



# **COMPENDIO DE INVESTIGACIONES DE ESTUDIANTES**

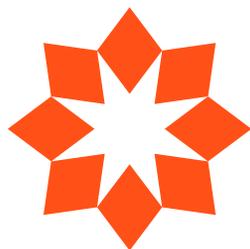


**METODOLOGÍA DE LA  
INVESTIGACIÓN CUANTITATIVA  
Y METODOLOGÍA DE LA  
INVESTIGACIÓN CUALITATIVA**

**2022**







## **Editores**

María Del Carmen Espinoza (Coordinadora)

Diego García Rabines

Diego Prieto Molinari

Ángel Zegarra López







<b>1</b>	<b>Procesos psicosociales durante la pandemia del COVID-19</b>	<b>9</b>
1.1	Etapas del amor durante la pandemia	9
1.2	Transición a la educación semi-presencial	22
<b>2</b>	<b>Experiencias de migrantes venezolanos</b>	<b>33</b>
2.1	Vida laboral de inmigrantes en Lima	33
2.2	Integración social al contexto cultural de Lima Metropolitana	43
<b>3</b>	<b>Género y sexualidad</b>	<b>53</b>
3.1	Masculinidad hegemónica y la ayuda psicológica	53
3.2	Educación Sexual Integral: Estigmas y tabúes parentales	63
<b>4</b>	<b>Procesos cognitivos y afectivos</b>	<b>73</b>
4.1	Tiempo de uso de pantalla e inteligencia en niños	73
4.2	Impacto del sueño nocturno sobre la memoria de trabajo	81
4.3	Crianza, regulación emocional y drogas	89

## Presentación

Como es de conocimiento de la comunidad académica, el desarrollo de la investigación científica constituye uno de los principales objetivos de las instituciones de educación superior. Hoy en día lo es aún más, debido a las altas demandas de la sociedad y la necesidad de atenderlas por parte de las diferentes disciplinas. La investigación en psicología no es ajena a este objetivo sino, por el contrario, provee uno de los insumos más importantes para generar nuevas hipótesis, refutar teorías existentes y en general comprender de mejor manera los procesos y fenómenos humanos propios de la sociedad.

En esa línea, uno de los ejes fundamentales que contiene el plan estratégico de la Universidad de Lima es fortalecer la línea investigativa y, sobre todo, el incrementar la cantidad y la calidad de las investigaciones tanto a nivel docente como del estudiante. Es por ello que, en esta oportunidad, la Comisión de Investigación de la Facultad de Psicología ha reunido una selección de nueve trabajos de fin de curso elaborados por los estudiantes de las asignaturas de Metodología de la Investigación Cuantitativa y Metodología de la Investigación Cualitativa del semestre 2022-1. Los trabajos que conforman este compendio fueron recomendados por los docentes de dichas asignaturas por ser los más destacados dentro de cada una de las secciones. Luego de esa recomendación, se invitó a los estudiantes a que adaptaran sus trabajos a un formato más breve. Aquellos grupos que respondieron a la invitación fueron incluidos en esta publicación.

Los trabajos que se presentan en este compendio tienen dos distintas orientaciones metodológicas y giran en torno a cuatro tópicos. Los tres trabajos con metodología cuantitativa son propuestas de investigación, cuyos autores han planteado un problema, han revisado literatura para elaborar un marco teórico y han esquematizado una estrategia metodológica. Por su parte, los seis trabajos con metodología cualitativa constituyen reportes de investigación, cuyos autores han llegado a recoger datos a partir de muestras pequeñas y han presentado resultados y conclusiones.

A nivel de contenido, los trabajos ilustran los intereses y las preocupaciones de los y las estudiantes con temáticas de carácter social, así como aspectos clásicos que han despertado la atención del pensamiento psicológico desde el inicio de la disciplina. La pandemia del COVID-19, con todas sus implicancias a nivel social y comportamental, ha sido un catalizador de estudios científicos y reflexiones académicas durante los últimos años. Nuestros estudiantes no han sido ajenos a esas conversaciones, de modo que dos de los trabajos de este compendio tienen a la pandemia del COVID-19 y a sus repercusiones como contexto, analizando relaciones de pareja heterosexuales formadas durante los meses de confinamiento y el impacto académico y socioemocional de la transición de la educación virtual a la presencial en jóvenes universitarios.



La migración venezolana al Perú es otro fenómeno reciente que ha impactado en múltiples aspectos de la vida social del país. Dos de los trabajos exploran algunos de los retos más importantes que enfrentan los migrantes venezolanos: la integración a la cultura local y la inserción en el mercado laboral; en particular para las mujeres, quienes se ven expuestas a vulneraciones por la intersección de la nacionalidad y el género. Asimismo, las relaciones de género y sus implicancias a nivel psicológico fue otro de los temas en torno al cual giraron los intereses de los estudiantes. Por un lado, un trabajo exploró las consecuencias del acoso callejero en mujeres jóvenes, mientras que otro indagó cómo la construcción de las masculinidades puede moldear la manera en que jóvenes adultos piensan sobre la ayuda psicológica. Un tercer trabajo, sin tener directamente al género como objeto de estudio, exploró un tema con el que el género suele establecer una relación co-constitutiva: la sexualidad. Así, un grupo de estudiantes recogió las percepciones de padres y madres de familia sobre la Educación Sexual Integral (ESI) para identificar estigmas y tabúes.

Por último, tres trabajos plantearon proyectos de investigación con el objetivo de explorar cómo distintas variables relevantes (tiempo de uso en pantallas, duración del sueño, dimensiones de crianza y consumo de drogas) se podrían relacionar con procesos cognitivos y afectivos como la inteligencia, la memoria de trabajo y la regulación emocional.

Esta iniciativa es un primer intento de visibilizar los valiosos trabajos que se realizan a lo largo de las asignaturas. Esperamos que este compendio, pueda incentivar a otros estudiantes a interesarse por la investigación durante su formación académica.

**Lima, diciembre de 2022.**





# 1. Procesos psicosociales durante la pandemia del COVID-19



## 1.1 Etapas del amor durante la pandemia

### Resumen

La pandemia originada por el COVID-19 ocasionó varios cambios dentro de las relaciones de pareja; no obstante, se ha evidenciado una falta de interés en este tema a pesar de tener gran impacto social. El propósito del presente estudio consistió en conocer el desarrollo de las etapas del amor en parejas de jóvenes universitarios de 18 a 25 años formadas durante la pandemia de COVID-19. Los participantes fueron estudiantes matriculados en universidades de Lima Metropolitana, con un rango de edades entre los 20 a 22 años, quienes comenzaron una relación amorosa (heterosexual) durante el año 2020. El marco teórico se realizó mediante una revisión de literatura profunda sobre los aspectos relevantes del tema. Seguidamente, se utilizó la técnica de la entrevista semi estructurada y estandarizada con ayuda de una guía de preguntas para obtener la categorización de las respuestas. Se evidenció que, en general, el desarrollo de las etapas del amor no presentó inconvenientes relevantes y los sentimientos negativos durante la relación presentaron niveles bajos; asimismo, se encontraron algunas diferencias de género. Esta investigación permite brindar información relevante sobre este tema poco abordado, especialmente en un contexto tan reciente como lo es la pandemia del COVID-19.

- Palabras clave: relaciones, etapas del amor, experiencia emocional, pandemia de COVID-19

<sup>1</sup>Trabajo de investigación para la asignatura Metodología de la Investigación Cualitativa revisado por el (la) profesor(a) Rosina Vanessa Sánchez Jimenez.

<sup>2</sup>Autores: Camila Alessandra Araujo Meza, Pamela Lizeth Cáceres Escobar, Ángela Paola Hugo Mendez y Nicol

### 1.1.1 Introducción

Uno de los aspectos más afectados, durante el inicio de la pandemia del COVID-19, fue la socialización con el entorno, lo cual generó un cambio en las relaciones familiares, amicales y amorosas (Posada-Bernal et al., 2021). En un estudio realizado a estudiantes universitarios sobre los cambios en las relaciones interpersonales durante la pandemia del COVID-19, se encontró que los participantes que estaban cursando su tercer o cuarto año no expresaron grandes cambios en sus relaciones, debido a que estos, a través de la experiencia universitaria tradicional (presencial), ya habían desarrollado relaciones significativas con sus compañeros o con parejas románticas. Por el contrario, los nuevos estudiantes no tuvieron tal oportunidad, por lo que experimentaron de manera más marcada el aislamiento, ya que les impedía conocer gente nueva y los limitaba a interactuar con grupos reducidos de personas (Vaterlaus et al., 2021).

Iniciar una relación amorosa requiere varios cambios, lo cual puede ser intimidante para los jóvenes porque significa desarrollar un nivel de compromiso cada vez más profundo (Nobre et al., 2021). Por lo tanto, es común que estos presenten ciertas dificultades al momento de relacionarse románticamente, pues anteriormente era más sencillo interactuar de manera pasiva; como en la universidad o instituto, considerados por los estudiantes espacios cómodos y seguros (Rodríguez & Rodríguez, 2020).

A pesar de que la virtualidad fue vista como un reto para las personas mayores, los jóvenes, debido a su contacto con la tecnología desde edades tempranas, pudieron utilizar esta de forma más eficiente para poder comenzar o mantener relaciones. Por un lado, las redes sociales como Twitter, Facebook e Instagram y las plataformas de mensajería instantánea como *WhatsApp*, *Facebook Messenger*, *Telegram* y *WeChat* se posicionaron como plataformas esenciales para que las personas se comuniquen entre sí (Latikka et al., 2022). Por ende, las parejas románticas utilizaron estos medios para no perder la comunicación, especialmente durante las primeras etapas de la pandemia donde las reglas de aislamiento social eran mucho más estrictas que en la actualidad, ya sea a través de mensajes, videollamadas, publicaciones, etc. Asimismo, por medios digitales, se puede lograr intimidad emocional al compartir experiencias, pensamiento y sentimientos con la escritura, la voz o la imagen (Rodríguez & Rodríguez, 2020).

Estas aplicaciones se volvieron indispensables para priorizar las interacciones virtuales y sincrónicas con un enfoque más responsable; sin embargo, con el paso de los días, para algunas personas este tipo de comunicación no era suficiente, pues seguía latente la necesidad de tener contacto físico y estar “cara a cara”, lo cual llevó al surgimiento de sentimientos negativos o conflictos entre las parejas (Rodríguez & Rodríguez, 2020).

Ante esta situación, la experiencia emocional se puede entender como la experiencia subjetiva de diversos aspectos que un individuo tiene ante una respuesta afectiva, como las cogniciones, las sensaciones corporales y las acciones motivadas, así como el reconocimiento de que esa respuesta global pertenece a una categoría particular de las emociones “miedo”, “tristeza”, etc. (Smith et al., 2018). Por ende, las parejas románticas de universitarios, por la etapa sensible en la que se encuentran, están más expuestas a reacciones emocionales más intensas y, debido a la pandemia, la incertidumbre, la distancia o los celos pueden crear un entorno donde los miembros de estas sean distantes o desconsiderados el uno con el otro porque se encuentran distraídos, fatigados o abrumados. En consecuencia, los sujetos están más expuestos a ser excesivamente críticos o argumentativos, a no brindar apoyo, a culpar a su pareja y, progresivamente, a estar menos satisfechos con la relación (Estlen et al., 2022).



Con respecto a la justificación, el propósito de esta investigación es aportar información teórica acerca del conocimiento sobre la experiencia emocional, las vivencias y dificultades que pudieron experimentar los jóvenes universitarios que formaron una relación amorosa durante la cuarentena por Covid-19. Asimismo, brindar conocimiento sobre el posible impacto de la virtualidad en la forma de relacionarse amorosamente, es decir, poder ver si dicha población ha sufrido cambios significativos en el proceso de enamoramiento.

Cabe resaltar que se carecen de investigaciones que abordan la temática de relaciones amorosas formadas durante la pandemia, y tampoco se enfocan en nuestra población objetivo. Es el único estudio en Perú referente al proceso de las etapas del amor en jóvenes universitarios durante la pandemia, por lo que ello podría desarrollar un aporte para la realización de futuras investigaciones con los resultados obtenidos.

Finalmente, por todo lo mencionado anteriormente, la pregunta de investigación que se está planteando se basa en el ámbito socioemocional de los individuos y en un contexto de incertidumbre: “¿Cómo fue el desarrollo de las etapas del amor en parejas de jóvenes universitarios de 18 a 25 años formadas durante la pandemia de COVID-19?”.

### 1.1.2 Marco Teórico

Para una adecuada revisión de la teoría alrededor de las etapas del amor, es necesario considerar algunos conceptos:

**Definición. Amor:**

Sentimiento intenso que genera placer al liberar ciertas hormonas y neurotransmisores que orienta la búsqueda y el deseo de estar con otra persona (Manrique, 2013; Cuetos, 2016). Este cuenta con tres componentes que forman la base para alcanzar el amor maduro (Quispe & Quispe, 2018).

- *Compromiso*: Es el interés y responsabilidad en mantener la relación (Almeida, 2013; Román, 2017; Quispe & Quispe, 2018).
- *Intimidad*: Conexión que se establece con la pareja en donde cada uno de ellos se siente en confianza y están en la misma sintonía (Almeida, 2013; Román, 2017; Quispe & Quispe, 2018).
- *Pasión*: Es el deseo de estar unido con la persona que ama (Román, 2017; Almeida, 2013; Quispe & Quispe, 2018).

Distintas definiciones consideran distintas etapas para el surgimiento del amor. En primer lugar, la lujuria consiste en el deseo sexual que mueve a la persona a encontrar una pareja. Tras ello, surge el amor romántico que brinda confianza mediante la interacción con la otra persona. Finalmente, surge el amor maduro, más fortalecido debido a que se tienen en cuenta las necesidades de la pareja y solo queda construir un compromiso leal (Psicología y Mente, 2022; Román, 2017). Existen otros modelos que contemplan más detalladamente estas etapas; por ejemplo, el modelo de Jed Diamond mantiene cinco etapas y logra especificar mejor la dinámica entre estas (Anton, 2016).

- *Etapas del enamoramiento*: Surge al conocer por primera vez a la persona y es aquí donde se da la ilusión y creer que se ha encontrado a la persona ideal, pero esto solo dura unos meses (Gómez, 2011; Rodríguez & Rodríguez, 2016; Cheek & Tyson, 2009; Villegas & Mallor, 2017; Araujo, 2019).
- *Etapas de unión*: La relación ya se concretó y existe un compromiso (Stange et al., 2017).



- *Etapas de desilusión:* Se puede ver con más facilidad los errores y defectos de la pareja (Stange et al., 2017).
- *Etapas de amor real:* Si se decide continuar la relación a pesar de conocer las cualidades negativas de la pareja, se logra finalmente conseguir el amor maduro (Villegas & Mallor, 2017; Stange et al., 2017).

El surgimiento del amor se relaciona a las experiencias emocionales, que pueden ser definidas como la percepción de aquello que rodea al individuo, ya sean situaciones placenteras o incómodas (Greenberg & Pos, 2007). En ese sentido, pueden existir sentimientos positivos en las relaciones de pareja, centrados en el bienestar emocional, donde la persona mejora su autoestima, compromiso y autorrealización (Castillo et al., 2018; Sánchez & Calleja, 2021). No obstante, lo contrario también es cierto y los sentimientos negativos podrían incluir el desinterés, falta de reciprocidad, celos, tristeza, entre otros (Melero, 2008; Gómez et al., 2016; Villavicencio & Jaramillo, 2020).

#### *Interacción en la pandemia del COVID-19*

La naturaleza de la interacción social durante las medidas de aislamiento se vio alterada. Esta se dio, principalmente, a través de medios digitales por varias horas, lo cual pudo ayudar a que la relación se consolide y se puedan conocer más el uno del otro (Vaterlaus et al., 2021). Ello genera expectativas sobre conocerse presencialmente y ver los cambios en la dinámica durante la presencialidad; por lo tanto, se presentan sentimientos de sorpresa y asombro al encontrarse presencialmente por primera vez o en mucho tiempo (Svenningson, 2002). En estos casos, las mujeres suelen presentar este sentimiento en mayor medida; mientras que los hombres tienden a tener un mayor control de la situación (Cheek & Tyson, 2009). Estos cambios en la dinámica obligaron a las parejas a llevar sus relaciones a distancia, lo cual derivó en conflictos puesto que el aumento de tiempo en redes para suplir la interacción presencial no lograba su objetivo (Fruzzeti, 2015, Rodríguez & Rodríguez, 2020; Posada-Bernal et al., 2021; Rocha et al., 2017; Urbano et al., 2019; Escobar et al., 2021; Rodríguez et al., 2021).

### **1.1.3 Factores que influyen en la relación**

Las familias tienen cierto grado de influencia en las relaciones de pareja, debido a la solvencia económica y estilo de crianza que influye en las relaciones amorosas de los integrantes de este (Díez et al., 2019). Además de ello, el diálogo es necesario para expresar las necesidades o aspectos negativos que se puedan percibir en la relación y este se vio limitado por la naturaleza de las plataformas utilizadas: *Whatsapp, Messenger, Telegram* y *We Chat* (Campbell et al., 2018; Cidoncha-Romá, 2017; Labbé et al., 2019; Latikka et al., 2022; Organismo Supervisor de Inversión Privada en Telecomunicaciones, 2011).

### **1.1.4 Objetivos**

#### *Objetivo general:*

- Conocer el desarrollo de las etapas del amor en parejas de jóvenes universitarios de 18 a 25 años formadas durante la pandemia de COVID-19.

#### *Objetivos específicos*

- Conocer las dificultades que experimentaron durante las etapas del amor las parejas de jóvenes universitarios formadas durante la pandemia de COVID-19.
- Profundizar en la experiencia emocional durante las etapas del amor de las parejas de jóvenes universitarios formadas durante la pandemia de COVID-19.



### 1.1.5 Método

#### *Tipo y diseño de investigación*

La investigación cualitativa es un proceso metodológico que tiene como herramientas a las palabras, textos, discursos, dibujo, gráfico e imágenes (datos cualitativos) para entender la vida social mediante significados, a partir de una perspectiva holística (Guerrero, 2016). Esta definición se asocia con la presente investigación, ya que se utilizaron las entrevistas para recopilación de datos con la finalidad de explicar y comprender el desarrollo de las etapas del amor en la muestra elegida. Por otro lado, el diseño es fenomenológico, pues bajo este se investiga desde el punto de vista subjetivo de los actores sociales (Fuster, 2019), por lo que la investigación presentada cumple con este discernimiento al investigar desde la información brindada (opinión subjetiva) por la muestra.

#### *Participantes*

**Tabla 1**

#### *Descripción de Participantes*

Entrevistado	Sexo	Edad	Carrera	Inicio de relación	Duración
Entrevistado 1	Femenino	21 años	Psicología	Noviembre 2020	1 año y 7 meses
Entrevistado 2	Femenino	22 años	Derecho	Julio 2020	2 años
Entrevistado 3	Masculino	20 años	Arquitectura	Abril 2020	2 años y 3 meses
Entrevistado 4	Masculino	21 años	Psicología	Agosto 2020	1 año y 10 meses

El procedimiento de selección de participantes se realizó mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia; por el fácil acceso, los participantes se encontraban estudiando en universidades privadas de Lima Metropolitana, entre el sexto y décimo ciclo de sus carreras. En esta investigación, el tamaño escogido fue de cuatro entrevistados, debido al tiempo y los recursos que cada investigador poseía para poder realizar entrevistas a profundidad y analizar los resultados de la mejor forma.

#### *Instrumentos y técnicas*

Los datos fueron recolectados mediante la técnica de la entrevista. Asimismo, el tipo de entrevista que se utilizó fue la semi estructurada y estandarizada, ya que el instrumento utilizado fue una guía de entrevista. De acuerdo a la construcción y validación de esta, se realizaron dos entrevistas exploratorias con el objetivo de evaluar si las preguntas eran efectivas o no para recolectar la información deseada. Posteriormente, se realizó una entrevista piloto con la nueva guía, conformada por 16 preguntas, obtenida como resultado de las entrevistas exploratorias. Finalmente, de acuerdo a los cambios que se realizaron luego de la entrevista piloto, la guía de preguntas oficial tuvo un total de 14 preguntas principales, divididas en 6 categorías, con preguntas secundarias dentro de cada una para lograr una mayor profundidad en las entrevistas.

#### *Procedimiento de recolección de datos*

Antes de empezar las entrevistas, a cada participante se le envió el consentimiento informado mediante correo electrónico. Al recibir los consentimientos informados firmados, se procedió a coordinar los horarios con cada uno de los participantes para realizar las entrevistas mediante la plataforma de Zoom. Se dieron un total de cuatro entrevistas con una sesión por persona. Las entrevistas tuvieron una duración de 43 a 75 minutos.

