemia con tantas muertes, a ello se suma el confinamiento obligatorio que ha generado molestias, pues tuvimos que dejar de lado las actividades cotidianas que desarrollamos comúnmente las personas de todo el mundo, situación que ha repercutido en el ámbito psicológico. El ministerio de sanidad de España reporto las repercusiones en la salud mental producto de pandemia (Pastor, 2020).

El confinamiento tan largo al que se ha visto obligada la población ha traído como consecuencia respuestas psicológicas diversas, afectando la situación psicológica individual y colectiva de niños, adolescentes, jóvenes, adultos maduros, adultos mayores, familias, en general de toda la humanidad. (Murqueta, 2020).

El ingreso a la vida universitaria es todo un reto para los jóvenes, pues tiene matices diferentes, hay cambios y tal vez mayores responsabilidades, ello implica adaptarse y si no están preparados podría generar un desbalance psicológico, a ello se le agrega la educación virtualizada, afectando sus relaciones interpersonales propias de su etapa psicoevolutiva. La población universitaria ha estado expuesta al bombardeo de todo tipo de informaciones respecto al cuidado que se debe tener, según Duque, el estar expuestos a estas noticias genera respuestas de alarma, ansiedad, preocupación, miedo y otros que van a tener impacto en la salud psicológica de las personas. (Grijalva, 2020). La depresión es un cuadro que preocupa mucho a las autoridades pues de pronto para los padres puede pasar desapercibida pero ya están mostrando comportamientos propios de este trastorno.

Este confinamiento ha traído cambios en la vida de las personas según Mancilla (2020) ha sido el inicio de la incorporación de nuevos hábitos y costumbres en el diario vivir. Los estudiantes universitarios que han cambiado las aulas por sus casas como lugares de estudio, de pronto no tienen que estar pendientes de un horario rígido para ingresar a clases o puede ser lo contrario han experimentado mayor presión en las clases virtualizadas.

La pandemia ha hecho que el mundo cambie y por ende las personas no podemos saber si el cambio fue muy notorio o mediano pero que cambiamos definitivamente si al vivir la experiencia del confinamiento y ha tenido repercusiones en nuestros hábitos. (Bernacer, 2020)

Este estudio permitirá conocer en los estudiantes el impacto psicológico y las repercusiones en sus hábitos, datos que permitirán que las autoridades universitarias tomen las medidas adecuadas de intervención y soporte psicológico, no olvidemos que los estudiantes universitarios son una población muy importante que se está formando en una ciencia y requiere de soporte y atención permanente.