La recopilación de datos fue por medio de entrevistas semiestructuradas con la ayuda de un guión de preguntas. En cuanto al análisis de datos se siguieron los siguientes pasos planteados por Fernández (2006). En primer lugar, se obtuvo la información del marco teórico, las entrevistas y el registro



sistemático de notas de campo. En segundo lugar, se transcribió y ordenó la información mediante *Google Drive*. El tercer paso fue codificar la información en seis categorías y subcategorías y se otorgó el código respectivo a cada una de estas. Finalmente, se integró la información, relacionando las categorías y los conceptos teóricos entre sí.

Para asegurar el rigor metodológico, se logró el criterio de confirmabilidad mediante la triangulación de teorías. En el presente estudio se muestra la triangulación de teorías, pues al analizar la investigación se compararon distintos enfoques teóricos respecto a las etapas del amor así como los distintos planteamientos de los reconocidos autores Robert Stenberg y Jed Diamond.

### 1.1.6 Resultados y discusión

*Categoría 1: "Inicio de la relación en el contexto de la virtualidad"*

Conformada por tres subcategorías: "Atracción", "Acercamiento virtual" y "Enamoramiento". La primera se define como la motivación para establecer y mantener relaciones interpersonales de forma placentera (Gómez, 2011). En ella, los entrevistados mencionan que la primera atracción se basó en el atractivo físico y la similitud. Eso se relaciona con lo mencionado por Gómez (2011), pues la belleza física y la similitud entre ambas personalidades, como también la comodidad generada al interactuar, inciden en el inicio de la atracción física.

"Me parecía un chico muy lindo físicamente cuando lo vi, pero en ese entonces no lo veía de una forma romántica"(E2)

En relación a la segunda categoría, esta refiere a las situaciones que desembocaron en el inicio del acercamiento de la pareja mediante la virtualidad pues a raíz de la pandemia por COVID-19, varios jóvenes se dedicaron a pasar más tiempo en línea en búsqueda de formar nuevos vínculos con otras personas (Lee et al., 2020; Latikka et al., 2022). Los entrevistados mencionan que dicho acercamiento se debió a un evento en específico y que ya se conocían previamente virtual o presencialmente. Rodríguez y Rodríguez (2016) indican que es común que una interacción virtual se de con personas que se conocen previamente. Y, la profundización de su interacción se daría por el contexto de pandemia, la disposición del tiempo libre, y los sentimientos de soledad (Lee et al., 2020; Latikka et al., 2022).

"Retomamos la conversación por la aplicación de Whatsapp y Discord, debido a algunas dudas que surgían de trabajos a los que ella me pedía ayuda. Así ya fuimos profundizando más en nuestra amistad" (E4)

Y en cuanto a la tercera subcategoría, al inicio del enamoramiento se tiende a experimentar emociones positivas, lo que da como consecuencia la ilusión (Araujo, 2019). En los entrevistados, el nivel de ilusión fue notorio y las emociones positivas evocadas también. Parece no haber diferencia con un enamoramiento presencial. Asimismo, mencionan algunas dificultades como la necesidad de ver físicamente a la persona pues Villegas y Mallor (2017) indican que ese deseo de poder pasar el tiempo juntos se relaciona a la generación de placer que evoca compartir con tu pareja.

"Me sentía muy bien, emocionado de pasar el rato con ella y poder conversar con ella todos los días [...]" (E3)

*Categoría 2: "Adaptación a la virtualidad durante una relación amorosa"*

Conformada por dos subcategorías: "Intimidad" y "Tiempo compartido". La primera se relaciona con los sentimientos de cercanía, unión y afecto hacia el otro que promueven la proximidad, la



vinculación y la conexión (Almeida, 2013). Los entrevistados tuvieron comentarios similares sobre el efecto de la pandemia y la virtualidad en la profundidad de su vínculo. Esto se asocia con lo encontrado por Vaterlaus et al. (2021), donde los participantes expresaron que tener más tiempo producto de la pandemia condujo a una conexión más profunda en sus relaciones y que, ante la escasa interacción presencial, utilizaron la virtualidad para crear una conexión a distancia.

“[...] nuestro vínculo se hizo fuerte rápido (...) siento que fue gracias a la virtualidad porque podíamos hablar por redes y conocernos cada vez más sin preocuparnos mucho del tiempo” (E1)

En relación a la segunda subcategoría, disponer de tiempo y saber invertirlo adecuadamente son factores claves al momento de cubrir las necesidades afectivas de la pareja. Asimismo, el tiempo compartido influye en la aparición de los conflictos, pues el aumento del tiempo dedicado a los deberes y el estrés producto de estas podrían delimitar las actividades compartidas en pareja (Urbano et al., 2019). En los entrevistados, estos expresaron sentir estrés por la sobrecarga de actividades; no obstante, siempre buscaban soluciones para no descuidar sus deberes y, al mismo tiempo, compartir momentos con sus parejas mediante la virtualidad:

“(...) Nos aseguramos de tener tiempo juntos al cumplir primero nuestras responsabilidades y poder disfrutar los fines de semana juntos sin preocupaciones” (E2)

### *Categoría 3: “Elementos que conservaron la relación a pesar de la distancia”*

Conformada por tres subcategorías: “Apoyo de pareja”, “Apoyo familiar” y “Compromiso”. En la primera, todos expresaron que, a pesar de sentir emociones negativas o inseguridades, recibir apoyo por parte de sus parejas ocasionó sentimientos positivos como la motivación, confianza y calma en ellos. Esto se vincula con lo expresado por Sánchez y Calleja (2021) cuando sostienen que el apoyo percibido ocasiona beneficios a nivel individual como un estado de ánimo positivo, el incremento de la autoestima y el refuerzo de la capacidad para superar frustraciones.

“[...] me motivaba bastante y me hacía sentir que podía realizar lo que me propusiera” (E2)

Asimismo, Sánchez y Calleja (2021) también señalan beneficios a nivel relacional, pues el apoyo es importante en el cumplimiento de las necesidades de apego al proporcionar una percepción subjetiva de que la relación es “segura”, lo cual genera interacciones más positivas, recíprocas y equitativas. En los entrevistados, los cuatro señalaron, en especial, la reciprocidad.

“[...] sentía seguridad al saber que él me apoyaba con la misma intensidad que yo a él” (E1)

En la segunda subcategoría, el apoyo familiar percibido tuvo niveles bajos, donde más que un apoyo emocional se identificó uno de tipo instrumental (entrevistados 1 y 3); es decir, mediante asistencia económica o favores. Asimismo, la falta de apoyo (entrevistados 2 y 4), no evidenció la presencia de sentimientos negativos o cambios en la relación. Esto se podría explicar debido a que desde la adultez emergente, los sentimientos de independencia son más fuertes (Dotson et al., 2022) y, por lo tanto, la percepción de los padres como principal fuente de apoyo tiende a disminuir, para redirigir estos sentimientos a otros sujetos, que en este caso, son las parejas. En la tercera subcategoría, tres de los cuatro entrevistados expresaron que sintieron compromiso por parte de su pareja desde un inicio; asimismo, todas las parejas manifestaron tener planes a futuro, ya sea objetivos específicos



o el simple hecho de seguir manteniendo la relación. Esto se vincula con lo expresado por Román (2017), acerca de las dos formas en la que el compromiso se presenta; por un lado, a corto plazo, que es cuando la persona genera el primer compromiso al momento de decidir amar a la pareja y; por el otro, a largo plazo, que se relaciona con los planes a futuro y las decisiones que se toman para que estos se cumplan:

“Siento que el compromiso siempre estuvo presente [...] A futuro pensamos en formalizar más nuestra relación al poder vivir juntos y empezar a adquirir cosas para nosotros” (E3)

*Categoría 4: “Sentimientos durante la interacción física después del aislamiento social”*

Conformada por dos subcategorías: “Sorpresa y felicidad” y “Timidez”. En la primera, los entrevistados manifiestan que tras la primera interacción física sintieron emociones como la sorpresa y felicidad. Sorpresa porque según Sveningsson (2002), por el cambio de la interacción virtual a la física que van de la manos a la presencia de las cualidades físicas del otro. Y la felicidad porque Campbell et al. (2018) mencionan que se debe a la libertad de expresión con el otro y que el amor en general emociona y mejora la situación.

“La primera vez que nos vimos [...] me sentí bien, sorprendido porque nunca la había visto en persona [...], sentía felicidad y paz cuando estaba con ella.” (E3)

En la segunda subcategoría, todos comentaron que se presentaron dificultades en cuanto al desenvolvimiento, el cual se dio principalmente en las entrevistadas mujeres y en las parejas femeninas de los entrevistados varones. Sin embargo, ellos fueron mediadores para apaciguar estos sentimientos. Ello se explica por lo señalado por Cheek y Tyson (2009), debido a que, en las primeras citas, la persona se enfrenta a la interacción con el sexo opuesto (pareja) y como la importancia del evento evoca una timidez situacional que tiende a darse en las mujeres por lo que los hombres toman un rol mediador.

“Para mí era bastante cómodo, porque como mi pareja es bastante tímida, yo era quien solía tener el control de la conversación, entonces, no me sentía incómodo con las cosas que se preguntaban o con las que hablábamos porque podía desenvolverme como quisiera.” (E4)

*Categoría 5: “Aparición de sentimientos negativos durante la relación”*

Presenta 2 subcategorías, en primer lugar está la “inseguridad” que se refiere a la desconfianza durante el distanciamiento social por no poder compartir mucho tiempo con la pareja y la insuficiencia que se puede generar por este distanciamiento (Melero, 2008). Sin embargo, en las respuestas se vió que esta misma situación influyó diferencialmente en ambos géneros como se puede ver en el caso de nuestra entrevistada y para nuestros entrevistados, el confinamiento les dió la certeza de que no habría forma en que sus parejas conocieran más personas.

“Nunca desconfié de ella porque ella no salía mucho, así que no recuerdo en ningún momento sentirme de esa forma porque sabía que no podía hacer mucho”(E3)

Y en segundo lugar, está la subcategoría “extrañar a la pareja” que es el efecto negativo que se genera por no poder pasar más tiempo en pareja y que puede generar un malestar emocional (Llanos-Cortés, 2020).



“Lo que me ponía bastante triste era que a las reuniones y a las fiestas con los amigos y todo eso, él usualmente no podía ir porque estaba trabajando, entonces yo iba sola [...] me ponía triste no verlo”(E1)

*Categoría 6: “Resolución de conflictos en pareja”*

Para la primera subcategoría “Situaciones de conflicto” que son los hechos o experiencias que pudieron complicar la relación durante la pandemia, pero estos si no son graves pueden fortalecer a la pareja (Fruzzeti, 2015). Se les hizo énfasis en este tópico ya que, se sabe que durante el confinamiento se incrementan las posibilidades de que se generen discusiones. Se evidencian en sus respuestas que a pesar de esa circunstancia no existían muchos conflictos de gravedad y si se presentaban eran por diferencias o inseguridades.

“La verdad es que eran conflictos que a veces no entendíamos o se podían evitar [...] No eran muy frecuentes. Solo en momentos críticos que la desconfianza se presentaba en nuestra relación” (E2)

En la segunda subcategoría “Modalidad de resolución” es la comunicación la principal herramienta que ayuda a que se puedan mejorar los aspectos negativos de una relación (Cidoncha-Romá, 2017). Si es que no se lograba un acuerdo en ese momento al menos podían conversar en otro momento y era por medio de las redes sociales que en su mayoría se efectuaba aunque existe una preferencia por la presencialidad.

“[...] por mensajes de Whatsapp o a veces si nos podíamos ver lo hacíamos presencialmente [...]” (E4)

### 1.1.7 Conclusiones

- Se alcanzó el objetivo general de la investigación; es decir, se logró conocer sobre el desarrollo de las etapas del amor en parejas de jóvenes universitarios de 18 hasta los 25 años que se formaron en la pandemia por el COVID-19. Contrario al pensamiento inicial, no hubieron cambios significativos en cuanto a su proceso a comparación de relaciones amorosas de jóvenes que se formaron antes de la pandemia por el COVID-19, debido a que los sentimientos y problemas presentados tuvieron respuestas optimistas por parte de las parejas evidenciando, incluso, una unión más profunda. Sin embargo, si bien no se presentaron cambios en cuanto al contenido de las etapas del amor, sí se mostraron cambios respecto a la forma; esto debido a que el acercamiento e intimidad de pareja pasó de lo físico a lo virtual, poniendo como medio principal a las redes sociales.
- En cuanto al primer objetivo específico, se logró comprender las dificultades que experimentaron los jóvenes que formaron una relación amorosa durante la pandemia por el COVID-19. Una de las dificultades que más resaltaron fueron los conflictos alrededor de los celos y las dudas sobre la valoración personal; es decir, los conflictos no se daban respecto a las actitudes del otro, sino a la dubitación del propio individuo. Sin embargo, la frecuencia de estas situaciones de conflictos fueron poco frecuentes y la resolución de estos era rápida a causa de la buena comunicación asertiva.
- Respecto al segundo objetivo específico, se obtuvo mayor conocimiento respecto a la experiencia emocional durante las etapas de amor de las parejas universitarias formadas durante la pandemia de COVID-19. La información recolectada sostiene que el mantener la relación de forma virtual incrementa el sentimiento de extrañar a la pareja y la ilusión de querer verla;



de esta forma, se crea un vínculo más fuerte. Asimismo, el incremento en el tiempo libre para hablar durante el confinamiento, dio paso a tener una mayor confianza y darse apoyo emocional mutuo durante la pandemia.

- Por último, se encontraron diferencias en las respuestas respecto al género en los entrevistados. Las mujeres experimentaron mayor asombro y timidez en sus primeros encuentros. Además, son los hombres quienes pueden sentirse más tranquilos al momento de extrañar a su pareja mientras que, las mujeres tienen mayor necesidad de verse presencialmente.

### 1.1.8 Recomendaciones

- En cuanto a la categoría de resolución de problemas, se recomienda indagar más respecto a la herramienta de comunicación dentro de esta población de jóvenes que iniciaron una relación, ya que demostró ser uno de los elementos clave para mantener una relación amorosa saludable. Sobre todo, en el aspecto de cómo lograron aprender a comunicarse de forma asertiva, ya que, en la actualidad, las habilidades sociales como la comunicación son necesarias para la convivencia; sin embargo, comúnmente, no son enseñadas o desarrolladas de forma activa en las escuelas.
- En relación a futuras investigaciones, se sugiere diversificar la población de estudio, debido a que, por cuestiones de accesibilidad y proximidad, todas las parejas de esta investigación fueron heterosexuales. Además, la comunidad LGBTQ+, al todavía enfrentar altos niveles de discriminación en varios ámbitos de la vida, tienen distintas vivencias y experiencias emocionales que serían favorables de visibilizar.
- Asimismo, se sugiere que en investigaciones futuras se puedan centrar en las experiencias de ambos miembros de la pareja, puesto que ello podría proporcionar una dinámica más completa en lo que respecta a la relación amorosa y en las experiencias emocionales; además, cada miembro puede tener una percepción distinta de las vivencias de la relación virtual y sobre la posterior interacción física.
- Por último, con respecto a la problemática, se sugiere seguir investigando esta a través de distintas metodologías y diseños, puesto que, a pesar de los esfuerzos por mitigar las consecuencias negativas por el COVID-19, aún se siguen presentando variantes o la aparición de nuevos virus que podrían causar alteraciones negativas en la salud mental de las personas y, por lo tanto, afectar el aspecto socioemocional como lo son las relaciones de pareja.



## Referencias

- Almeida, A. (2013). Las ideas del amor de R.J. Sternberg: la teoría triangular y la teoría narrativa del amor. *Familia*, 46, 57-86.  
<http://educa.minedu.gob.bo/assets/uploads/files/cont/esfm/esfm27-z4kf.pdf>
- Antón, J. (2016). *Criterios de selección de pareja y relación con Personalidad, Apego, Alexitimia y Satisfacción Marital* [Tesis doctoral de la Universidad del País Vasco]. Repositorio institucional de la Universidad del País Vasco.  
[https://addi.ehu.es/bitstream/handle/10810/18546/TESis\\_ANTON\\_ROME-RO\\_TAViER.pdf?sequence=1](https://addi.ehu.es/bitstream/handle/10810/18546/TESis_ANTON_ROME-RO_TAViER.pdf?sequence=1)
- Araujo, Y. (2019). *Amistad y enamoramiento*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de Trujillo]. Repositorio institucional de la Universidad Nacional de Trujillo.  
<http://dspace.unitru.edu.pe/handle/UNITRU/13809>
- Campbell, K., Nelson, J., Parker, M. & Johnston, S. (2018). Interpersonal chemistry in friendships and romantic relationships [Química interpersonal en las amistades y las relaciones amorosas]. *Interpersona: An International Journal on Personal Relationships*, 12(1), 34.-50.  
<https://doi.org/10.5964/ijpr.v12i1.289>
- Castillo, R., Venega, S., & Sosa, M. (2018). Expresión de ira, satisfacción en la relación de pareja y bienestar psicológico. *Revista electrónica de Psicología Iztacala*, 21(3), 1006 - 1018.  
<https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2018/epi1831.pdf>
- Cheek, J., & Tyson, E. (2009). Shyness [Timidez]. En H. Reis & S. Sprecher (Eds.), *Encyclopedia of Human Relationships* (vol. 3, pp. 1489-1492). Sage.
- Cidoncha-Romá, A. (2017). *Satisfacción, conflictos y consecuencias psicológicas en las relaciones de pareja una revisión bibliográfica* [Tesis de licenciatura, Universitat Jaume I]. Repositorio institucional de la Universitat Jaume I. <https://repositori.uji.es/xmlui/handle/10234/173374>
- Cuetos, G. (2016). *El amor a lo largo de la historia* [Sesión de Congreso]. XVII Congreso Virtual Internacional de Psiquiatría. <https://psiquiatria.com/trabajos/usr1299974717.pdf>
- Díez, M., Sánchez-Queija, I., & Parra, Á. (2019). Why are undergraduate emerging adults anxious and avoidant in their romantic relationships? The role of family relationships. *PloS one*, 14(11), 1-12. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0224159>
- Dotson, M., Castro, E., Magid, N., Hoyt, L., Suleiman, A., & Cohen, A. (2022). “Emotional distancing”: Change and strain in US young adult college students’ Relationships during COVID-19. *Emerging Adulthood*, 10(2), 546-557. <https://doi.org/10.1177/21676968211065531>
- Escobar, G., García, M., González, T., Martín, J., Padilla, M., Rumbos, F., & García, G. (2021). Cambios en el compromiso de universitarios con pareja y uso de redes sociales durante el COVID-19. *Revista Digital Internacional de Psicología y Ciencia Social*, 7(2).  
<https://cued.unam.mx/revistas/index.php/rdpcs/article/view/361/763>
- Estlein, R., Gewirtz, A., & Opuda, E. (2022). Love in the time of COVID-19: A systematic mapping review of empirical research on romantic relationships one year into the COVID-19 pandemic. *Family Process*, 1(1), 1-21. <https://doi.org/10.1111/famp.12775>
- Fernández, L. (2006). *¿Cómo analizar datos cualitativos?*. Institut de Ciències de l’Educació. Universitat de Barcelona.  
[https://www.academia.edu/7572064/C%C3%B3mo\\_analizar\\_datos\\_cualitativos](https://www.academia.edu/7572064/C%C3%B3mo_analizar_datos_cualitativos)
- Fruzzetti, E. (2016). *La pareja altamente conflictiva. Guía de terapia dialéctico-conductual para encontrar paz, intimidación y conocimiento*. Desclée De Brouwer.  
<https://www.edesclée.com/img/cms/pdfs/9788433028044.pdf>



- Fuster, D. (2019). Investigación cualitativa: Método fenomenológico hermenéutico. *Propósitos y representaciones*, 7(1), 201-229.  
[http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2307-79992019000100010](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2307-79992019000100010)
- Gómez, J. (2011). *Atracción y amor. Fundamentos de psicología social*.  
[https://www.uma.es/media/files/Atraccion\\_y\\_Amor.pdf](https://www.uma.es/media/files/Atraccion_y_Amor.pdf)
- Gómez, Á., Maraver, P., & Pazos, M. (2016). Experiencias positivas y negativas en relaciones de pareja de jóvenes y adolescentes. *Revista de psicología (Santiago)*, 25(2), 01-19.  
<https://scielo.conicyt.cl/pdf/revpsicol/v25n2/art07.pdf>
- Greenberg, L., & Pos, A. (2007). Emotion-focused therapy: The transforming power of affect. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 37(1), 25-31.  
[https://www.researchgate.net/publication/225730835\\_Emotion\\_-\\_focused\\_therapy\\_the\\_transforming\\_power\\_of\\_affect](https://www.researchgate.net/publication/225730835_Emotion_-_focused_therapy_the_transforming_power_of_affect)
- Guerrero, M. (2016). La investigación cualitativa. *INNOVA Research Journal*, 1(2).  
<http://revistas.uide.edu.ec/index.php/innova/index>
- Labbé, C., López-Neira, L., Saiz, J. L., Vinet, E. V., & Boero, P. (2019). Uso de TIC en estudiantes universitarios chilenos: enfoque desde la adultez emergente. *Pensamiento Educativo, Revista de Investigación Latinoamericana (PEL)*, 56(2), 1-14.  
<https://doi.org/10.7764/10.7764/PEL.56.2.2019.2>
- Latikka, R., Koivula, A., Oksa, R., Savela, N., & Oksanen, A. (2022). Loneliness and psychological distress before and during the COVID-19 pandemic: Relationships with social media identity bubbles. *Social Science & Medicine*, 293(1), 1-10.  
<https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2021.114674>
- Lee, C., Cadigan, J., & Rhew, I. (2020). Increases in loneliness among young adults during the COVID-19 pandemic and association with increases in mental health problems. *Journal of Adolescent Health*, 67(5), 714-717. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.08.009>
- Llanos-Cortés, K. (2020). *La ciudad de las relaciones a distancia*. [Tesis de licenciatura, Universidad de los Andes]. Repositorio institucional de la Universidad de los Andes.  
<http://hdl.handle.net/1992/51167>
- Manrique, R. (2013). El amor: hay (bio)química entre nosotros. *Revista de Química*, 27(1-2), 29-32.  
<https://revistas.pucp.edu.pe/index.php/quimica/article/view/8968>
- Melero, R. (2008). *La relación de pareja. Apego, dinámicas de interacción y actitudes amorosas: Consecuencias sobre la calidad de la relación*. [Tesis de doctorado, Universidad de Valencia]. Repositorio institucional de la Universidad de Valencia.  
<https://roderic.uv.es/handle/10550/15428>
- Nobre, T., Umbelino, C., & Alves, L. (2021). La influencia de la tecnología de la información en las relaciones amorosas en la modernidad de la red. *IROCAMM-International Review Of Communication And Marketing Mix*, 1(4), 89-98.  
<https://revistascientificas.us.es/index.php/IROCAMM/article/view/12388>
- Organismo Supervisor de Inversión Privada en Telecomunicaciones. (27 febrero 2021). *Uso de WhatsApp, Tik Tok y YouTube creció en redes fijas durante la primera semana de inmovilización social obligatoria*.
- Posada-Bernal, S., Bejarano, M., Rincón, L., Trujillo, L., & Vargas, N. (2021). Cambios en las relaciones interpersonales de los jóvenes universitarios durante la pandemia. *Revista Habitus: Semilleros de Investigación*, 1(1), 1-14. <https://doi.org/10.19053/22158391.12573>
- Psicología y Mente (2022). *Las 3 fases del amor y sus características*.  
<https://psicologiaymente.com/pareja/fases-del-amor>



- Quispe, A., & Quispe, D. (2018). *Componentes del amor según la personalidad en estudiantes mujeres del quinto año de la Universidad Nacional de San Agustín*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de San Agustín]. Repositorio institucional de la Universidad Nacional de San Agustín. <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/6030>
- Rocha, L., Avendaño, E., Barrios, A., & Polo, A. (2017). *Actitudes hacia el amor en relaciones románticas de jóvenes universitarios*. *Praxis & saber*, 8(16), 155-178. <http://www.scielo.org.co/pdf/prasa/v8n16/2216-0159-prasa-8-16-00155>
- Rodríguez, P., Cervera, L., Roncancio, J., & Velazco, E. (2021). Construcciones sociales y actitudes hacia el enamoramiento en la adolescencia. *Boletín Redipe*, 10(8), 159-179. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8116633>
- Rodríguez, T., & Rodríguez, Z. (2016). El amor y las nuevas tecnologías: experiencias de comunicación y conflicto. *Comunicación y sociedad*, (25), 15-41. <http://www.scielo.org.mx/pdf/comso/n25/n25a2.pdf>
- Rodríguez, T., & Rodríguez, Z. (2020). Intimidad y relaciones de pareja durante la pandemia de la COVID-19 en Guadalajara. *Espiral (Guadalajara)*, 27(78-79), 215-264. <https://doi.org/10.32870/ees.v28i78-79.7206>
- Román, P. (2017). *Niveles de Amor Romántico en Parejas de una Universidad Privada de Lima Metropolitana*. [Tesis de licenciatura, Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. Repositorio institucional de la Universidad Inca Garcilaso de La Vega. <http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/1548>
- Sánchez, R., & Calleja, N. (2021). Adaptación y validación de la Escala de Satisfacción con el Apoyo Recibido de la Pareja y diseño y validación de la Escala de Disposición a Recibir Apoyo Social. *Revista Costarricense de Psicología*, 40(1), 37-59. [https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S1659-29132021000100037script=sci\\_arttext](https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S1659-29132021000100037script=sci_arttext)
- Smith, R., Killgore, W., & Lane, R. (2018). The structure of emotional experience and its relation to trait emotional awareness: A theoretical review. *Emotion*, 18(5), 670. <https://doi.org/10.1037/emo0000376>
- Stange, I., Ortega, A., Moreno, A., & Gamboa, C. (2017). Aproximación al concepto de pareja. *Psicología para América Latina*, 29, 7 -22. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psilat/n29/a02n29.pdf>
- Sveningsson, M. (2002). Cyberlove: Creating romantic relationships on the net. En J. Fornäs, K. Klein, M. Ladendorf, J. Sundén, & M. Sveningsson (Eds.), *Digital borderlands: Cultural studies of identity and interactivity on the internet* (pp. 79-111). <https://www.diva-portal.org/smash/record.jsf?pid=diva2%3A591610dswid=4757>
- Urbano, A., Iglesias, M., & Martínez, R. (2019). Diseño y validación de la Escala de Tiempo Compartido en la Pareja (TCP). *Psychology, Society & Education*, 11(2), 165-175. <https://doi.org/10.25115/psye.v11i2.1909>
- Vaterlaus, J., Shaffer, T., & Pulsipher, L. (2021). College student interpersonal and institutional relationships during the COVID-19 pandemic: A qualitative exploratory study. *The Social Science Journal*, 1(1), 1-14. <https://doi.org/10.1080/03623319.2021.1949553>
- Villavicencio, C., & Jaramillo, J. (2020). Desgaste emocional en la convivencia afectiva de pareja. *Revista de Investigación en Ciencias Sociales y Humanidades*, 7(1), 58-66. <http://dx.doi.org/10.30545/academo.2020.ene-jun.6>
- Villegas, M., & Mallor, P. (2017). *Parejas a la carta: Las relaciones amorosas en la sociedad postmoderna*. Herder.



## 1.2 Transición a la educación semi-presencial

### Resumen

En el 2020, el mundo atravesó una pandemia por la enfermedad causada por el COVID-19, la cual incrementó potencialmente debido al acelerado contagio de dicho virus. Los ámbitos sociales se vieron fuertemente afectados, debido al aislamiento global, trayendo consecuencias en el desarrollo normal de la vida cotidiana. En respuesta a las necesidades mundiales, las instituciones educativas tuvieron la obligación por ley de trasladarse a la modalidad de educación virtual, para prevenir el contagio. El aislamiento social obligatorio, las clases virtuales, y la incertidumbre inicial sobre la enfermedad, ha tenido un gran impacto en la salud mental y capacidad de adaptación de los estudiantes. La necesidad de adaptarse a dichos cambios en el contexto educativo ha generado afecciones en la salud mental de las personas. Actualmente, la mayoría de las instituciones universitarias están retornando progresivamente a la modalidad presencial y/o semi presencial, buscando así que su alumnado pueda adaptarse a dicha modalidad, tratando de regresar progresivamente a la presencialidad. No obstante, aún no caen en cuenta que este proceso es complejo. Es por ello que la presente investigación pretende conocer las experiencias de los estudiantes de la Universidad de Lima respecto al retorno a clases semi-presenciales, integrando temas de estabilidad emocional, adaptación, y la satisfacción de acuerdo a su desempeño académico.

- Palabras clave: estabilidad emocional, adaptación, desempeño académico

### 1.2.1 Introducción

A inicios del 2020, por la pandemia ligada al COVID-19, las sociedades tuvieron que realizar distintas adaptaciones con la finalidad de mitigar el riesgo de muerte y controlar la propagación del virus. Los ámbitos sociales se vieron fuertemente limitados por el aislamiento; y, las consecuencias sobre el ámbito académico han afectado significativamente a los estudiantes y su desarrollo tanto a nivel cognitivo, académico y social (González Velásquez, 2020). En respuesta a las necesidades mundiales, las instituciones educativas tuvieron la obligación por ley de trasladarse a la modalidad de educación virtual, para prevenir el contagio. El avance de tecnologías para la educación ha tenido grandes mejoras y ha conseguido aumentar su alcance (Estrada et. al, 2020). No obstante, el aislamiento social obligatorio, las clases virtuales, y la incertidumbre inicial sobre la enfermedad, han tenido un gran impacto sobre la salud mental y capacidad de adaptación de los estudiantes. Este cambio, trajo consecuencias negativas tanto para los alumnos como profesores, conllevando a desigualdades e irregularidades en el proceso de enseñanza aprendizaje y dificultades en el proceso formativo y motivacional. En el Perú, durante el 2020 se agudizó el abandono académico, siendo más de 600 mil estudiantes que no se matricularon en clases. Esto es evidente, debido a varios causales como el desempleo que afectó a los estudiantes en un nivel económico.

La educación virtual es la modalidad educativa más empleada recientemente, consta del uso de

<sup>1</sup>Trabajo de investigación para la asignatura Metodología de la Investigación Cualitativa revisado por el (la) profesor(a) Rosina Vanessa Sánchez Jimenez.

<sup>2</sup>Autores: Maria Jose Bravo Aspillaga, Camila Maria dellepiane Helou, Daniel Galarza Zamora, Valeria Padilla Caffarena y Gabriela Sotillo Saavedra



tecnologías de la información y comunicación para llevar a cabo el proceso de enseñanza-aprendizaje (Lovón & Cisneros, 2020). Sin embargo, este cambio tuvo un gran impacto en la salud mental de los estudiantes, viéndose afectado su desempeño académico por múltiples factores socioambientales, los cuales tuvieron un efecto negativo en sus rutinas, estabilidad emocional y desarrollo intelectual (Araoz et al., 2022). Actualmente, la mayoría de las instituciones universitarias están retornando progresivamente a la modalidad presencial y/o semi presencial, mediante la implementación de modelos híbridos considerando las medidas de bioseguridad establecidas por la ley (MINEDU, como se cita en Armada Pacheco & Sinche Crispín, 2021), buscando así que su alumnado pueda adaptarse a dicha modalidad, tratando de regresar progresivamente a la presencialidad. La presente investigación pretende conocer las experiencias de los estudiantes de la Universidad de Lima respecto al retorno a clases semi-presenciales, integrando temas de estabilidad emocional, adaptación, y la satisfacción de acuerdo a su desempeño académico.

Esta investigación aporta información relevante o de interés para los docentes, personal con labores administrativas y personas asociadas a la educación universitaria, sobre la percepción y vivencias de sus estudiantes durante los cambios de modalidad estudiantil debido a la pandemia del virus COVID-19. Además, representa una necesidad a nivel educativo y sanitario, pues los cambios radicales de la educación virtual han causado pérdida de interés y motivación por el estudio, lo que puede conllevar a la deserción estudiantil. Es por ello que es de suma importancia comprender el fenómeno y crear conciencia sobre el impacto del retorno a clases en los estudiantes a nivel académico y emocional. Asimismo, debido a la proximidad temporal de la pandemia, se espera contribuir generando información sobre un tema que no ha sido abordado en el Perú.

En base a lo anteriormente mencionado, surgieron las siguientes preguntas: ¿Cuáles son las experiencias de adaptación en el ámbito académico en los estudiantes universitarios debido a la transición de la modalidad virtual a la semi-presencial?, así como ¿Cuáles son las experiencias de adaptación socioemocionales de los estudiantes universitarios sobre la modalidad virtual a comparación de la educación semi-presencial?

### 1.2.2 Marco Teórico

Un estudio durante el 2020, llamado “Salud mental en universitarios del Consorcio de Universidades durante la pandemia” y realizado por un equipo de investigadoras de la Universidad de Lima, Pacífico y la Pontificia Universidad Católica del Perú, buscó ampliar la visión que se tenía con respecto a la salud mental de sus estudiantes durante la pandemia. Los resultados obtenidos arrojaron que más del 30% de los encuestados presentan síntomas de estrés, ansiedad y depresión; y, solo el 22% de los estudiantes recibió algún tipo de atención psicológica (Cassaretto et al., 2021). La ansiedad es un trastorno que evidencia sentimientos de intranquilidad frecuentemente y se puede manifestar de distintas maneras (Sue et al., 2010). Un estudio realizado por Ticona et al. (2021), cuyo objetivo fue evidenciar la relación que existe entre la ansiedad y el estrés que han sentido los estudiantes durante la pandemia, encontró que el 46% de estudiantes estaba bajo efectos de ansiedad; el 39% tenía tendencia a sentir ansiedad; y, solo el 15% de estudiantes se encontraban fuera de peligro. Con respecto al estrés, esta es una reacción fisiológica que aparece cuando un individuo se enfrenta a situaciones complicadas a nivel físico o emocional. El cuerpo humano reacciona de forma defensiva, generando tensión y, eventualmente, alguna enfermedad o un problema de salud (Ávila, 2014). En la educación, el estrés académico se conceptualiza como “un estado producido cuando el estudiante percibe negativamente (distrés) las demandas de su entorno” (Zárate-Depraect, 2018, p. 92). En un estudio realizado por Luque Vilca (2021), que tuvo como objetivo evaluar los niveles de estrés



académico en estudiantes universitarios durante la educación virtual por el COVID-19, se encontró que el 92.27 % de los estudiantes evaluados ha presentado estrés académico.

En cuanto a la adaptación de los estudiantes universitarios a la modalidad virtual, esta situación ha resultado difícil tanto para estudiantes como para docentes, puesto que la transición de ambientes educativos presenciales a virtuales representó retos académicos, educativos y epistemológicos que requirieron la adaptación de los sílabos, asignaturas y sus evaluaciones a una nueva modalidad (Jiménez et al., 2021). Asimismo, el 36.4 % de alumnos universitarios demuestra preferencia por la modalidad semi virtual, la cual consiste en realizar la mitad del total de horas de una asignatura de manera virtual y la otra mitad de manera presencial (Hernández, 2021). Respecto a las implicancias de la educación virtual y presencial, en la revisión realizada por Vásquez (2020), un estudio presentó las desventajas de la educación en plataformas digitales, debido a que existen mayores distracciones del entorno dado el fácil acceso a dispositivos tecnológicos; aunque, también se señalaron algunas ventajas en relación al proceso e-learning.

En relación al desempeño y la satisfacción de los estudiantes universitarios, Gherhes et al. (2021) mencionan que algunos estudios describen a los estudiantes como menos satisfechos con la educación virtual y prefiriendo los cursos clásicos presenciales. Es importante tomar en cuenta también la motivación del estudiante y su influencia sobre el desempeño académico (López & Estrada, como se cita en Abad & Barrera, 2021). Entre los tipos de motivación están la motivación intrínseca, que es el ánimo interno del estudiante que demuestra el interés por la materia; y, extrínseca, que se relaciona con las recompensas que ofrece el entorno (Beltrán et al., 2020). Por último, la autoeficacia en los estudiantes universitarios también es un predictor de su aprendizaje y desempeño académico, ya que refleja la confianza que tiene un individuo en su capacidad para hacer frente a diversos retos de forma exitosa (Barillas & Padilla, 2019). La investigación realizada por Jiménez et al. (como se cita en Chávarry, 2022) para determinar la percepción de autoeficacia en la asignatura de Matemáticas I, obtuvo como resultado que los alumnos de modalidad presencial presentan mayor autoeficacia debido a que consideran que entienden más rápidamente los temas más complejos abordados en el curso. Es por eso que en el proceso de aprendizaje en una modalidad virtual o mixta, se necesita trabajar en nuevas formas de promover y corroborar que exista armonía los métodos de enseñanza, utilizando los beneficios que brinda el entorno virtual en la flexibilidad de aprendizaje, programas, temas abordados en los cursos y la implementación de plataformas que motiven la comunicación abierta e interacción activa (Vecchini et al., como se cita en Chávarry, 2022).

### 1.2.3 Objetivos

- Describir las experiencias de adaptación socioemocionales en los estudiantes universitarios debido a la transición de la educación virtual a la semi-presencialidad.
- Explorar las experiencias de adaptación en el ámbito académico en los estudiantes en la transición de la educación virtual a la semi-presencial.

### 1.2.4 Método

#### *Tipo y diseño de investigación*

La presente investigación es de tipo cualitativa, debido a que tiene como objetivo comprender fenómenos a través de la exploración de la perspectiva y experiencia de los participantes (Hernández & Mendoza, 2018). En este caso, se busca describir las experiencias de adaptación en el ámbito académico de los estudiantes universitarios en la transición de la educación virtual a la semi-presencial. El diseño de la investigación es fenomenológico, ya que se busca explorar lo que un grupo de



individuos tiene en común respecto a una situación determinada o específica (Hernández & Mendoza, 2018). En este caso, conocer el bienestar mental y las estrategias de adaptación de los estudiantes, en el contexto de clases semi-presenciales.

### *Participantes*

Los participantes de esta investigación fueron estudiantes mujeres y hombres de la Universidad de Lima entre las edades de 18 a 23 años. En esta oportunidad se tuvo un total de 5 participantes. Los criterios de exclusión para este trabajo fueron los siguientes: estudiantes que no estén estudiando en una universidad dentro de la ciudad de Lima, estudiantes que recién hayan ingresado a la universidad y estudiantes menores o mayores a los rangos de edad establecidos. Se contactó a cada uno a través de contactos personales de los investigadores que han realizado este estudio. Con respecto al tipo de muestreo, este fue no probabilístico, la selección de la muestra estuvo orientada a las características y al contexto de la investigación. Específicamente, se utilizó de casos-tipo, ya que el objetivo de esta investigación es la calidad y no la cantidad de participantes (Hernández & Mendoza, 2018).

**Tabla 2**

### *Descripción de participantes*

Pseudónimo	Edad	Sexo	Tiempo de Asistencia	Carrera
Entrevistado 1	20	Femenino	2 años	Negocios Internacionales
Entrevistado 2	23	Masculino	5 años	Derecho
Entrevistado 3	23	Masculino	5 años	Derecho
Entrevistado 4	20	Masculino	3 años	Psicología
Entrevistado 5	21	Femenino	4 años	Comunicaciones

### *Instrumentos y técnicas*

La técnica utilizada para la recolección de datos fue la entrevista semiestructurada, en donde se reunió al entrevistador y entrevistado para intercambiar información basadas en una guía de preguntas (Hernández y Mendoza, 2018). La entrevista se basó en cinco categorías temáticas: experiencias de adaptación durante el retorno a clases semi-presenciales; estrategias de adaptación; experiencias emocionales; motivación de los estudiantes en ambas modalidades de estudio; y, la autoeficacia de los estudiantes. La estructura y contenido de la entrevista fue diseñada por los investigadores en base a los objetivos del estudio. Como instrumentos se utilizaron dos entrevistas exploratorias, una entrevista piloto y cinco entrevistas definitivas considerando tres aspectos: adaptación; bienestar mental; y, desempeño y satisfacción.

### *Procedimiento de recolección de datos*

En cuanto al procedimiento de recolección de datos, primero se plantearon las categorías temáticas para la elaboración de las preguntas de la entrevista exploratoria. Posteriormente, se contactó a dos participantes apropiados para la muestra. En segundo lugar, con los resultados de las entrevistas exploratorias se realizaron ajustes a la estructura y redacción de las preguntas para proceder a la aplicación de la entrevista piloto. En tercer lugar, se contactaron a 5 participantes para llevar a cabo la entrevista definitiva de manera virtual, a través de la plataforma “Zoom”. Antes de las entrevistas se realizó la entrega del consentimiento informado, donde se acordó la grabación de las entrevistas para fines únicamente académicos. En cuarto lugar, se realizaron las transcripciones de las entrevistas y se elaboró una matriz de análisis de los resultados donde emergieron subcategorías que permitieron esquematizar los resultados para un mejor entendimiento y organización de los hallazgos del estudio.