V. Antecedentes del proyecto

- Sandín B., Valiente R., García J. y Chorot P. (2020) Impacto psicológico de la pandemia de COVID-19: Efectos negativos y positivos en población española asociados al periodo de confinamiento nacional. El objetivo del estudio fue examinar el impacto psicológico de la pandemia y el confinamiento nacional vivido en España durante los meses de marzo y abril de 2020. Se investigó la prevalencia del miedo al coronavirus, los síntomas emocionales, y los problemas de sueño. Los resultados indican que los miedos más comunes corresponden a las categorías de contagio/enfermedad/muerte, aislamiento social, y problemas de trabajo/ingresos. Encontramos niveles elevados de impacto emocional reflejado en los miedos al coronavirus, problemas de sueño, y síntomas emocionales (preocupación, estrés, desesperanza, depresión, ansiedad, nerviosismo, e inquietud).
- Erades y Morales (2020) Impacto psicológico de la pandemia de COVID-19: Efectos negativos y positivos en población española asociados al periodo de confinamiento nacional. El objetivo principal describir en qué medida la situación de confinamiento afectó a los niños en su conducta, problemas de sueño y bienestar emocional. Un segundo objetivo fue identificar variables protectoras que puedan servir para paliar posibles. Un tercer objetivo fue estudiar la posible relación entre la percepción de gravedad y controlabilidad de los padres y las reacciones negativas en sus hijos. Los padres respondieron a un cuestionario online sobre las rutinas de los hijos durante la cuarentena, su bienestar emocional, problemas de sueño y su conducta. El 69.6% de los padres informaron que, durante el confinamiento, sus hijos presentaron reacciones emocionales negativas, el 31.3% problemas en el sueño y el 24.1% problemas de conducta.
- Gonzales, Tejeda, Espinosa y Ontiveros (2020) Impacto psicológico en estudiantes universitarios mexicanos por confinamiento durante la pandemia por Covid-19. El objetivo de esta investigación consistió en evaluar los niveles de ansiedad, depresión, estrés y la percepción del estado de salud de estudiantes universitarios mexicanos durante 7 semanas de confinamiento por la pandemia de Covid-19. Método: estudio observacional-transeccional, la muestra se conformó por conveniencia y no aleatoria. N=644 (276 mujeres y 368 hombres) con edad promedio de 21.95 años ($\sigma= 3.56$), quienes llenaron una encuesta en línea para la detección de síntomas psicológicos, cuyo contenido se estructuró por el Inventario de Ansiedad Estado, Escala de Estrés percibido (PSS-14), Cuestionario General de Salud (GHQ-28) y datos sociodemográficos. Resultados: se encontraron síntomas (moderados a severos): estrés (31.92%), psicósomáticos (5.9%), problemas para dormir (36.3%), disfunción social en la actividad diaria (9.5%) y depresivos (4.9%), especialmente en el grupo de las mujeres y en los estudiantes más jóvenes (18-25 años).
- Espinosa, Mesa, Díaz, Caraballo y Mesa (2020) Estudio del impacto psicológico de la COVID-19 en estudiantes de Ciencias Médicas, Los Palacios. El objetivo fue describir el impacto psicológico de la COVID-19 en estudiantes de Ciencias Médicas. Se realizó un estudio descriptivo, transversal desde abril a julio de 2020. El universo fue de 73 estudiantes y la muestra quedó conformada por 63 estudiantes que realizaron pesquisa activa en el casco urbano de Los Palacios. Se les aplicó la escala de resiliencia de Connor-Davidson y la escala para valorar el nivel de estrés. Resultados: El 79,4 % de los estudiantes mantuvo un comportamiento resiliente mientras que solo un 20,6 % mostró bajos niveles de resiliencia. El 33,3 % mantuvo niveles normales de estrés, mientras que el 66,7 % de los estudiantes presentó estrés.
- Vivanco, Saroli, Caycho, Carbajal y Noe (2020) Ansiedad por Covid - 19 y salud mental en estudiantes universitarios. El objetivo de la presente investigación fue determinar la relación entre ansiedad por Covid - 19 y salud mental en 356 estudiantes universitarios (227 mujeres y 129 hombres, Medad =22.36 años, DE = 2.46). Asimismo, se comparó la ansiedad por Covid - 19 y salud mental entre algunas variables sociodemográficas. Se aplicó la versión en español de la Coronavirus Anxiety Scale (CAS) y el Mental Health Inventory-5 (MHI). Los resultados muestran que una mayor ansiedad por COVID - 19 se relaciona con una disminución de la salud mental ($\rho = -.67$, $p < .01$). Asimismo, respecto a las comparaciones realizadas se evidencian diferencias estadísticamente significativas en función a las variables sociodemográficas previamente mencionadas.

VI. Hipótesis del trabajo



El impacto psicológico del confinamiento es alto y ha repercutido en los hábitos de los estudiantes de la Universidad Nacional del Altiplano

VII. Objetivo general

Conocer cómo es el impacto psicológico del confinamiento y los hábitos de los estudiantes universitarios de la Universidad Nacional del Altiplano

VIII. Objetivos específicos

- Identificar los síntomas emocionales de los estudiantes universitarios
- Determinar los hábitos de los estudiantes antes y durante el confinamiento

IX. Metodología de investigación (

La propuesta de estudio se circunscribe en un estudio no experimental, cuantitativo, correlacional de corte transversal. La técnica a utilizar es la encuesta como consecuencia se aplicarán dos instrumentos para medir las variables motivo de estudio, un cuestionario para medir el impacto psicológico y el otro para los hábitos, estos instrumentos previamente se tendrán que validar a nuestra realidad, por las características del confinamiento los instrumentos se aplicarán vía online a los estudiantes. El método de la encuesta se justifica en razón que para los fines del presente estudio es la mas viable y accesible de poder acceder a la información que se pretende obtener de la población de estudio, Sampieri (2014) se constituye de varias preguntas para medir una o más variables. Para el análisis de datos se utilizará la estadística no paramétrica en razón a la propuesta planteada