### 1.2.5 Resultados y discusión

A raíz del análisis ejecutado de la matriz de respuestas, se plantearon 5 categorías. En primer lugar, se encuentra la categoría de “Experiencias de adaptación”, la cual se dividió en dos subcategorías: “Socialización” y “Carga Académica”. En base a la subcategoría de Socialización, se encontró que los niveles de adaptación y familiarización con el entorno social han disminuido, ya que por dos años los alumnos han creado amistades digitales sin siquiera conocerse los rostros o llegar a una amistad profunda que consolide la relación. Hoy en día, algunos coinciden con que no conocen a nadie de sus clases y que eso ha aumentado niveles de ansiedad debido a que se sienten más expuestos al juicio del otro, como se menciona:

“Bueno el primero es el tema de las exposiciones, que como te comenté me dan ansiedad [...] Creo que también otro desafío sería el tratar de entablar nuevas amistades, ¿no? Yo soy una persona que no suele hablar con personas que no conoce y hay cursos en los que estoy solo [...]” (Entrevistado 4)

En relación a la subcategoría de Carga Académica, esta se encuentra expresada en el tiempo de dedicación que requiere una asignatura para que un estudiante logre cumplir con los objetivos esperados (Tamame, 2019). Los resultados encontrados fueron los siguientes:

“Estoy en contra porque todas las semanas tengo algo que entregar o hacer. Antes de la pandemia, esta carga era solo para parciales y finales, ahora se mantiene a lo largo de todo el ciclo.” (Entrevistado 3)

“No entiendo la división de dos partes, me era mucho más práctico cuando eran tres evaluaciones (tarea académica, evaluación parcial y final) ya que siento que me da la oportunidad de destacar más.” (Entrevistado 2)

En lo que respecta a la categoría de “Experiencias emocionales”, refiere a estructuras compuestas por aspectos afectivos, cognitivos, percepciones y acciones, cuya variedad y diversidad es una representación más amplia de las emociones experimentadas por un individuo (Barrios-Tao, 2020). Dentro de las experiencias emocionales, se encuentran los sentimientos negativos como el estrés y la ansiedad que pueden tener impactos severos y perjudiciales en la calidad de vida de una persona (Bairero, 2018). En este sentido, todos los entrevistados, al menos en una de sus respuestas, evidencian haber experimentado sentimientos negativos tanto durante las clases virtuales como en las semi-presenciales, donde la carga académica suele ser mayor.

“Me dan ansiedad los exámenes presenciales y la carga de trabajos que han habido estos últimos años. Me genera estrés/ ansiedad el cambio de virtual a presencial durante la semana ya que, como trabajo tengo que estar constantemente manejando de un lado a otro. Además, me genera mal humor y me produce poca tolerancia [...]” (Entrevistado 2)

“ Hay semanas donde he tenido trabajos en cuatro de los cinco cursos que estoy llevando y me ha dado ansiedad y estrés. Los dolores de cabeza eran interminables, la ansiedad le provoca dolores de estómago y me da gastritis, tengo que tomar Neoprazol para que no me duela tanto.” (Entrevistado 4)



Con respecto a la categoría de: “Estrategias de Adaptación”, que se refiere a los cambios que realiza un individuo en relación a sus gustos, deseos, necesidades, preferencias y ajustes a lo que respecta a las circunstancias del entorno en el que vive, utilizando mecanismos que ayuden a manejar ese cambio (González Velásquez, 2017). Particularmente, se evidencia la dificultad para adaptar la organización y los hábitos de estudio de los entrevistados por factores externos (trabajo y universidad); sin embargo, otros consideran que el tener que ir a la universidad los ha ayudado y han podido organizarse mejor.

“Creo que he tratado de organizarme, pero es difícil porque, por ejemplo: tuvimos que avanzar un trabajo hoy, bueno designar y bueno también más tarde tengo que llevar cosas de mi casa.” (Entrevistado 4)

“Si bien es cierto es más demandante, requiere más organización por mi trabajo / universidad (si es virtual es más fácil para mi). Este sistema ha forzado a los estudiantes a organizarse mejor, por lo menos a mi”. (Entrevistado 2)

“Para organizarme hago una lista (desde lo más importante a lo menos) y también tomo en consideración que actividad me va a tomar más tiempo de hacer que otras” (Entrevistado 2).

En cuanto a la penúltima categoría, esta se denominó “Motivación en estudiantes universitarios”. Los resultados mostraron que la mayoría de los participantes entrevistados consideraba que los cambios de modalidad de enseñanza, en estos últimos años, habían tenido un impacto en su nivel de motivación:

“En virtual me iba super bien, yo tenía buenas notas, pero siento que ahora en presencial mi promedio se ha ido al tacho entonces siento que tengo mucha menos motivación para estudiar y hacer trabajos.” (Entrevistado 1)

“Creo que no hay un cambio significativo en mis niveles de motivación, considero que estoy más motivado en las clases virtuales por el hecho de la comodidad, el hecho que trabajo y tener esa flexibilidad me ayuda mucho.” (Entrevistado 2)

Como se observa, la modalidad virtual les generó una mayor motivación a comparación de cuando acudían a clases presenciales en la universidad, ello podría estar relacionado con la comodidad y mayor libertad en cuanto a la disponibilidad del tiempo. Sin embargo, hubo algunos participantes que prefirieron esta modalidad tradicional:

“Si, de hecho no sentía que estaba aprendiendo de la misma manera [...] Ahora que es presencial, estoy más motivado porque siento la misma motivación que cuando recién empezaba la universidad, en la cual tenía muchas ganas de aprender.” (Entrevistado 3)

“El entorno te puede retribuir con comentarios positivos o negativos que te construya como profesional o estudiante.” (Entrevistado 5)

Por otro lado, los participantes presentaron niveles de procrastinación más altos en la modalidad virtual que en clases semi-presenciales:

“Si mucho, a raíz de lo virtual uso mucho más la laptop y por ello procrastino más en clase porque tengo la noción de que puedo ver la clase después.” (Entrevistado 2)



“Sí, pero ahora que es presencial procrastino menos, porque tengo mayor obligación de cumplir los plazos.” (Entrevistado 3)

En relación a la última categoría de “Autoeficacia en los estudiantes universitarios”. Hace referencia al proceso de control y regulación del aprendizaje propio del estudiante que influye en el desempeño académico (Gaeta et al., 2021). Los participantes comentaron lo siguiente:

“No ha disminuído significativamente pero sí ha disminuído y yo lo noto” (Entrevistado 1).

“Ha disminuido porque, no tengo el soporte a mi lado para dar los exámenes, o sea mis materiales. Por ende, mi rendimiento académico ha disminuido.” (Entrevistado 3)

Sin embargo, un participante manifiesta una mejoría en su desempeño académico durante las clases presenciales. Este resultado se puede atribuir a variables como la resiliencia, motivación, y otras variables del entorno.

“Considero que mi desempeño es mejor en presencial, me iba bien en virtual porque tenía un buen promedio, pero siento que ahorita me está yendo mejor.” (Entrevistado 5)

Teniendo en cuenta que el aprendizaje no siempre responde al resultado de una calificación, se abordó la percepción de los estudiantes sobre su proceso de aprendizaje durante el cambio de modalidad virtual a presencial. Se encontraron los siguientes hallazgos:

“Sí, porque me concentro, sí me concentro en mis clases presenciales, es más en las virtuales sí me distraigo mucho más.” (Entrevistado 1)

“Siento que sí es más eficiente que en clases virtuales, porque estás interactuando más con el profesor y se te hace más fácil prestar atención.” (Entrevistado 5)

Las justificaciones más comunes están relacionadas a la concentración, debido a la gran cantidad de estímulos distractores que pueden aparecer llevando las clases en sus hogares. Caso contrario en las clases presenciales, donde se percibe un mayor compromiso a prestar atención al docente y por ende, recibir la información de manera directa y consolidar el aprendizaje.

### 1.2.6 Conclusiones

- El bienestar socioemocional de los estudiantes se ha visto comprometido en el proceso de adaptación de clases virtuales a semi-presenciales. Esto es debido, en su mayoría, a las diversas demandas que exige el retorno presencial a la universidad. Además de la familiarización al nuevo formato de evaluación planteado por la propia institución.
- Se encontraron diversos indicadores de ansiedad y estrés en los participantes. Entre estos, alteraciones de los hábitos del sueño y alimentación, además de la presencia de sentimientos negativos como la tristeza, preocupación y agobio. Debido a diversos estresores propiciados por el cambio de modalidad de clases virtuales a semi-presenciales.
- Existe un descontento generalizado hacia el nuevo formato de evaluación, debido a que se percibe como perjudicial para el rendimiento académico de los estudiantes. Esto, a su vez, contribuye a la presencia y prevalencia de sentimientos negativos en los estudiantes.



- En cuanto a la diferencia en los niveles de motivación, se halló que la mayoría de los participantes se sintieron más motivados durante las clases virtuales, esto debido a la flexibilidad y comodidad, ya que algunos trabajaban y otros no disfrutaban de estar desplazándose frecuentemente de sus casas a la universidad. Sin embargo, el resto tuvo una inclinación hacia la presencialidad, puesto que experimentan más ganas de aprender a causa de su interacción con el entorno.
- Respecto a la procrastinación, los estudiantes expresaron que solían aplazar sus responsabilidades con más frecuencia cuando llevaban únicamente clases virtuales. Ahora con la semi-presencialidad, pocos continúan haciéndolo y en menor medida, debido al cambio en la percepción del tiempo y al aumento en el compromiso por cumplir con las tareas académicas.
- Por último, en relación a la autoeficacia de los participantes, estos presentaron un mejor desempeño académico en las clases virtuales, debido a la facilidad en el acceso de información y apuntes a la hora de rendir las evaluaciones. Además, consideran que tienen un mayor aprendizaje en las clases presenciales debido al incremento en el nivel de exigencia, la concentración y el esfuerzo.

### 1.2.7 Recomendaciones

- Para poder detallar más a fondo la población elegida se recomienda que se incluyan participantes que estén estudiando en otras universidades de Lima ya que ello también puede influenciar en las experiencias y perspectivas que han tenido los individuos con respecto al cambio de la educación virtual a semi-presencial. Si bien es cierto, todas las universidades se vieron obligadas a utilizar la educación virtual, sin embargo, cada una implementó distintos sistemas de evaluación, requisitos (prender o no la cámara), entre otros. Todo ello influye en la adaptación académica y socioemocional de los alumnos frente al cambio.
- Se recomienda ampliar el estudio sobre la variable de resiliencia en el contexto universitario. En los resultados se evidencia como un factor importante de prevención ante la deserción estudiantil, por lo tanto, resulta prometedor investigar la interacción de esta variable sobre el contexto de post-pandemia y generar estrategias de resiliencia que reduzcan el problema de deserción académica en el Perú.
- Sobre la categoría de “Experiencias emocionales”, se recomienda profundizar el impacto de las pérdidas de familiares sobre el estudiante universitario. Además, se recomienda abordar dicho tema con el máximo cuidado y tacto para no infligir algún percance o malestar emocional severo en el entrevistado. Lamentablemente fue un problema recurrente durante la pandemia e inevitablemente afectó a los estudiantes universitarios, por lo que con su exploración se puede obtener un mayor alcance sobre el bienestar mental de los participantes.
- Sobre la categoría: “Estrategias de Adaptación” se recomienda ahondar sobre el factor tiempo, realizar más preguntas a los entrevistados para poder tener un mejor entendimiento sobre cómo ello influye en las dos subcategorías: “organización” y “hábitos de estudio”. Los resultados encontrados ayudan a evidenciar cómo es que las subcategorías afectan el estado emocional de los entrevistados, como es que la falta de organización y de manejo de tiempo genera que tengan mayores niveles de estrés y ansiedad.



## Referencias

- Abad, L. & Barrera, H. (2021). Didáctica virtual y desempeño académico en estudiantes de maestrías de educación de la PUCE – Ambato. *Horizontes. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 5(17), 252–276.  
<http://www.scielo.org.bo/pdf/hrce/v5n17/2616-7964-hrce-5-17-252.pdf>
- Araóz, E., & Gallegos, N. (2022). Cansancio emocional en estudiantes universitarios peruanos en el contexto de la pandemia de COVID-19. *Fundación Dialnet*, 7(1).  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8240297>
- Ávila, J. (2014). El estrés un problema de salud del mundo actual. *Revista Con-Ciencia*, 2(1), 117-125. [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2310-02652014000100013script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2310-02652014000100013script=sci_arttext)
- Armada Pacheco, J. M., & Sinche Crispín, F. V. (2021) Políticas públicas promovidas para el sistema educativo a partir de propagación del COVID-19. *Boletín de malariología y salud ambiental*, 61(4), 725-731. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/fr/biblio-1397903>
- Bairero, M. (2018). El estrés y su influencia en la calidad de vida. *MULTIMED*, 21(6), 971-982.  
<http://www.revmultimed.sld.cu/index.php/mtm/article/view/688/1054>
- Barillas, C. & Padilla, B. (2019). Retos en el desarrollo de la motivación y la autoeficacia en estudiantes universitarios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 1(2), 159 · 170-159 · 170.  
<https://www.revistacneip.org/index.php/cneip/article/view/36>
- Barrios-Tao, H. (2020). Desarrollo de experiencias emocionales en educación: una contribución para la formación humanística. *Civilizar Ciencias Sociales y Humanas*, 20(38), 119-135.  
<https://doi.org/10.22518/jour.cssh/2020.1a08>
- Beltrán, G., Amaquema, F. & López, F. (2020). La motivación en la enseñanza en línea. *Conrado*, 16(75), 316–321.  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttextpid = S1990 – 86442020000400316](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttextpid = S1990 – 86442020000400316)
- Cassaretto, M., Pérez Aranibar, C., Espinoza, MDC., Otiniano, F., Rodríguez, L., & Rubina, M. (2021). *Salud Mental en universitarios del consorcio de universidades durante la pandemia*.
- Chávarry, V. (2022). *Autoeficacia Académica en adolescentes en educación virtual*. [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Cayetano Heredia] Repositorio institucional de la Universidad Peruana Cayetano Heredia.
- Estrada, E., Gallegos, N., Mamani, H., & Huaypar, K. (2020). Actitud de los estudiantes universitarios frente a la educación virtual en tiempos de la pandemia de COVID-19. *Revista Brasileira de Educação do Campo*, 5(e10237), 1-19. <http://dx.doi.org/10.20873/uft.rbec.e10237>
- Gaeta, M., Gaeta, L., & Rodríguez, M. (2021). Autoeficacia, estado emocional y autorregulación del aprendizaje en el estudiantado universitario durante la pandemia por COVID-19. *Revista Actualidades Investigativas en Educación*, 21(3), 1-24.  
<http://dx.doi.org/10.15517/aie.v21i3.46280>
- Gherheș, V., Stoian, C. E., Fărcașiu, M. A., & Stanici, M. (2021). E-Learning vs. Face-To-Face Learning: Analyzing Students' Preferences and Behaviors. *Sustainability*, 13(8), 4381.  
<https://doi.org/10.3390/su13084381>
- González Velázquez, L. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios asociado a la pandemia por COVID-19. *Espacio I+D, Innovación más Desarrollo*, 9(25).  
<https://doi.org/10.31644/IMASD.25.2020.a10>
- Hernández, M. (2021). *Implementación de clases virtuales y el rendimiento académico de alumnos con experiencia laboral en Lima*. [Tesis de bachiller, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio institucional de la Universidad San Ignacio de Loyola.



- Hernández, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGRAW-HILL Interamericana Editores.
- Jiménez, V., Garay, J., & Santos Quintero, M. (2021). Vivencias y experiencias de estudiantes universitarios en ambientes virtuales de aprendizaje en tiempos de confinamiento educativo. *Dilemas contemporáneos: educación, política y valores*, 9(1), 2-7. <https://doi.org/10.46377/dilemas.v9i.2951>
- Luque Vilca, O. M., Bolivar Espinoza, N., Achahui Ugarte, V. E., Gallegos Ramos, J. R. (2022). Estrés académico en estudiantes universitarios frente a la educación virtual asociada al COVID-19. *Puriq*, 4, e200. <https://doi.org/10.37073/puriq.4.1.200>
- Lovón, M.A., & Cisneros, S. (2020). Repercusiones de las clases virtuales en los estudiantes universitarios en el contexto de la cuarentena por COVID19: El caso de la PUCP. *Revista de Psicología Educativa*, 8(3), e588. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2020.v8nSPE3.588>
- Sue, D. Wing, D., & Sue, S. (2010). *Psicopatología Comprendiendo la conducta anormal*. Cengage Learning.
- Tamame, C. (2019). *Percepción de la carga de trabajo de los estudiantes de la modalidad presencial y semipresencial del diploma en educación en ciencias de la salud, en la cohorte del año 2018, facultad de medicina de la Universidad de Chile*. [Tesis de la Universidad de Chile]. Repositorio de la Universidad de Chile. <https://repositorio.uchile.cl/handle/2250/175565>
- Ticona, M., Zela, N. & Vásquez, L. (2021). Ansiedad y estrés en la educación virtual en el periodo de emergencia sanitaria por el COVID-19. *Revista Científica De Sistemas E Informática*, 1(2), 27-37. <https://doi.org/10.51252/rcsi.v1i2.161>
- Vásquez, D. (2020). Ventajas, desventajas y ocho recomendaciones para la educación médica virtual en tiempos de COVID-19. *CES Medicina*, 34, 14-27. <https://doi.org/10.21615/cesmedicina.34.covid-19.3>
- Zárate-Depraect, N. E., Soto-Decuir, M. G., Martínez-Aguirre, E. G., Castro-Castro, M. L., García-Jau, R. A., & López-Leyva, N. M. (2018). Hábitos de estudio y estrés en estudiantes del área de la salud. *FEM: Revista de la Fundación Educación Médica*, 21(3), 153-157.





## 2. Experiencias de migrantes venezolanos



### 2.1 Vida laboral de inmigrantes en Lima

#### Resumen

Esta investigación de tipo cualitativa tiene la finalidad de conocer las experiencias subjetivas sobre la vida laboral de las mujeres venezolanas que residen en Lima Metropolitana. Se utilizó un enfoque descriptivo a través del diseño fenomenológico. Participaron en el estudio 4 mujeres jóvenes de nacionalidad venezolana de entre 20 a 35 años que residan por lo menos 3 años en Lima Metropolitana y con experiencia laboral en Perú. Se utilizó un tipo de muestreo por conveniencia y para el recojo de información se usó una entrevista semi estructurada en base a una guía de entrevista conformada por 38 preguntas. En cuanto a los resultados más significativos, se halló que las participantes durante su llegada a Perú experimentaron principalmente emociones negativas, como la tristeza y soledad. Respecto a su vida laboral, actualmente tienen una percepción positiva, aunque anteriormente sufrieron de acoso sexual laboral, las principales manifestaciones fueron comentarios y propuestas sexuales de parte de sus jefes, compañeros y clientes, ante ello reaccionaron con miedo, ansiedad y un gran sentimiento de incomodidad, así como una disminución de su autoestima y miedo a que vuelva a suceder.

- Palabras clave: acoso sexual laboral, percepción de la vida laboral, mujeres venezolanas, Perú

<sup>1</sup>Trabajo de investigación para la asignatura Metodología de la Investigación Cualitativa revisado por el (la) profesor(a) María del Carmen Espinoza.

<sup>2</sup>Autores: Andrea Macarena Chang Navarro, Julissa Alexandra Granados Estrada, Ana Valeria Salcedo Morón y

### 2.1.1 Introducción

En los últimos años, ha incrementado la migración venezolana a diversos países del mundo y América Latina. Específicamente, en el Perú se encuentran 1 286 464 venezolanos. Las razones de este fenómeno social son la inestabilidad política interna que genera una emergencia humanitaria compleja que incluye violaciones de derechos humanos, el colapso de servicios públicos y desplome económico por la hiperinflación que destruye las capacidades productivas y perjudica los salarios (Ocando, 2021). En ese sentido, ahora los venezolanos buscan oportunidades de trabajo para mantenerse en los países que emigraron; sin embargo, existen obstáculos en su proceso de inserción laboral, en especial para las mujeres. Por ejemplo, en la investigación de Ortiz-Zableh et al. (2021) encontraron que el 66 % de residentes percibieron acoso en el centro de trabajo y 35.4 % discriminación de género, la mayoría siendo mujeres (47.2 %). De la misma manera, en Ecuador, el Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (INEC) afirma que 65 de cada 100 mujeres ha padecido de algún tipo de violencia física, sexual o psicológica a lo largo de su vida en entornos como familiares, sociales y, en especial, lo laboral (Lynch, 2021).

Por otro lado, en cuanto al tema de la migración, según el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2018) se encontró que el 52.3 % migrantes en el Perú eran hombres y el 47.7 % eran mujeres, y el grupo etario sobresaliente eran los de 20 a 34 años con un 52 %. Además, se evidenció el acoso en mujeres de 12 a 17 años (20.8 %), de 18 a 29 años (19.6 %) y de 30 a 49 años (14.9 %). Estos altos porcentajes se evidencian en el estudio de Castañeda Niño y Miranda Trujillo (2020), donde señalaron que, en nuestro país, el acoso sexual laboral es una manifestación más de la violencia de género. Ello se da a través de la subordinación frente a personas con mayor cargo en el trabajo por la cultura de machismo y falta de ética. La mujer es vista como un objeto sexual, propio de la discriminación de género, en el que una es afectada física y psicológicamente influyendo en su desempeño laboral y vulnerando sus derechos humanos.

En los estudios de Salazar Cuesta (2020), Koechlin et al. (2019) y Berganza Setién y Solórzano Salleres (2019), se evidenció que las mujeres venezolanas con empleos formales e informales, habían sido víctimas de acoso sexual laboral. En especial, aquellas que trabajan en la calle como vendedoras corren más riesgo debido a una hipersexualización y estereotipación que se ha promovido en referencia a la imagen de la mujer venezolana. En ese sentido, muchas víctimas se ven expuestas debido al desconocimiento y desprotección para realizar denuncias, además del miedo a las represalias por amenazas de pérdida de trabajo y restricción a otros espacios laborales.

Dicho esto, el tema de este estudio resulta importante, ya que ayudará a visibilizar las expresiones de violencia de género como el acoso sexual en la vida laboral de las mujeres venezolanas, lo cual les llega a afectar a nivel psicológico y emocional. Nuestro trabajo permitirá entrevistar y conocer más a profundidad sobre estas experiencias subjetivas que han tenido, lo que nos permitirá identificar el número de mujeres venezolanas que son víctimas de este acoso sexual laboral. Del mismo modo, se reconoce el aporte práctico que deja nuestra investigación, ya que a partir de la información presentada, se podría ayudar a la creación de espacios donde las mujeres venezolanas puedan expresar sus preocupaciones y compartir sus testimonios, para que así puedan sentirse comprendidas y protegidas.

A partir de una revisión bibliográfica, se reconoce que si bien existe literatura que se aborda desde la investigación cualitativa acerca de las experiencias en general de los inmigrantes venezolanos en el Perú, existe una carencia de estos mismos estudios que se enfoquen específicamente en la vida laboral de la población femenina. Esta población a la que se pretende estudiar se ha identificado



como la más vulnerable en todo este proceso migratorio y no hay mucha información que se haya recolectado específicamente sobre cómo ha sido su jornada laboral, los incidentes que han enfrentado y sus repercusiones (Loayza, 2020).

En ese sentido, la relevancia académica de la presente investigación es su aporte a la literatura ampliando la información ligada a las experiencias subjetivas sobre el acoso sexual en la vida laboral de las mujeres migrantes dentro del área de la Psicología de la Sexualidad y Psicología Social a nivel conductual, emocional y mental. Asimismo, esta investigación es relevante a nivel social dado que aborda conceptos como el machismo, las normas tradicionales de género y los estereotipos que se ven reforzados y normalizados por la sociedad (Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables, 2022).

A raíz de todo lo planteado, surge la pregunta ¿Cuáles son las experiencias subjetivas sobre la actividad laboral de las mujeres venezolanas que residen en Lima Metropolitana?

### 2.1.2 Marco Teórico

De acuerdo con la Organización Internacional para las Migraciones (2018), la migración es parte de los procesos demográficos que afecta en el tamaño, composición y distribución de la población, implicando un desplazamiento espacial. Las migraciones brindan prosperidad, integración intercultural y diversidad, así como permite desarrollar la empatía y respeto mutuo.

Según el Colectivo Ioé (2002) se puede investigar las migraciones desde 3 enfoques: El teórico tiene una perspectiva individualista, ve las migraciones como resultado de la libre elección. Se analizan ventajas y desventajas de los países que se consideran como alternativas en busca del bienestar personal. El otro enfoque es el histórico-estructural, este no acepta que existan “leyes universales” que expliquen las migraciones, cada periodo histórico tiene condiciones específicas. Por ejemplo, la migración Venezolana sucedió por las ineficiencias del gobierno de Maduro; sin embargo una migración Argentina se puede explicar por otros motivos. Por último, el enfoque de redes sociales explica el contraste entre contextos y conductas, así, una persona decide migrar porque sus contactos le dan seguridad y no por las ventajas materiales del país destino.

#### *Causas y consecuencias de la migración*

Las causas son diversas, entre ellas, la migración por causas socioeconómicas están relacionadas a la búsqueda de trabajo y oportunidades. Según Gutiérrez et al. (2020) otras causas son conflictos sociopolíticos, persecuciones y seguridad humana. En cuanto a las consecuencias, para Aruj (2008) y OIT (2016), se presentan nuevas oportunidades para aquellos que permanecen en el país, menos competencia y mayores puestos disponibles. No obstante, la pérdida de capital humano altera el desarrollo del país. Por otra parte, la OIT, plantea que en el país de destino se incrementa el consumo e ingresos a partir del pago de impuestos (como se cita en Gutiérrez et al., 2020, p.307). Respecto al impacto socioemocional, según Ortiz (2018) desencadena ilusión y felicidad por empezar una nueva vida o por el contrario, incertidumbre, temor, tristeza y añoranza por lo que dejaron atrás.

#### *Beneficios laborales*

Hace referencia al conjunto de elementos que se presentan en el espacio de trabajo y pueden generar satisfacción en un trabajador. Implica incentivos monetarios o no monetarios que se le otorga al trabajador con el fin de aumentar la motivación y productividad. En Perú, algunos de estos beneficios son la Remuneración Mínima Vital mensual que no puede ser menos a S/.1025, compensación por tiempo de servicios, gratificaciones por Fiestas Patrias y Navidad equivalente a una remuneración mensual, descanso vacacional que son 30 días naturales por cada año, etc (Gestión, 2019).



### *Violencia de género laboral*

La Organización de las Naciones Unidas (2020) define violencia de género a aquellos actos dirigidos para dañar a un individuo o un grupo de personas a causa de su género. En Perú, la ley N° 30364 refiere de manera específica la violencia de género contra la mujer como una conducta que provoca sufrimiento psicológico, físico o sexual sobre las mujeres en cualquier ámbito (Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables, 2022). En el plano laboral específicamente, la mujer puede ser maltratada en su ambiente de trabajo público o privado y la máxima manifestación de esta violencia en es el acoso sexual laboral (La nación, 2022).

La Organización Internacional del trabajo por sus siglas OIT (2013) hace referencia al acoso sexual en el ámbito laboral como aquella conducta ejercida por otro colega, compañero, cliente, proveedor o directivos que es de naturaleza sexual y resulta ofensiva y desagradable para la víctima. Se puede manifestar como la promesa implícita o expresa de un trato beneficioso para la víctima a cambio de un favor sexual, amenazas sexuales, actos o insinuaciones sexuales, tocamientos indebidos en el área de trabajo y el chantaje sexual (León Céspedes, 2020). El Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables (2022) establece que las principales causas del acoso sexual laboral son los estereotipos, roles de género y la tolerancia frente a la violencia de género contra la mujer, lo que se evidencia en minimizar la gravedad de las consecuencias. En especial, los estereotipos hacia la mujer venezolana y su cuerpo hipersexualizado es un causante común que las pone vulnerables a esta situación. Esto afecta psicológicamente a las víctimas, sintiéndose humilladas y bajando su autoestima, así como también pueden sentirse sumamente estresadas dentro de su ambiente laboral lo que conlleva al deterioro de su motivación y la pérdida de su empleo.

### **2.1.3 Objetivos**

#### *Objetivo general*

- Conocer las experiencias subjetivas sobre la vida laboral de las mujeres venezolanas que residen en Lima Metropolitana.

#### *Objetivos específicos*

- Describir las historias de acoso sexual en la vida laboral de las mujeres venezolanas para conocer sus principales manifestaciones.
- Identificar las consecuencias psicológicas del acoso sexual en la vida laboral percibidas por las mujeres venezolanas.

### **2.1.4 Método**

#### *Tipo y diseño de investigación*

Esta investigación es de enfoque cualitativo, pues nuestro objetivo es conocer las experiencias laborales subjetivas de mujeres venezolanas que residan en Lima Metropolitana. Este método permite tener un acercamiento a la naturaleza humana en su escenario social para entender las percepciones y representaciones sobre lo que acontece, el cual se recoge a través de registros narrativos. Asimismo, este trabajo es de nivel descriptivo, ya que se describirá las conductas, pensamientos y opiniones que las participantes comunicarán. Por último, es de diseño fenomenológico debido a que busca comprender las vivencias de las participantes. Este diseño facilita el análisis de las palabras de los entrevistados y profundizará las diversas perspectivas sobre la problemática propuesta y así encontrar la esencia de la experiencia compartida (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018).



*Participantes*

La muestra estuvo conformada por 4 mujeres jóvenes de nacionalidad venezolana de entre 20 a 35 años que residan por lo menos 3 años en Lima Metropolitana. Los criterios de inclusión fueron que las participantes sea del sexo femenino, nativas de Venezuela, se encuentre en el rango de edad de 20-35 años, resida en Lima Metropolitana desde hace más de 3 años y haya trabajado en algún momento en Perú. El tipo de muestreo utilizado fue no probabilístico por conveniencia y se obtuvo acceso a los participantes a través de anuncios en grupos de Facebook de migrantes venezolanos, conocidos de familiares y amigos y la visita a un restaurante. Se entrevistaron en total a 4 personas por temas relacionados al tiempo y objetivos del curso.

**Tabla 3***Descripción de participantes*

Seudónimo	Edad	Residencia	Ocupación	Grado de Instrucción
Lei	35	San Luis	Analista comercial	Estudio Superiores Completos
Nat	26	La Perla	Anfitriona de Restaurante	Estudios de Técnicos Completos
Bri	29	Ate	Administración y recepción de un estudio de belleza	Estudio Superiores Completos

*Instrumentos y técnicas*

Se utilizó la entrevista semiestructurada en profundidad para la recolección de datos, y el instrumento utilizado para recoger información fue una guía de entrevista. El procedimiento para elaborar esta guía empezó con una inmersión inicial de campo. Se entrevistó a una mujer venezolana de 23 años, donde se buscó explorar sobre su vivencia de migración y experiencia en insertarse al mundo laboral. En base a la información obtenida, se establecieron en la guía de entrevista 16 preguntas deductivas divididas en 3 áreas: experiencias subjetivas en el contexto laboral, violencia de género y acoso sexual laboral. Una vez establecidas las preguntas, se procedió a la entrevista piloto. Luego, se utilizó la modalidad de juicio de expertos, quienes solicitaron ciertas modificaciones en las preguntas relacionadas a la trayectoria y ambiente laboral de las participantes. Finalmente, la guía de entrevista presentó en total 38 preguntas enfocadas en las 3 temáticas establecidas originalmente.

*Procedimiento de recolección de datos*

Para desarrollar la investigación y contactar a las participantes se emplearon distintos canales, uno de ellos fue a través de Facebook, en foros y grupos de venezolanos viviendo en Perú. En estos se publicó un mensaje, en el cual se colocó el objetivo de la investigación y criterios de inclusión para participar. La comunicación posterior se realizó a través de mensajes de texto, donde se dio mayor detalle acerca de su participación y se explicó que se haría una entrevista para recabar información acerca de sus experiencias sobre su vida laboral, la cual duraría aproximadamente 45 minutos, y donde se necesitaría grabar tanto el audio, como el video. Lo siguiente, fue coordinar la fecha y hora de las entrevistas las cuales todas se realizaron virtualmente vía la plataforma Zoom Meetings. Una vez concretada las citas, se les enviaba por WhatsApp el consentimiento informado para que lo leyeran y firmaran.



### 2.1.5 Resultados y discusión

Se exponen los resultados del análisis de las experiencias subjetivas sobre la vida laboral de las mujeres venezolanas que residen en Lima Metropolitana. Esta categorización de datos consistió en el análisis, deducción y clasificación de conceptos esenciales que permitan establecer relaciones lógicas entre ellos para responder a los objetivos de la investigación. Se utilizó el método inductivo, pues se priorizó la codificación y análisis de lo extraído para luego hacer los sistemas categoriales. De esta manera, se han identificado 3 categorías principales, las cuales serán descritas y profundizadas a través de citas de las entrevistadas, análisis, reflexión, y relación y/o contraste con la teoría hallada.

#### *Categoría: Trayectoria Migratoria*

En esta categoría se presentan las razones por las cuales, las participantes decidieron migrar al Perú. Entre ellas está la facilidad de obtener documentos para legalizarse, la posibilidad de reencontrarse con sus familiares y la oportunidad de trabajar con beneficios laborales. Asimismo, se evidencia que las evaluadas atraviesan una difícil adaptación experimentando emociones negativas como la tristeza y soledad por extrañar a sus seres queridos. Pero, también manifestaron emociones positivas ante la oportunidad de poder empezar una nueva vida en Perú.

“Una de las razones también de peso por las que todos decidimos venirnos a Perú fue esa oportunidad que nos daba el país de tener un documento apenas llegabas... Si de verdad que si, por lo menos eso fue una razón bastante también de peso, a parte de estar con la familia y apoyarlos, el saber que íbamos a estar legales desde un principio eso te da tranquilidad” (Bri, 29 años, 4 años de residencia)

En estos discursos se puede evidenciar el enfoque teórico de migración de redes sociales, el cual explica la importancia cultural de los vínculos de parentesco o algún lazo de nacionalidad que ayudan a entender la búsqueda constante de reunificación familiar relacionado al deseo de las migrantes de acompañar a sus familias (Colectivo Ioé, 2002). De la misma forma, este enfoque social muestra que un sujeto puede decidir migrar por la seguridad que tendría en su nuevo destino y no tanto por las ventajas materiales del país (Colectivo Ioé, 2002). Por otro lado, el 80 % de las participantes experimentó emociones negativas durante su llegada a Perú. Debido a la situación de crisis que atravesaba Venezuela, se vieron obligadas a salir del país donde habían creado memorias y formado una vida que construyeron a base de esfuerzo. La decisión de las participantes de verse obligadas a abandonar Venezuela desencadenó sentimientos negativos, lo cual hizo que el proceso de adaptación se volviera más complicado. (González & De Tejada, 2020; Gómez Mendoza et al., 2019).

#### *Categoría: Percepción de la vida laboral*

En esta categoría, se manifiesta una percepción positiva respecto al ambiente laboral de su actual o último trabajo debido al compañerismo y aceptación del equipo al que pertenecían. A pesar de recibir alimentación, capacitaciones, seguro, etc., no recibían una remuneración suficiente. No obstante, el trabajo actual cubre sus necesidades y les brinda mayor bienestar en relación a su calidad de vida.

“Desde mi perspectiva, este, estoy en un ambiente, en un clima laboral tranquilo como todo. Este, quizás hay personas con las que te llevas mejor que con otras pero es normal, forma parte de. Es un lugar de trabajo bastante tranquilo, bastante dinámico, bastantes personas jóvenes, para nada aburrido, bien ajetreado. Estás en constante movimiento todo el día, así que no, no quedan espacios de-de ocio ni de aburrimiento” (Nat, 26 años, 4 años de residencia)



Se presenta el tipo de ambiente laboral de sistema en grupo donde predomina la confianza, comunicación e implicación para la toma de decisiones, lo que genera un mayor desenvolvimiento organizacional. De la misma manera, disminuye el miedo de estar en un país desconocido o si serán integradas o discriminadas por los peruanos por su diferencia en nacionalidad, acento, costumbres, etc. Por otro lado, el 50% de las entrevistadas mencionó la existencia de beneficios laborales en su trabajo, mientras que la otra mitad exclamó carecer de los beneficios monetarios como el pago de la Remuneración Mínima Vital mensual. Asimismo, se podría inferir que las organización donde laboraba era probablemente ilegales por la precaria condición laboral, puesto que se ha visto que la tasa de trabajo informal es alta y se caracterizaban por no contar con protección social ni tener salarios altos, lo cual perjudica el desarrollo personal del empleado mediante el aumento de estrés, y disminución de la motivación, productividad y satisfacción (Gestión, 2019).

*Categoría: Acoso sexual laboral*

En la presente categoría se busca abordar las manifestaciones y conductas de acoso sexual, así como también, la reacción y actitudes que tuvieron o hubieran tenido las entrevistadas al afrontar esta situación. Las principales manifestaciones de acoso sexual laboral fueron comentarios y propuestas sexuales ante lo cual la totalidad de entrevistadas tuvieron reacciones asociadas al miedo, asco, malestar y un gran sentimiento de incomodidad. Luego, respecto a cómo hubiera sido su reacción ante un caso hipotético, las migrantes en casi consenso habrían tomado una afrontamiento activo ejerciendo una denuncia legal, salvo una excepción que renunciaría. Además, ellas se sentirían apoyadas primordialmente por su familia, pareja y jefes.

“Un día, este (...) llegué yo temprano (..) cuando entro, me concibo al dueño en su oficina, junto con otro señor más. Resulta que ambos habían pasado toda la noche tomando (...) bueno, el señor empezó a decirme cosas, a decirme que por qué yo no lo complacía, que él había pasado la noche con una veneca y que la veneca si lo complació (...) que él quería estar conmigo, que las venecas se mueven muy chévere, ósea, estaba diciendo toda esa clase de cosas que, como mujer, de verdad que... fueron muy denigrantes”.  
(Mar, 35 años, 5 años de residencia)

En cuanto a los discursos de las evaluadas, podemos identificar una clara cosificación hacia ellas haciéndolas sentir como un objeto que tiene el deber de estar disponible para satisfacer las necesidades de los victimarios. Aquello es una evidencia de violencia de género, pues se les adjudica una posición de sumisión y complacencia hacia el género masculino. En este caso, la violencia generada es de tipo sexual y se da lugar en el ambiente laboral, por lo que tendría una estrecha relación con el llamado acoso sexual laboral (Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables, 2022). Tres entrevistadas fueron acosadas sexualmente por victimarios que cumplían un rol importante en su centro de trabajo: clientes, compañeros y jefe. Aquel hostigamiento sexual está asociado al abuso de poder, donde se somete al trabajador de menor jerarquía y debido a esta condición, usualmente la víctima tolera el acoso. Se puede observar también una clara hipersexualización del cuerpo de la mujer venezolana, donde se evidencia que es víctima de comentarios sexuales estigmatizantes con respecto a lo que significa ser una mujer con su nacionalidad, aludiendo a creencias de que suelen ser “fáciles”, con belleza física y cuerpos voluptuosos (Centro de Investigación de la Universidad del Pacífico, 2021).



### 2.1.6 Conclusiones

- Las mujeres venezolanas migraron al Perú por motivos laborales, lazos familiares y deseo de legalizarse. A raíz de eso, han podido establecerse como ciudadanos accediendo fácilmente a trabajos. En el puesto actual, han podido experimentar un ambiente laboral integrado y dinámico, en el que perciben compañerismo y produce una sensación de satisfacción que reduce la añoranza hacia su país, Venezuela. Asimismo, sólo la mitad de ellas han podido gozar de beneficios como descuentos, capacitaciones, seguro, implementos de seguridad, etc. Sin embargo, la remuneración es un elemento que todavía no es respetado, pues se ha visto que puede llegar a ser bajo o hasta menor que el sueldo mínimo, lo cual desmotiva y lleva a la búsqueda de otro trabajo con mejores condiciones. De igual forma, se podría decir que las entrevistadas han cumplido hasta cierto grado sus expectativas de tranquilidad y estabilidad laboral en este país.
- Las entrevistadas sufrieron de acoso sexual laboral en anteriores trabajos mediante las insinuaciones, propuestas y conductas sexuales de parte de sus jefes, compañeros y clientes. Estas manifestaciones de acoso provienen de estereotipos machistas por su género y nacionalidad y también está asociado al abuso de poder. Existe una perspectiva donde la presencia del deseo sexual incontrolable del género masculino, estos ejercen cualquier acción para satisfacer sus deseos. Entonces, ellas están obligadas a actuar en una posición sumisa y complaciente, hecho que violenta sus derechos e integridad como mujeres.
- Como consecuencias psicológicas del acoso sexual laboral, predominan la incomodidad, ansiedad y miedo que puede conducir a un trauma. Esto debido a la tensión y estrés que les genera este tipo de violencia de género, pues estos comportamientos de acoso las cosifica y la sociedad lo normaliza y tolera. Ante esto, las mujeres venezolanas tienen que soportar la hipersexualización de su cuerpo, los tratos humillantes y el poco apoyo de su entorno. De esa manera, su autoestima se ve afectada al ser tratadas como un objeto de placer sexual con el deber de satisfacer a sus victimarios masculinos, lo que las puede llevar a aislarse, perder el trabajo y afectar su estabilidad económica por miedo a que vuelva a pasar.