X. Referencias (Listar las citas bibliográficas con el estilo adecuado a su especialidad)

- Bernácer, J. (2020) Los efectos de la pandemia en nuestros hábitos y creencias. The conversation. <https://theconversation.com/los-efectos-de-la-pandemia-en-nuestros-habitos-y-creencias-138482>
- Erades N. & Morales A. (2020) Impacto psicológico del confinamiento por la COVID-19 en niños españoles: un estudio transversal. Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes Vol. 7 nº. 3- Septiembre 2020 - pp 27-34 doi: 0.21134/rpcna.2020.mon.2041. https://www.revistapcna.com/sites/default/files/006_0.pdf
- Espinosa Y., Mesa D., Díaz Y., Caraballo L. y Mesa M. (2020) Estudio del impacto psicológico de la COVID-19 en estudiantes de Ciencias Médicas, Los Palacios. Revista Cubana de Salud Pública. 2020;46(Supl. especial):e2659. <http://scielo.sld.cu/pdf/rcsp/v46s1/1561-3127-rcsp-46-s1-e2659.pdf>
- Gonzales N., Tejeda A., Espinosa M. y Ontiveros H. (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>
- Grijalva S. (2020) Coronavirus en Perú: ¿Cuál es el impacto psicológico luego del aislamiento? Universidad Privada del Norte. Recuperado de <https://blogs.upn.edu.pe/salud/2020/06/22/coronavirus-en-peru-cual-es-el-impacto-psicologico-luego-del-aislamiento/>
- Mancilla, A. (2020) Impacto del covid-19 en los hábitos y costumbres de estudiantes universitarios durante el tiempo de cuarentena 2020. Rev. Hacedor. Julio –diciembre 2020. Vol. 4/ N° 2, pp. 1-11 – ISSN: 2520 -0747. DOI: <https://doi.org/10.26495/rch.v4i2.1478>
- Murueta, M. (2020) La salud psicológica en tiempos del coronavirus 19. Integración económica en psicología. Recuperado de <http://integracion-academica.org/36-volumen-8-numero-23-mayo-agosto-2020/272-la-salud-psicologica-en-tiempos-del-coronavirus-19>
- Pastor M., J. (2020) Los efectos psicológicos de la COVID-19. Elsevier Public Health Emergency Collection. Recuperado de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7301131/>
- Sandín B., Valiente R., García J. y Chorot P. (2020) Impacto psicológico de la pandemia de COVID-19:



Efectos negativos y positivos en población española asociados al periodo de confinamiento nacional. Journal of Psychopathology and Clinical Psychology, 25 (1), 1-22, 2020. doi: 10.5944/rppc.27569. <http://revistas.uned.es/index.php/RPPC/article/view/27569>
 Vivanco A., Saroli D., Caycho T., Carbajal C. y Noé M. (2020) Ansiedad por Covid - 19 y salud mental en estudiantes universitarios. Revista de Investigación en Psicología Vol. 23 - N.º 2 - 2020, pp. 197 – 216 DOI: <http://dx.doi.org/10.15381/rinvp.v23i2.19241>.

XI. Uso de los resultados y contribuciones del proyecto

Los resultados permitirán conocer de manera real la situación psicológica de los estudiantes universitarios y de esa forma que nuestra primera casa de estudios tome las medidas pertinentes en pro de salvaguardar la salud psicológica de los estudiantes.

XII. Impactos esperados

i. Impactos en Ciencia y Tecnología

Este estudio permitirá ampliar el conocimiento respecto al impacto psicológico del confinamiento en estudiantes de la UNA Puno

ii. Impactos económicos

iii. Impactos sociales

Conocer la situación psicológica de los estudiantes universitarios es muy importante en la actualidad pues no solo debe preocuparnos la física, el ser humano es integral, la población debe conocer estos resultados para tomar conciencia de la atención que se le debe poner a la población universitaria.

iv. Impactos ambientales

XIII. Recursos necesarios

Material de escritorio
 Laptop
 USBs
 Internet

XIV. Localización del proyecto (indicar donde se llevará a cabo el proyecto)

El proyecto se ejecutará en la ciudad de Puno, específicamente en la Universidad Nacional del Altiplano.

XV. Cronograma de actividades

Actividad	Trimestres											
	1	2	3	4								
	X											



Identificación del tema de estudio	X																		
Elaboración del proyecto	x																		
Presentación del proyecto		x																	
Marco teórico		x																	
Revisión de artículos científicos, tesis			x																
Elaboración de instrumentos			x																
Aplicación de instrumentos				X															
Análisis de datos				X															
Elaboración de informe final	X																		

XVI. Presupuesto

Descripción	Unidad de medida	Costo Unitario (S/.)	Cantidad	Costo total (S/.)
Servicios				1.00
Bienes				3.000
Materiales de escritorio				400
Otros				8.00
TOTAL				5500