### 2.1.7 Recomendaciones

- Se recomienda trabajar con los participantes la capacidad de resiliencia ante las consecuencias psicológicas de las experiencias de acoso sexual laboral para que obtengan las herramientas y recursos necesarios para superar estos lamentables eventos y sean capaces de gestionar sus emociones que puedan afectar en su propio desenvolvimiento laboral.
- Se sugiere indagar sobre si las cifras bajas de acceso a beneficios laborales representa en realidad una situación problemática para todos los residentes del país, o si existe alguna brecha por condición de migrantes que pueda afectar a la población femenina venezolana que ingresa al mundo laboral.
- Se propone investigar sobre los posibles trastornos psicológicos que se pueden desencadenar tras una experiencia de acoso sexual laboral en migrantes venezolanas, pues se ha visto que el acoso en las entrevistadas ha generado miedo y ansiedad que puede conducir a consecuencias psicopatológicas futuras.



## Referencias

- Aruj, R. S. (2008). Causas, consecuencias, efectos e impacto de las migraciones en Latinoamérica. *Papeles de población*, 14(55), 95-116.  
[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1405-74252008000100005&lng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-74252008000100005&lng=es).
- Berganza Setién, I., & Solórzano Salleres, X. (2019). *Límites y Retos del Estado. Procesos de integración de la comunidad venezolana en Perú* [Tesis de Licenciatura, Universidad Antonio Ruiz de Montoya]. Repositorio Institucional de la Universidad Antonio Ruiz de Montoya.
- Castañeda Niño, C. R., & Miranda Trujillo, J. L. (2020). *Violencia de género y el acoso sexual laboral en el sector público, Distrito de Independencia-2019* [Tesis para obtener el título profesional de abogada, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional de la Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/63522>
- Centro de Investigación de la Universidad del Pacífico (2021). *Ser mujer y migrante en tiempos de Covid-19: La situación de mujeres venezolanas en el Perú*.  
<https://ciup.up.edu.pe/media/2399/ciup-ppp15.pdf>
- Colectivo Ioé. (2002). *¿Como abordar el estudio de las migraciones? Propuesta teórica-metodológica*.  
<http://www.colectivoioe.org/uploads/01ea2fb45b33c7aa777e0df2fe9adb4eb73f93fc.pdf>
- Día del Trabajo: ¿Cuáles son las condiciones laborales en el Perú?. (2022, 29 de abril). *Rpp noticias*.
- Día del Trabajo: Los seis beneficios económicos que un trabajador tiene derecho a recibir. (1 de mayo de 2019). *Gestión*.
- Gestión. (1 de mayo de 2019). *Día del Trabajo: Los seis beneficios económicos que un trabajador tiene derecho a recibir*.
- Gómez Mendoza, C., Rincón Hoyos, J. A., Hernández Ramírez, V., Monroy Saavedra, K. Y., & Fula Londoño, Y. M. (2019). *Inmigración venezolana: sus estados emocionales negativos y su adaptación a la nueva vida en Santiago de Chile* [Tesis para optar el grado de psicología, Institución Universitaria Politécnico Grancolombiano]. Repositorio Institucional de la Institución Universitaria Politécnico Grancolombiano.
- González, H., & De Tejada, M. (2020). Vivencias y emociones durante el proceso de emigración. Una experiencia de docentes del Instituto Pedagógico de Caracas en condición de emigrantes. *Revista de Investigación*, 44(99), 76-99.  
<https://revistas.upel.edu.ve/index.php/revinvest/article/view/8930>
- Gutiérrez, J., Romero, J., Arias, S., & Briones, X. (2020). Migración: contexto, impacto y desafío. Una reflexión teórica. *Revista de Ciencias Sociales*, 28, 299-313.  
<http://agora.edu.es/servlet/articulo?codigo=7500760>
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw Hill México.
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2018). *Encuesta Dirigida a la Población Venezolana que Reside en el país (ENPOVE)*.  
[https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones\\_digitales/Est/Lib1666/](https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1666/)
- Koehlin, J., Solórzano, X., Larco, G., & Fernández-Maldonado, E. (2019). *Impacto de la inmigración venezolana en el mercado laboral de tres ciudades: Lima, Arequipa y Piura*.  
<https://www.ilo.org/lima/publicaciones/WCMS714888/lang-en/index.htm>
- León Céspedes, J. (2020). *Acoso sexual laboral y hostigamiento en el sector público de la provincia de Leoncio Prado 2017-2018* [Tesis de doctorado, Universidad de Huánuco]. Repositorio



- Institucional de la Universidad de Huánuco. <http://repositorio.udh.edu.pe/123456789/2572>
- Loayza, J. (2020). Estigmatización, explotación laboral y patriarcalismo en la inmigración venezolana en el Perú. *Scientia*, 22(22), 79-94. <https://doi.org/10.31381/scientia.v22i22>.
- Lynch, M. (18 de octubre de 2021). El acoso laboral se enraíza en Ecuador ante la falta de políticas eficaces. *Expreso*.  
<https://www.expreso.ec/actualidad/acoso-laboral-enraiza-ecuador-falta-politicas-eficaces-112681.html>
- Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables. (23 de marzo de 2022). *Marco conceptual para la prevención de la violencia de género contra las mujeres*.
- Ocando, G. (4 de agosto de 2021). La migración venezolana: ¿Qué esperar según los expertos?. *VOA*.
- Organización de las Naciones Unidas. (23 de noviembre de 2020). Preguntas frecuentes: Tipos de violencia contra las mujeres y las niñas.  
<https://www.unwomen.org/es/what-we-do/ending-violence-against-women/faqs/types-of-violence>
- Organización Internacional del Trabajo [OIT]. (2016, 11 de noviembre). 23 condiciones de trabajo.  
<https://www.ilo.org/global/topics/dw4sd/themes/working-conditions/lang-es/index.htm>
- Organización Internacional del Trabajo [OIT]. (21 de Octubre de 2013). El hostigamiento o acoso sexual. <https://www.ilo.org/sanjose/publicaciones/WCMS227404/lang-es/index.htm>
- Organización Internacional para las Migraciones [OIM]. (2018). *Informe sobre las migraciones en el mundo 2010*. [https://publications.iom.int/system/files/pdf/wmr2018\\_s.p.pdf](https://publications.iom.int/system/files/pdf/wmr2018_s.p.pdf)
- Ortiz, A. (2018). Emociones, amor y experiencias migratorias de españoles e italianos calificados en México. *Iztapalapa, Revista de ciencias sociales y humanidades*, 38(89), 129-156.  
<https://doi.org/10.28928/revistaiztapalapa/842018/atc5/ortizguitarta>
- Ortiz-Zableh, A., Roa, A., Fuerte, B., & Tobar-Roa, V. (2021). Percepción de acoso o discriminación durante la residencia de urología en Colombia. *Revista Urología Colombiana*, 30(3), e179-e183.
- Salazar Cuesta, I. M. (2020). *Sobrevivencia, vulnerabilidad y acoso sexual: la experiencia de trabajadoras venezolanas en Ecuador* [Tesis para obtener el título de especialización en Género, Violencia y Derechos Humanos, Flacso Andes]. Repositorio Digital de Flacso Andes.  
<http://hdl.handle.net/10469/16111>



## 2.2 Integración social al contexto cultural de Lima Metropolitana

### Resumen

A raíz de la migración venezolana al Perú, se pretende abordar la experiencia personal de los migrantes venezolanos frente a su integración al contexto cultural de Lima Metropolitana, considerando su trayecto migratorio, proceso aculturativo, y el nuevo contexto sociocultural al que se enfrentan. Por ello, se busca describir la experiencia personal de los migrantes venezolanos sobre su integración social al contexto cultural de Lima Metropolitana, al igual que identificar su estilo aculturativo respecto a su integración social a este mismo contexto. Para ello, se utilizó un estudio cualitativo de alcance descriptivo y diseño fenomenológico. El muestreo realizado fue mixto, no probabilístico y por conveniencia. La muestra fue de 5 migrantes venezolanos entre las edades de 18 a 55 años, que han vivido en Lima Metropolitana por más de 2 años. Asimismo, las entrevistas realizadas permitieron profundizar en el proceso de integración social de los venezolanos al contexto cultural de Lima Metropolitana. Respecto a las conclusiones, indagamos sobre la experiencia personal de los migrantes venezolanos, quienes relataron su proceso de integración al contexto cultural de Lima Metropolitana. Al igual que el estilo aculturativo de integración, sus motivos migratorios fueron similares. Este segundo punto se correlaciona con la crisis política que atravesaba su país. Adicionalmente, destacó la fuerte discriminación de los limeños hacia los entrevistados debido a su nacionalidad venezolana. Como recomendación, se aconseja ahondar en la guía de entrevista planteada para conocer la situación de los evaluados y, así, obtener información más detallada acerca de su proceso migratorio y aculturativo.

- Palabras clave: migrantes venezolanos, aculturación, integración social, contexto cultural, Lima Metropolitana

### 2.2.1 Introducción

Lima cuenta con la mayor concentración de venezolanos, equivalente a un 75%, dado que el Perú ocupa el segundo lugar en Latinoamérica con mayor número de migrantes venezolanos (Carrasco et al., 2020).

Los migrantes afrontan impedimentos de gran magnitud respecto al acceso de vivienda, sobre todo aquellos cuya estadía en el país es reciente. Además, desde el 2020, aproximadamente 496 095 aún continúan buscando refugio en el país. Esta situación es alterada por variables cognitivas y afectivas, tales como la personalidad de la persona, su salud, cultura, condición socioeconómica, influencias sociales, entre otras. Así, el proceso de aculturación de los migrantes venezolanos está estrechamente vinculado con su bienestar subjetivo, dado que la estrategia aculturativa que apliquen afectará directamente en este.

Por otro lado, existe un proceso de aprendizaje donde los migrantes venezolanos adquieren conocimientos de la sociedad limeña a través del uso de nuevas formas y costumbres que adoptan de la nueva cultura (Durán, 2020). Asimismo, según Arana (2019), las razones por las cuales

<sup>1</sup>Trabajo de investigación para la asignatura Metodología de la Investigación Cualitativa revisado por el (la) profesor(a) María del Carmen Espinoza.

<sup>2</sup>Autores: María José Aguilar O'Brien, Yamilé Abigail Bravo Guaylupo, Renata Daniela Henríquez Tarazona, Steffany María Hundskopf Iglesias, Alberto Hiroshi Ywasaki Chang



los grupos humanos se desplazan de una zona geográfica a otra y entablan contacto con culturas ajenas a la propia se denomina aculturación, que va de la mano con el bienestar subjetivo. De esta manera, el migrante entabla un balance entre ambos contextos socioculturales, donde cada uno realiza interpretaciones sobre la nueva cultura y equilibra los valores personales con los de la cultura predominante. En respuesta y de manera inconsciente, el migrante genera un proceso de adaptación a la sociedad que lo acoge (Retortillo & Rodríguez, 2008).

Una investigación realizada por Durán en el 2020, descubrió que, a pesar de que los migrantes que participaron en su estudio tuvieran intenciones de regresar a su país, no habían motivos suficientes para decidir volver a Venezuela. Esto se origina debido a que percibían un progreso significativo en el desarrollo de su proyecto de vida en el nuevo lugar de residencia, lo cual depende de sus oportunidades y circunstancias de vida, además de sus habilidades para salir adelante.

En cuanto a la contribución teórica, este estudio permite cubrir con el vacío del conocimiento existente en América Latina y, especialmente, en el Perú (Berganza & Solórzano, 2019). Se encuentran investigaciones que estudian las migraciones venezolanas en el Perú, las cuales, en su mayoría, abordan medidas del Estado o tienen un enfoque cuantitativo, mas no son un estudio cualitativo que trate aspectos cognitivos y afectivos de los migrantes en su integración a la sociedad limeña. En este sentido, aunque hubiera una gran cantidad de investigaciones sobre la migración venezolana a otros países, el concepto de integración que esas abordarían podría no ser el mismo que el utilizado en una investigación en el contexto peruano, pues el proceso de integración no es el mismo en los diferentes países. Así, este estudio permitirá mejorar la calidad de vida de los migrantes venezolanos en Lima Metropolitana, ya que sirve como base para el diseño de proyectos sociales que impactarán en su vida laboral, profesional e interpersonal, y, eventualmente, en el desarrollo de una identidad colectiva que involucre peruanos y venezolanos.

Por ende, según la problemática analizada, se plantea la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuál es la experiencia personal de los migrantes venezolanos frente a la integración al contexto cultural de Lima Metropolitana?

### 2.2.2 Marco Teórico

Durante el proceso migratorio, según Acosta et al. (2019), en Venezuela se desencadenó una crisis económica en el 2012, por el fin del auge de materias primas, lo que generó que la migración aumentara a nuevos destinos. Luego de atravesar la muerte de Chávez y la presidencia de Maduro, la situación económica y política se agravó; por lo que, desde el 2015 hasta el 2019 en adelante, emigraron aproximadamente tres millones de venezolanos. La vida dentro del país era considerada una supervivencia, dado que se afronta una hiperinflación, escasez de alimentos, ausencia de servicios básicos de salud, aumento de violencia, entre otros. El Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados (ACNUR) afirma que, durante el 2014 y el 2018, se registraron 393.985 solicitudes de asilo por parte de ciudadanos venezolanos alrededor del mundo (Carrasco et al., 2020).

Koehlin et al. (2018) precisan que son nulos los casos de migrantes que ejercen este cambio por estudios, ya que usualmente llegan al Perú con la finalidad de ocuparse netamente de trabajar y tienen como principal motivación encontrar un sustento económico fijo, tanto para ellos como para sus familiares que aún permanecen en Venezuela. Lamentablemente, dado que existe la desesperación por conseguir una vida con mejores condiciones, son expuestos a diversos riesgos, tales como estafas, explotación laboral o falta de valoración económica de su trabajo. Por estos motivos, la búsqueda de una mejor calidad de vida es la principal razón por la cual los venezolanos toman la decisión de migrar (Koehlin y Eguren, 2018).



Según Hernández et al. (2004), los principales conflictos de la inserción cultural de migrantes se dan respecto a su falta de documentación, lugares de residencia en condiciones deplorables y el prejuicio étnico percibido que perjudica su bienestar subjetivo y, en consecuencia, su proceso de aculturación. Así, en un estudio realizado por los mismos autores y junto con estudios pasados, se delimitó que existe una estrecha correlación entre las condiciones de vida de los migrantes en su nuevo lugar de residencia, la discriminación percibida y el bienestar subjetivo, en donde el efecto en este último es siempre negativo.

El aspecto social de la migración venezolana a Lima Metropolitana se relaciona directamente con los vínculos afectivos de la persona, como los de amistad, familiar, e incluso de vivienda. Berganza y Solórzano (2019) mencionan que las relaciones más predominantes se establecen en el proceso de aculturación, donde establecen vínculos con otros migrantes, colegas que conocen en sus nuevos trabajos o vecinos de su más reciente vecindario. Por otro lado, hoy en día, las redes sociales toman un papel fundamental en lo que refiere a la integración social con fines amicales y laborales. A pesar de contar con dichas herramientas, la búsqueda de estabilidad económica de los venezolanos se ve truncada por la alta tasa de informalidad laboral presente en el Perú (Blouin, 2020).

El proceso de aculturación toma un papel fundamental a la hora de migrar. Rojas (2019), identificó los cuatro estilos de aculturación, fundamentados por Berry en el 2006, por parte de los migrantes venezolanos en Lima: integración, asimilación, separación y marginalización. Entre estos, hubo una clara predominancia del estilo aculturativo de integración, relacionado a adoptar la nueva cultura sin perder la propia; seguido por el estilo de separación, enfocado en mantener la cultura de origen y rechazar la nueva; luego el estilo de asimilación, centrado en adoptar la cultura peruana y abandonar la propia; y finalmente el de marginalización, vinculada con el rechazo de la cultura de origen y la cultura de adaptación (Rojas, 2019). En cuanto al ámbito de adaptación a integración conductual, Acosta et al. (2019) resalta el hecho de que los venezolanos tienden a emplear estrategias tanto de integración como de separación. Dado a que los venezolanos suelen emplear estrategias de integración, muestran una mayor cercanía al estilo aculturativo.

El principal obstáculo que los migrantes encuentran en su nuevo país de residencia es la dificultad para obtener un trabajo estable; además de no poder brindarle educación a sus hijos, servicios básicos de salud, discriminación, actitudes xenófobas, estigmas sociales, y abusos físicos y emocionales, entre otros (Human Rights Watch, 2018). Acosta et al. (2019) argumenta sobre la reciente manifestación de actitudes de carácter xenófobo, mediante las cuales los discriminan al inculparlos por problemas tales como la carencia de ofertas laborales y el acrecentamiento de la delincuencia. Según Abanto & Agapito (2020), el estigma sociocultural que tienen los peruanos sobre los migrantes venezolanos impide que puedan conseguir un trabajo estable, lo que afecta negativamente a la sociedad por el alza de la pobreza y la delincuencia.

### 2.2.3 Objetivos

- Describir la experiencia personal de los migrantes venezolanos en su integración social al contexto cultural de Lima Metropolitana.
- Identificar el estilo aculturativo de los migrantes venezolanos en su integración social al contexto cultural de Lima Metropolitana.



## 2.2.4 Método

### *Tipo y diseño de investigación*

La investigación se realizó en base al enfoque cualitativo, pues posibilita que los participantes realicen una descripción de carácter personal (como se cita en Farfán, 2021). Por otro lado, el alcance fue descriptivo y, en esta investigación, el fenómeno es la integración social de migrantes venezolanos al contexto cultural de Lima Metropolitana. Finalmente, el diseño de la investigación es fenomenológico, puesto que posibilita detallar las experiencias referentes a la migración de Venezuela al Perú, tanto sobre su proceso de transición como el de adaptación (Hernández & Mendoza, 2018).

### *Participantes*

La muestra, debido a la capacidad operativa, estuvo conformada por 5 personas, 2 mujeres y 3 hombres, de nacionalidad venezolana, cuyas edades se situaban entre los 18 a 55 años. Se excluyó a migrantes cuya permanencia en Lima Metropolitana es menor a los 2 años. La selección de la muestra se realizó mediante un muestreo mixto, en el cual se empleó el muestreo no probabilístico por conveniencia y el homogéneo. Se determinó el tamaño de la muestra en base al punto de saturación de categoría.

**Tabla 4**

### *Descripción de participantes*

Pseudónimo	Edad	Ocupación	Vive con
V.	26	Portero	Solo
L.	26	Repartidor	Amigos
A.	51	Empleada del hogar	Dos sobrinas
Y.A.	50	Mantenimiento	Esposo y 2 hijos
A.B.	28	Independiente	Primo

### *Instrumentos y técnicas*

Con la finalidad de recolectar información, se utilizó la entrevista semiestructurada, la cual permite explorar a profundidad las experiencias migratorias de los participantes. También, se llevó a cabo el proceso de validación por opinión de expertos, donde se obtuvo la retroalimentación de un sociólogo, profesor de la Universidad de Lima. En relación a la estructura de la entrevista, se inició con preguntas que permitan un acercamiento hacia el entrevistado, como sus datos personales. Seguidamente, se exploró su trayectoria a nivel educativo, migratorio y laboral, con la finalidad de empezar a abarcar las áreas específicas. Cabe resaltar que las entrevistas se realizaron teniendo como prioridad el bienestar y la comodidad de las personas. Adicionalmente, se contó con un consentimiento informado.

### *Procedimiento de recolección de datos*

El procedimiento de recolección de datos abarcó diversas etapas. El primer paso fue contactar a los entrevistados y, luego, se coordinó una fecha y hora para la entrevista. Posteriormente, el día de las entrevistas, se presentó el consentimiento informado a los participantes. Se explicó el documento, se remarcó el objetivo de la entrevista y se precisó que la información recolectada sería confidencial, a lo que los participantes dieron su consentimiento para proceder con la entrevista. Consiguientemente, se llevaron a cabo las entrevistas con los participantes de manera individual, las cuales duraron aproximadamente 45 minutos cada una. Por último, se transcribieron las entrevistas con el uso de pseudónimos, con el fin de mantener la confidencialidad de los datos brindados.



### 2.2.5 Resultados y discusión

Para el análisis de la información, se dividieron los datos encontrados de manera temática. Para esto, se consideraron 3 temas principales. El primero, se obtuvo de las narrativas de los participantes del estudio y relata su experiencia en su trayectoria migratoria de Venezuela al Perú. De este, se desprenden 2 subtemas: las motivaciones para migrar y el apoyo social. El segundo tema deriva del tema de estudio: el proceso aculturativo. Este se divide en 3 subtemas: la capacidad interactiva, las oportunidades laborales y la red de apoyo social. Asimismo, el tercer tema se desprendió del tema de estudio: el contexto sociocultural. Este, a su vez, se desgrega en 2 subtemas: prejuicios y discriminación, y costumbres e idiosincrasia.

#### *Tema 1: Trayectoria migratoria*

Motivaciones para migrar Con la devaluación monetaria y la hiperinflación, el dinero que tenían no era suficiente para comprar alimentos, por lo que se encontraron en situación de hambruna. Asimismo, la oferta laboral disminuyó y los negocios quebraron. Todo esto generó el aumento de la delincuencia y violencia en las calles. Por ende, los problemas que la crisis política trajo para los venezolanos los llevó a vivir situaciones precarias y a decidir migrar para sobrevivir.

“La crisis, pasé mucha hambre. Pasamos en esa situación un año, muchas veces la pasaba que compramos una tética de harina o azúcar. Bueno, eso costaba mil bolívares en aquel tiempo, te voy a decir como 50 soles. Pero ya estaba devaluada la moneda y te costaba más.” (Y.A., 50 años)

Angelucci et al. (2021) y Koechlin et al. (2018), respaldan lo hallado en torno a que la crisis económica y la inseguridad ciudadana fueron los motivos de la migración venezolana. Apoyo social El apoyo social migratorio tiene diversas fuentes: familiares que les regalan los pasajes de bus o avión, entidades internacionales que les brindan alimentos, o grupos de apoyo virtuales de migrantes. Sin embargo, otros emprendieron el viaje con sus propios recursos.

“Tengo un primo hermano que ya vive allí (Lima). Él tiene doble nacionalidad, sí, él emigró, de hecho, en el 2013 o 2012 creo que fue. Él me ayudó a ir, de hecho, él me pagó el pasaje para que fuese hasta allá.” (A.B., 28 años)

Berganza y Solórzano (2019) destacaron que el apoyo social en la migración viene, primordialmente, de los vínculos amicales o familiares del migrante.

#### *Tema 2: Proceso aculturativo*

Capacidad interactiva Se presentan los recursos y oportunidades que tienen los migrantes venezolanos para interactuar con personas de Lima Metropolitana. Algunos han formado grupos de amigos limeños; sin embargo, otros solo generan amistades con venezolanos.

“En mi círculo social, peruanos son bien pocos, la verdad me relaciono con puros venezolanos, pero hasta ahorita siempre he tenido buen trato y poco miedo. . .”. (Angel, 26 años)

Berganza y Solórzano (2019) afirman que las relaciones más importantes se forman en el proceso de aculturación. Se encontró que los migrantes venezolanos suelen formar lazos con otros migrantes, especialmente si comparten jornadas laborales. Oportunidades laborales Hay una amplia oferta laboral para los migrantes venezolanos, por lo que la mayoría consigue trabajo rápidamente. Sin embargo, los puestos de trabajo que ocupan no están relacionados con su carrera profesional y suele



ser informal o de muy corta duración, por lo que no cuentan con beneficios o estabilidad laboral y sufren abusos y explotación.

“Aquí sí hay innumerables trabajos, pero más que todo aquí siempre ha sido... Informales y pasajeras, que son de 1 mes o 2 meses.” (Angel, 26 años)

Blouin (2020) y Koechlin y Eguren (2018) confirman que los migrantes suelen experimentar explotación laboral a causa de la informalidad en el Perú y su desesperación por conseguir un trabajo. También, Rojas (2019) coincide en que la aversión y prejuicios que tienen los peruanos hacia los venezolanos influye en la obtención de un trabajo estable. Red de apoyo social Muchos venezolanos tuvieron apoyo social de un familiar o amigo apenas llegaron a Lima. En otros casos, residentes limeños o instituciones públicas los ayudaron a conseguir trabajo.

“Llegué a una urbanización de Surco muy bien acomodada. Y, bueno, tuve la facilidad de que tuve a mis familiares que ya tenían tiempo allí, bueno, a un familiar que ya tenía tiempo allí. Me dieron la oportunidad de que conociera primero Lima y que estuviera descansando un mes.” (A.B., 28 años)

López de Roda y Sánchez Moreno (2001) identifican diversos tipos de apoyo, pues este puede ser social, instrumental y emocional, y ayudan a enfrentar, especialmente, condiciones de crisis, lo que genera un impacto positivo en el bienestar de la persona.

### *Tema 3: Contexto sociocultural*

**Prejuicios y discriminación** Muchos venezolanos no han sido víctimas directas de discriminación; sin embargo, es común que escuchen comentarios despectivos y discriminatorios cargados de prejuicios en las noticias o en lugares públicos, o que conozcan a algún compatriota que sí lo ha sido. No obstante, no todos son tan afortunados, pues muchos venezolanos han perdido un empleo, recibido propuestas indecentes, inculparlos de delitos o sido víctimas de acoso callejero.

“A mi esposo lo sacaron de un edificio, él trabajó ahí como que fueron... una semana. De vigilante. Y a él lo sacaron, porque la gente pidió que lo sacaran, porque era venezolano y podía traer gente a robar.” (Y.A., 50 años)

Acosta et al. (2019) mencionan que existe una reciente manifestación de actitudes de carácter xenófobo, mediante las cuales los discriminan al inculparlos por problemas, tales como el aumento de la delincuencia. **Costumbres e idiosincrasia** Algunas diferencias que perciben los migrantes venezolanos entre su país y Lima Metropolitana incluye el carácter de los limeños, puesto que los describen como poco sociables, enfocados en sí mismos y poco dispuestos a compartir con sus vecinos. Aún así, muchos han logrado adaptarse a este nuevo contexto.

“Acá son más introvertidos, un poco más cerrados, son todo más a la antigua todavía, tienen ese chip cerrado.” (V., 26 años)

Barry (como se cita en Rojas, 2019) menciona que los migrantes utilizan el estilo de integración aculturativo, pues adoptan una nueva cultura sin perder la suya, por lo que, en unos cuantos años, no será sorprendente encontrar una subcultura que mezcle lo venezolano con lo peruano.



### 2.2.6 Conclusiones

- El proceso de entrevistas permitió obtener mayor conocimiento acerca de la experiencia personal de los migrantes venezolanos, los cuales brindaron ideas detalladas sobre su integración social al contexto cultural de Lima Metropolitana. Junto con descripciones relacionadas a sus motivos para migrar, aculturación e impacto en el bienestar subjetivo, discriminación y diferencias culturales entre Venezuela y Lima Metropolitana; salieron a la luz sucesos de su experiencia personal migratoria claves para describir su proceso integrativo a la sociedad limeña.
- Al buscar identificar el estilo aculturativo de los migrantes venezolanos en su integración social al contexto cultural de Lima Metropolitana, se encontró una fuerte predominancia del estilo aculturativo de integración. Esto se debe a que, frente a la necesidad de adaptarse a una nueva cultura, los 5 entrevistados lograron adaptarse a la cultura limeña sin perder la propia, puesto que mantienen sus valores y comportamientos de origen a pesar de sentirse en la necesidad de adaptarse a la cultura receptora para cumplir con su objetivo: alcanzar una mejor calidad de vida.
- Dentro del ámbito laboral, además de que la mayoría de los entrevistados coincide con la rapidez para encontrar oportunidades laborales, resaltaron la discriminación arraigada a su nacionalidad venezolana por parte de los limeños, lo que perjudicó su proceso de adaptación al nuevo contexto y truncó su búsqueda de un trabajo estable.

### 2.2.7 Recomendaciones

- Se debe tomar mayor consideración respecto a las experiencias personales de los migrantes venezolanos en su integración social al contexto cultural de Lima Metropolitana, ya que es posible que hayan pasado por situaciones de prejuicios o discriminación que inhiban su conducta y, por lo tanto, perjudique su capacidad de interacción con los limeños. Por ende, se recomienda a futuras investigaciones que aborden esta temática y, cumpliendo con la confidencialidad de los participantes, se divulgue la problemática y los resultados obtenidos, de modo que los limeños cuenten con mayor información sobre la situación de los venezolanos. Con ello, incrementará su empatía y entendimiento hacia ellos.
- Se aconseja profundizar en la guía de entrevista planteada para conocer la situación de los evaluados, de manera que se pueda llegar a información más detallada y datos más precisos sobre las descripciones de su proceso migratorio y aculturativo. De esta manera, se podrá utilizar estos datos para incorporar programas que empaticen con las vivencias de los migrantes, y, de esta manera, reducir las dificultades que atraviesan.
- Para futuras investigaciones, se aconseja abordar en la temática de la integración social de migrantes venezolanos al contexto cultural de Lima Metropolitana, dado que han sido pocas las investigaciones encontradas que profundicen en las experiencias de los migrantes, especialmente en torno al estilo aculturativo de los mismos. Al contar con mayores estudios cualitativos, los profesionales comunitarios estarán mejor informados para brindar herramientas y programas de apoyo social a las comunidades afectadas, como lo son los migrantes venezolanos.
- Al plantear nuevas investigaciones cualitativas sobre la integración social de migrantes venezolanos al contexto cultural de Lima Metropolitana, se recomienda que los investigadores realicen un monitoreo prolongado, sea de meses o años, de los entrevistados. Así, se observará la evolución de la experiencia migratoria y aculturativa de los venezolanos, quienes brindarán



mayores datos sobre las variables a evaluar y, por lo tanto, brindarán información más específica sobre la problemática.



## Referencias

- Abanto, R., & Agapito, B. (2020). *Influencia de los factores socioeconómicos de inmigrantes venezolanos en su inserción en Lima Metropolitana durante el 2018* [Tesis de bachiller, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repertorio Académico USIL.
- Acosta, D., Blouin, C., & Feline, L. (2019). *La emigración venezolana: respuestas latinoamericanas*. Fundación Carolina.  
<https://www.fundacioncarolina.es/wp-content/uploads/2019/04/DTFC03.pdf>
- Angelucci, L., Martins, A., & Rodríguez, L. (2021, July 29-31). *Factores influyentes en la intención migratoria en venezolanos de la Gran Caracas: Una mirada psicosocial* [Presentation]. III Congreso Venezolano de Psicología, Caracas, Venezuela.
- Arana, M. (2019). *La relación entre aculturación, ciudadanía y bienestar percibido en inmigrantes venezolanos en Lima, Perú* [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio Académico PUCP.
- Berganza, I., & Solórzano, X. (2019). El proceso de integración social de la migración venezolana en el Perú. En D. Masnjak y N. Vega (Eds.), *Después de la llegada: Realidades de la migración venezolana* (1.ª ed., pp. 83-101). Pontificia Universidad Católica del Perú.
- Berry, J. (2006). *Contexts of acculturation. The Cambridge Handbook of Acculturation Psychology*. Cambridge.
- Blouin, C. (2020). Después de la llegada: Realidades de la migración venezolana. *Revista de Sociología*, 31, 187-190. <https://doi.org/10.15381/rsoc.v0i31.19281>
- Carrasco, A., Palla, I., Ramos, G., Benites, A., & Vargas, G. (2020). *Informe alternativo al Comité de Protección de los Derechos de Todos los Trabajadores Migratorios y de sus Familiares - Perú. (2020)*. [https://idehpucp.pucp.edu.pe/lista\\_publicaciones/informe-alternativo/](https://idehpucp.pucp.edu.pe/lista_publicaciones/informe-alternativo/)
- Durán, B. (2020). *Duelo migratorio de venezolanos en Lima Metropolitana* [Tesis de bachiller, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. Repositorio Académico UPC.
- Farfán, M. (2021). *Experiencias del duelo migratorio en niños venezolanos de entre 6 a 12 años de una casa de acogida de Lima Metropolitana* [Tesis de licenciatura, Universidad Antonio Ruiz De Montoya]. Repositorio institucional de la Universidad Antonio Ruiz De Montoya.  
<http://hdl.handle.net/20.500.12833/2317>
- Hernández, S., Pozo, C., & Alonso, E. (2004). Apoyo social y bienestar subjetivo en un colectivo de inmigrantes. ¿Efectos directos o amortiguadores? *Boletín de Psicología*, 80, 79-96.  
<https://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N80-4.pdf>
- Hernández, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill Education.
- Human Rights Watch. (2018). *El éxodo venezolano. Urge una respuesta regional ante una crisis migratoria sin precedentes*. <http://www.hrw.org/es>
- Koechlin, J., Vega, E., & Solórzano, X. (2018). Migración venezolana al Perú: proyectos migratorios y respuesta del Estado. En J. Koechlin y J. Eguren (Eds.), *El éxodo venezolano: entre el exilio y la emigración* (pp. 47-96). Universidad Antonio Ruiz de Montoya.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=725410>
- Koechlin, J., & Eguren, J. (2018). *El éxodo venezolano: entre el exilio y la emigración*.  
<https://doi.org/http://hdl.handle.net/20.500.12833/2031>
- López de Roda, A. B., & Sánchez Moreno, E. (2001). Estructura social, apoyo social y salud mental. *Psicothema*, 13(1), 17-23.
- Retortillo, A., & Rodríguez, H. (2008). Inmigración, estrategias de aculturación y valores laborales:



- un estudio exploratorio. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 24(2), 187-202. [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1576-59622008000200004](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1576-59622008000200004)
- Rojas, M. (2019). *Estilos aculturativos y bienestar subjetivo en migrantes venezolanos* [Tesis de bachiller, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio Académico PUCP.



## 3. Género y sexualidad



### 3.1 Masculinidad hegemónica y la ayuda psicológica

#### Resumen

En la actualidad, existe un vacío en el conocimiento en cuanto al enfoque de la salud mental de los jóvenes adultos que ejercen masculinidad hegemónica en el Perú. Bajo esa perspectiva, el presente trabajo busca explorar a través de un estudio cualitativo con un diseño fenomenológico las características de masculinidad hegemónica en adultos jóvenes, así como conocer la relación entre sus actitudes hacia la ayuda psicológica y la masculinidad hegemónica. Para ello, se entrevistó a cuatro participantes universitarios con edades entre 20 a 25 años con actitudes machistas. Parte del proceso de selección de los participantes se utilizó un instrumento IRMH.M adaptado por Toro- Alfonso y Varas-Díaz (2003). Seguido a ello, se realizó una entrevista semiestructurada. Se encontró una dificultad por parte de los jóvenes para reconocer y expresar sus emociones, además poseen ideas arraigadas sobre lo que significa ser hombre y su valía personal. Asimismo, desconocen sobre la ayuda psicológica y sus beneficios para contrarrestar/aminorar las actitudes machistas. Finalmente, la investigación brinda una reflexión sobre la desconstrucción de los jóvenes en nuestro contexto, pero ¿realmente existe un cambio basado en la introspección y la reestructuración de esquemas misóginos o, por el contrario, sólo existe un cambio superficial por el miedo a la cancelación de tener actitudes y/o comportamientos machistas?, aunque esta es temática para futuras investigaciones, deja incógnitas por resolver.

- Palabras clave: masculinidad hegemónica, ayuda psicológica, adultos jóvenes

<sup>1</sup>Trabajo de investigación para la asignatura Metodología de la Investigación Cualitativa revisado por el (la) profesor(a)

### 3.1.1 Introducción

La salud mental en nuestro país se encuentra asociada a la estigmatización debido, entre otras causas, a los prejuicios, estereotipos y baja calidad de vida que presentan ciertos hombres no sólo por la inaccesibilidad de recibir atención psicológica, sino por la desconfianza que presentan en comprometerse con la atención mental (Palacios-Espinosa, 2021). Esta desconfianza surge por la dificultad que poseen en comunicar sus emociones, lo que les produce sentimientos de tristeza, frustración y, en algunos casos, de ansiedad (Araca et al., 2021). Asimismo, la dificultad para expresar sus afectos, en su mayoría, se genera porque al externalizar sus emociones, los hombres se perciben a sí mismos como seres débiles, lo cual conlleva a que piensen que se encuentran en el mismo nivel que una mujer, en vista de que esta es representada socialmente como un género frágil (Ruiz, 2021).

En base a lo anterior, es relevante abordar cómo y por qué ocurre esta desconfianza en los hombres para recibir atención psicológica. Una respuesta está en el modo cómo los hombres construyen sus identidades masculinas. El concepto de masculinidad hegemónica permite describir cómo ciertas prácticas permiten la dominación de los hombres sobre las mujeres. Este término es diverso, pero en consenso se le ha denominado configuración o patrón cultural sobre lo que es ser un “verdadero hombre” (Soria, 2018). Las características de la masculinidad hegemónica en adultos jóvenes son: comportamiento sexual compulsivo y la heterosexualidad compulsiva, homofobia, sexismo y la misoginia, por lo que resulta vital que la masculinidad hegemónica se pueda deconstruir a fin de construir una masculinidad positiva (Soria, 2018).

Según estimaciones de la Organización de las Naciones Unidas (ONU) de las 87,000 mujeres que fueron asesinadas en el año 2017, más de la mitad fueron a causa de personas de su círculo cercano, parejas o miembros de la familia (Organización de las Naciones Unidas Mujeres, 2018). En lo que respecta a nuestro país, solo en el año 2018 se reportaron 149 feminicidios y 304 tentativas de feminicidio, 23 % más que el año anterior. Dentro de las mujeres afectadas, el 88 % fueron mujeres adultas, el 9 % niñas y adolescentes y el 3 % adultas mayores (Defensoría del pueblo, 2019). Al año siguiente, 2019, la defensoría del pueblo contabilizó 380 tentativas de feminicidio y 171 muertes violentas con características de feminicidio (Organización de las Naciones Unidas Mujeres, 2018).

Debido a lo anteriormente expuesto, consideramos relevante ahondar en esta temática porque, en la mayoría de los casos, no se interviene realmente la raíz del problema: la cultura machista que perpetua la violencia contra las mujeres y diversidades sexuales. Por lo general, cuando suceden estos casos no se tiene en consideración a los varones a la hora de realizar programas de intervención para detener la violencia de género, combatir el machismo y promover la rehabilitación e inserción de estos agresores (ONU MUJERES et al., 2016). Originando esto que solo se subsane uno de los dos lados de la problemática, ocasionando que las actitudes y conductas machistas que tienen como fin “dominar” resaltando su poder no sean desafiadas.

Asimismo, existe escasa literatura en el Perú que profundice en torno a la masculinidad hegemónica y sus efectos adversos en la salud mental desde el punto de vista de los propios hombres; puesto que, en la gran mayoría de los casos, se tiene un mayor enfoque sobre el género femenino en contraste a lo que se puede recolectar de los victimarios. Por lo tanto, investigar esta problemática

---

Rosina Vanessa Sánchez Jimenez.

<sup>2</sup>Autores: Nitza Raquel Retamozo Espinoza, Martín Alonzo Doza Coachealle, Christian César Flores Morales y Adriana Pierina Alvarez Pineda



desde un enfoque cualitativo puede expandir el conocimiento sobre las diversas experiencias relacionadas a las masculinidades en la salud mental, para futuras investigaciones con el objetivo de cubrir el vacío en el conocimiento. Además, se puede emplear como información importante al momento de la rehabilitación de varones que ejerzan la masculinidad hegemónica o presenten problemas de salud mental. Por último, permite aportar a justificar el diseño e implementación de proyectos y programas de intervención de las Organizaciones no Gubernamentales e instituciones del estado que velan por acabar con la violencia de género. De la misma manera, servirá como información importante al momento de establecer políticas públicas de promoción de la salud mental desde una perspectiva de género. Es así como en este estudio se busca investigar, ¿Por qué los hombres que ejercen masculinidad hegemónica no asisten a ayuda psicológica?

### 3.1.2 Marco Teórico

#### *Masculinidad Hegemónica*

La masculinidad hegemónica es un modelo de comportamiento impositivo y dominante. Esto se expresa a través del rechazo hacia lo femenino, la obtención de poder y estatus, la agresividad y la no expresión de emociones/sentimientos (Gobierno de México, 2016). Para este modelo se ha planteado cuatro pilares que facilitan la clasificación (Huayllas, 2011). En primer lugar, el **comportamiento sexual compulsivo y la heterosexualidad compulsiva** dicta que los hombres se presionan entre ellos para mostrarse con capacidad de tener múltiples parejas sexuales. Por otro lado, se encuentra la **homofobia**, entendida como el miedo a la homosexualidad, por sentir o descubrir atracción hacia otro hombre. A su vez, el **sexismo**, a partir del cual a las personas se les asigna roles según su sexo. Por último, la **misoginia**, caracterizada principalmente por desvalorizar a las mujeres.

A pesar de ello, las masculinidades pueden ser reinterpretadas de manera positiva. Para ello, se busca promover una mayor capacidad emotiva, compromiso con los cuidados, reflexión sobre sus actitudes y conductas que puedan contener un elemento violento hacia las mujeres o diversidades sexuales (Rodríguez & Jabbaz, 2020). Delgado señala que para el cambio de masculinidad se necesita de capacidad de autocontrol para no ejercer ninguna forma de poder o violencia en sus formas abiertas o sutiles (como se cita en Rodríguez & Jabbaz, 2020).

#### *Enfoque de género*

El enfoque de género se describe como una herramienta de análisis dado que permite identificar los roles, las asimetrías, las inequidades, las tareas y las relaciones de poder que ejecutan los hombres y las mujeres dentro de una sociedad (Botella, 2021). En base a lo mencionado, el término “género” es una construcción social por ser aprendida desde la infancia ya que, desde esta etapa, se tiende a estar adoctrinados por los padres, la iglesia, los pares y mensajes estereotipados de los medios de comunicación, por ejemplo, los niños son rudos y no deben llorar (Granados-Beltrán, 2018).

Dentro de este enfoque se puede conceptualizar también la violencia de género. La Declaración sobre la Eliminación de la Violencia contra la Mujer la define como todo acto de subordinación que puede generar daño físico y/o psicológico. El fin del agresor no sólo es ocasionar lesiones, sino “aleccionar” al sexo opuesto, para poner en manifiesto que él es la imagen de poder y autoridad dentro de la relación de pareja o en el hogar (como se cita en Yugueros, 2014).

#### *Salud Mental*

Definida como un proceso dinámico de bienestar que permite desarrollar habilidades emocionales, cognitivas y mentales para afrontar inquietudes de la vida, trabajar productivamente y hacer una contribución significativa a sus comunidades (Ministerio de Salud y Protección Social, 2014). La



salud mental en los jóvenes es un tema relevante por la serie de cambios y situaciones a las que se enfrentan (Chau & Vilela, 2017). Estos, según Stewart-Brown et al. (2000), consideran los aspectos psicológicos y conductuales como indicadores importantes para reconocer su propia salud, a diferencia de los adultos, que reconocen en su mayoría a la salud física.

La problemática resulta en la masculinidad hegemónica y su efecto negativo en la sociedad y los varones, que condiciona su salud mental. Según White, la idea tradicional del “hombre masculino” rechaza la expresión de las emociones y sentimiento, desalentando y estigmatizando optar por ayuda psicológica profesional (como se cita en Anzani et al., 2022, p. 2).

### 3.1.3 Objetivos

- Explorar las características de masculinidad hegemónica en adultos jóvenes.
- Conocer las actitudes hacia la ayuda psicológica en adultos jóvenes con masculinidad hegemónica.

### 3.1.4 Método

#### *Tipo y diseño de investigación*

Esta es una investigación de tipo cualitativa, puesto que, como menciona Loayza-Maturrano (2006), se enfoca en el entendimiento de los fenómenos y puede centrarse en percepciones, conceptos, pensamientos significados y experiencias o sentimientos. El diseño de la presente investigación es fenomenológico pues radica en entender las experiencias subjetivas de los participantes (Fuster, 2019).

#### *Participantes*

Los participantes fueron hombres jóvenes adultos residentes en Lima Metropolitana con actitudes relacionadas a la masculinidad hegemónica durante el segundo trimestre del año 2022. Asimismo, se empleó un muestreo no probabilístico por conveniencia, puesto que se ubicó y seleccionó con intencionalidad a los participantes, ya que se realizó la convocatoria y estos mismos fueron ubicados mediante referencias de contactos de los entrevistadores (Hernández-Ávila Carpio, 2019, p. 78). El objetivo fue la calidad de información, no la cantidad.

**Tabla 5**

#### *Descripción de participantes*

Pseudónimo	Edad	Ocupación
A. A.	25	Estudiante de Ing. Industrial
D. E.	20	Estudiante de Ing. Industrial
A. J.	20	Estudiante de Comunicaciones
V.	20	Estudiante de Ing. Mecatrónica

#### *Instrumentos y técnicas*

- *Masculinidad Hegemónica*: Para la elección de los participantes con estas actitudes, se utilizó un cuestionario filtraje llamado IRMH.M adaptado por Toro-Alfonso y Varas-Díaz (2003), el cual contó con 30 ítems afirmativos con las siguientes anclas: *Totalmente de acuerdo* = 1, *De acuerdo* = 2, *Ni de acuerdo ni en desacuerdo* = 3, *En desacuerdo* = 4, *Totalmente en desacuerdo* = 5, de tal forma que, a menor puntaje, mayor adherencia a los roles de masculinidad hegemónica.
- *Entrevista semi-estructurada*



*Procedimiento de recolección de datos*

En primer lugar, se diseñó, junto con la docente de la asignatura, una guía de preguntas para la entrevista. En segundo lugar, se realizó una búsqueda de instrumentos para filtrar a nuestros participantes, siendo esta el cuestionario IRH-M en su versión adaptada. Acto seguido, se contactó con los participantes para aplicar el cuestionario y posteriormente proceder con la entrevista que tuvo una duración de 30 minutos, donde se firmó un consentimiento informado previos instantes del inicio. Luego de ello, se realizaron las transcripciones correspondientes, para así realizar el proceso de categorización donde se especifica cuáles serán las categorías de información, así como generar las subcategorías para proceder a la discusión de los resultados.

**3.1.5 Resultados y discusión**

Luego de realizar la matriz de análisis de las respuestas de los cuatro participantes, se plantearon tres categorías. En primer lugar, la categoría de “Percepciones acerca de la masculinidad hegemónica en sí mismos”. En segundo lugar, la categoría de “Experiencias relacionadas con la masculinidad hegemónica/adquisición de actitudes y conductas con masculinidad hegemónica” y, en tercer lugar, la categoría de “Actitudes hacia la ayuda psicológica”.

Acerca de la subcategoría “Apreciación de la hombría”, se encontró que, en su mayoría, los varones entrevistados demostraron cómo el concepto de ser “hombre” es inherente a este género desde que son pequeños, ya sea por las costumbres familiares, así como por el entorno social del entrevistado. Por ejemplo, una de las preguntas dentro de esta subcategoría consta de: ¿Qué es ser hombre para tí?, en donde se tienen diversas respuestas, sin embargo, la que más permite ejemplificar lo que se ha venido tratando a lo largo de este trabajo es la siguiente:

“Dentro de lo que es la familia y todo eso... siempre hay unos roles naturales, ¿no? dentro de la naturaleza y todo eso. . . si bien no es que la mujer siempre esté en el segundo estrato, sí considero que hay tareas que tienen que hacer los hombres. Hay tareas que se han mantenido siempre desde la época de mi viejo, mi abuelo. . . Lo que ha puesto en “peligro” a la sociedad, ¿no? Y bueno no me gustan extremismos, en los que se busca como que limitar artificialmente, ¿no? el papel del hombre y todas esas cosas. . . Como reitero, no es que quiera ser déspota y pensar que la sociedad solo gira en torno a uno ¿no? El hombre tiene que sentirse como uno más”. (Entrevistado 3).

Se puede corroborar y relacionar con lo expuesto a lo largo del trabajo, como la masculinidad hegemónica de alguna manera es considerada como un modelo de comportamiento que tiende a ser impositivo y dominante, lo cual origina una evidente desigualdad, debido a la posición que estos ejercen sobre el género contrario. Este tipo de características y actitudes se convierten en un predictor que traspasa generación tras generación, siempre con los mismos patrones de lo que se debería ser y de lo que no.

En base a la segunda subcategoría, denominada “Expresión de emociones” se halló que los hombres se encuentran predispuestos a evitar demostrar su afectividad por miedo a ser percibidos como “débiles”. Tal y cómo menciona el Gobierno de México (2016), la masculinidad hegemónica es un modelo de comportamientos impositivos y dominantes, los cuales se reflejan a través del rechazo hacia lo femenino, la obtención de poder y estatus, la agresividad y por supuesto, el no expresar sus emociones/sentimientos. En base a lo mencionado, los hombres perciben la “fragilidad” como sinónimo de “femenino”:



“De alguna manera nos han enseñado a reprimir los sentimientos, reprimir estos sentimientos que impulsan a llorar y los puedes reprimir y evadir de cualquier forma dependiendo la persona” (Entrevistado 1).

Lo que menciona el evaluado, permite analizar cómo los hombres están condicionados a reprimir sus emociones; no obstante, sería importante indagar ¿De dónde proviene esta represión? para explorar si los jóvenes adultos son conscientes que desde pequeños son adoctrinados a comportarse y tener actitudes predeterminadas.

“Viene de lo cultural, que de por si el hombre tiene que ser el fuerte, inquebrantable, él no vulnerable” (Entrevistado 1).

En la subcategoría “Origen de los modelos machistas”, se encontró que estos modelos se ven inculcados por normas sociales aprendidas desde una corta edad, pues estas creencias conducen a no mostrar vulnerabilidad.

Continuando con la “Replicación de actitudes y conductas machistas”, podemos tomar de ejemplo lo mencionado por un entrevistado:

“Claro que sí, a mí me solían pegar de pequeño, yo me acuerdo qué más el llanto de dolor, era de enojo, enojo porque me están pegando, de alguna manera yo decía en mi mente: no voy a llorar para no darle el gusto. Inconscientemente mi cerebro me condiciona a “no vas a llorar cuando sientas dolor” por eso cuando me siento mal, no puedo llorar, eso viene de mi infancia.” (Entrevistado 1).

Se puede evidenciar que la violencia que padeció en su infancia junto al concepto que le inculcaron sobre ser hombre, afectó en asimilar actitudes machistas respecto a no expresar emociones o debilidad, llegando al punto de imposibilitar la capacidad humana de llorar, es decir, una restricción emocional. Asimismo, podemos evidenciar cómo desde la infancia se comienza a distorsionar el control de impulsos y emociones al sentir enojo y frustración ante el dolor, fenómeno que explica la alta incidencia de agresividad entre adolescentes hombres; puesto que, al frustrarse por no resolver sus conflictos, se comportan de manera impulsiva y violenta (ADAVAS, s.f.). “Expectativas de la ayuda psicológica”, se planteó un caso hipotético, donde estos asistirían al psicólogo. Se encontró que 3 de 4 evaluados se mostraron optimistas en solucionar y platicar los problemas que les aquejan.

Relacionado a la categoría de “Percepción de la ayuda psicológica”, se encontró que la mayoría de los participantes considera no necesario el recibir ayuda psicológica, ya que existe una percepción de autosuficiencia y autorregulación.

“Los hombres pueden ser autosuficientes, entonces al ser hombre puedes ser capaz de controlarte a ti y a tus pensamientos, en comparación a las mujeres que son más susceptibles” (Entrevistado 1).

Esto es explicado debido a la creencia, anteriormente mencionada, de la autorregulación y autosuficiencia. Ante ello, White (como se cita en Anzani et al., 2022) sostiene que se espera que el hombre sepa manejar sus emociones y sobre todo no se muestren abiertamente. Se debe responder a una idea tradicional del “hombre masculino”, donde se rechaza la expresión de emociones y la búsqueda de ayuda profesional. Se evidenció en la siguiente respuesta:

“Sólo asistí para atención vocacional, pero no considero que sea vital, porque creo que las personas son autosuficientes, o sea es un poco interiorizar y conocerse a sí mismo para trabajar en ello. Porque en la actualidad hay un avance de la tecnología, estamos muy lejos de conocer al ser humano al 100%“(Entrevistado 1).



Por otro lado, dentro de esta subcategoría se preguntó si consideraban que asistir al psicólogo te hace menos hombre. En este caso, se obtuvieron respuestas como: “el hombre debe ser autosuficiente” y “cada uno puede hacer lo que crea necesario ello es evidenciado en:

“No para nada. Es tu vida, no te hace menos hombre” (Entrevistado 4).

En relación con la última declaración, romper con las normas de género no es algo fácil y tampoco parece darle mayor paz al varón. Vandello et al. (2008) mencionan que romper una regla estereotípica hace experimentar estrés y ansiedad. Por lo que se refleja en ello el pesimismo y desganado que se puede dar en los varones con masculinidad hegemónica en recibir ayuda psicológica.

### 3.1.6 Conclusiones

- En base al presente trabajo de investigación, se puede concluir que la principal problemática o razón por la cual los varones con masculinidad hegemónica poseen una actitud negativa hacia la ayuda psicológica se debe principalmente al entorno que tuvieron durante su infancia, es decir, sus familiares y sus amigos. Desde pequeños se les ha inculcado ideas machistas de manera directa o indirectamente respecto a cómo deben comportarse, así como, las expectativas que deberían tener respecto a ellos mismos. Por consiguiente, cuando crecen con estas actitudes y creencias normalizadas dentro de sus grupos sociales, es que se produce que se arraigue cada vez más la baja percepción respecto al apoyo psicológico.
- Con todo lo expuesto, se puede concluir que si bien es importante abordar el enfoque de género desde la perspectiva femenina, por ser una población vulnerada, es necesario y relevante también dirigirse principalmente al apoyo psicológico de los jóvenes adultos, que de alguna manera han crecido en ambientes machistas y los han predispuesto a tener conductas poco adaptativas como, por ejemplo, la represión de emociones, lo que conlleva a etiquetar que cualquier muestra de afecto o de sentimientos se encuentra ligado a lo femenino. Es ahí donde se debe intervenir mediante políticas públicas que incidan en la importancia de recibir ayuda psicológica para deconstruir las actitudes y características machistas.
- Asimismo, la presente investigación brinda una reflexión sobre la deconstrucción de los hombres en nuestra actualidad, ¿realmente existe un cambio basado en la introspección y la reestructuración de esquemas misóginos o, por el contrario, solo existe un cambio superficial por el miedo a la cancelación de tener actitudes y/o comportamientos machistas? Aunque esta es temática para una futura investigación, deja incógnitas a resolver.

### 3.1.7 Recomendaciones

- Mejorar el proceso de selección de participantes mediante la precisión de los criterios de inclusión de los participantes. En este caso, colocando un umbral de puntuación necesaria en la prueba de actitudes machistas, para luego proseguir a realizar las entrevistas. Esto nos garantizara indagar con mayor profundidad la resistencia hacia la ayuda psicológica originada por la masculinidad hegemónica.
- Asimismo, la formación de grupos de ayuda que busquen incentivar y/o rehabilitar a hombres que presenten conductas y rasgos de masculinidad hegemónica, así como también a hombres con antecedentes de violencia de género.
- Se recomienda la realización de talleres en las municipalidades que estén destinados a parejas y familias que busquen acabar con los roles de género en el hogar. Mediante el fomento de responsabilidades compartidas, comunicación y escucha activa y expresión de emociones.



- Realizar campañas, junto a las municipalidades, sobre la importancia de la atención psicológica con precios accesibles a la comunidad. Esto con el fin de fomentar la asistencia a la ayuda psicológica y la desestigmatización de esta práctica.



## Referencias

- ADAVAS (s.f.). <https://adavas.org/>
- Anzani, A., Decaro, S. P., & Prunas, A. (2022). Trans masculinity: Comparing trans masculine individuals' and cisgender men's conformity to hegemonic masculinity. *Sexuality Research y Social Policy: A Journal of the NSRC*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1007/s13178-021-00677-5>
- Araca, F., Marmani, C., Gómez, A., Ramirez, E. E., Huanco, D., & Ramos, G. (2021). Prevalencia de la estigmatización hacia enfermedades mentales en estudiantes de medicina de una universidad pública de Tacna. *Revista Médica Hospital Hipólito Unanue de Tacna*, 14(1), 33-39. <https://revista.hospitaltacna.gob.pe/index.php/revista2018/article/view/179/137>
- Botella, A. (2021). *Determinar el impacto de una intervención de empoderamiento en el cambio de estereotipos, actitudes y roles de género* [Tesis para optar el título de bachiller en Psicología, Universitat Jaume I]. Repositorio Institucional de la Universitat Jaume I. <http://hdl.handle.net/10234/195176>
- Chau, C., & Vilela, P. (2017). Determinantes de la salud mental en estudiantes universitarios de Lima y Huánuco. *Revista de Psicología*, 35(2), 388-422. <http://dx.doi.org/10.18800/psico.201702.001>
- Defensoría del Pueblo. (2019). Nota de Prensa N°048/OCII/DP/2019. <https://www.defensoria.gob.pe/wp-content/uploads/2019/02/NP-048-19.pdf>
- Fuster, D. (2019). Investigación cualitativa: Método fenomenológico hermenéutico. *Propósitos y Representaciones*, 7(1), 201-229. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n1.267>
- Gobierno de México. (27 de junio de 2016). Masculinidad hegemónica vs masculinidades igualitarias. <https://www.gob.mx/sre/articulos/masculinidad-hegemonica-vs-masculinidades-igualitarias>
- Granados-Beltrán, C. E. (2018) *La interculturalidad crítica en los programas de formación inicial de docentes de lenguas extranjeras en el contexto colombiano contemporáneo* [Tesis de Doctorado, Universidad Santo Tomás] Repositorio USTA <http://hdl.handle.net/11634/15503>
- Hernández-Ávila, C. E., & Carpio, N. A. (2019) Introducción a los tipos de muestreo. *Alerta, Revista Científica del Instituto Nacional de Salud*, 2(1), 75-79. <https://doi.org/10.5377/alerta.v2i1.7535>
- Huayllas, J. (2011). *Reflexiones sobre el trabajo en Masculinidades*. <https://www.bivica.org/files/masculinidades-reflexiones.pdf>
- Loayza-Maturrano, E. F. (2006). La investigación cualitativa en Ciencias Humanas y Educación. Criterios para elaborar artículos científicos. *Educare et Comunicare*, 8(2), 56-66. <http://www.scielo.org.pe/pdf/pyr/v7n1/a10v7n1.pdf>
- Ministerio de Salud y Protección Social. (2014). *Sobre la salud mental, sus trastornos y estigma*. <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/abc-salud-mental.pdf>
- ONU MUJERES, UNFPA, EME/CulturaSalud y Promundo. (2016). *Hacia la incorporación de los hombres en las políticas públicas de prevención de violencia contra las mujeres y las niñas*. <https://endvawnow.org/uploads/tools/pdf/1470921987.pdf>
- Organización de las Naciones Unidas Mujeres. (2018). *Experiencias promisorias de masculinidades no violentas y corresponsables en el ámbito de los cuidados en Colombia y otros países de América Latina y el Caribe*. <https://colombia.unwomen.org/es/biblioteca/publicaciones/2018/10/isbn-masculinidades>
- Palacios-Espinosa, X. (2021). El inestimable costo del estigma de la salud mental. *Revista Ciencias de la Salud*, 19(1), 1-4.



- [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1692-72732021000100001](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1692-72732021000100001)
- Rodríguez, J., & Jabbaz, M. (2020). Deconstruyendo machos, construyendo personas. Relatos de alejamiento de la masculinidad hegemónica en España. *Revista de Estudios Sociales*, 79, 108-124 <http://www.scielo.org.co/pdf/res/n79/0123-885X-res-79-108.pdf>
- Ruiz, R. (5 de marzo de 2021). ¿Cómo le afecta a los hombres el machismo?. Conecta. <https://conecta.tec.mx/es/noticias/ciudad-de-mexico/educacion/como-le-afecta-los-hombres-el-machismo>
- Soria, N. (2018). *Construcción y ejercicio de las masculinidades: su impacto en la salud. Varones urbanos de Córdoba, Argentina. Masculinidades e impacto en la salud*. Editorial Académica Española.
- Stewart-Brown, S., Evans, J., Patterson, S., Doll, H., Baldin, J. & Regis, D. (2000). The health of students in institutes of higher education: an important and neglected public health problem? *Journal of Public Health Medicine*, 22(4), 492-499. <https://doi.org/10.1093/pubmed/22.4.492>
- Toro-Alfonso, J. & Varas-Díaz, N. (2003). *Inventario de normas de roles masculinos modificado*. Manuscrito inédito. Universidad de Puerto Rico, Río Piedras.
- Vandello, J.A. & Cohen, D. (2008). Culture, Gender, and Men's Intimate Partner Violence. *Social and Personality Psychology Compass*, 2, 652-667. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2008.00080.x>
- Yugueros, A. (2014). La violencia contra las mujeres: conceptos y causas. *Revista Castellano-Manchega de Ciencias sociales*, 18, 147-159. <https://www.redalyc.org/pdf/3221/322132553010.pdf>



## 3.2 Educación Sexual Integral: Estigmas y tabúes parentales

### Resumen

La presente investigación busca comprender cómo perciben los padres y madres de familia de Lima Metropolitana la Educación Sexual Integral. El presente estudio se trabajó bajo una metodología cualitativa, de enfoque fenomenológico y tipo descriptiva. Para la recolección de la información se utilizó una entrevista semiestructurada a tres padres y madres de familia de diferentes niveles socioeconómicos. Luego, se realizó el análisis de datos en base a la construcción de cuatro categorías: creencias sobre los contenidos que aborda la ESI, implementación, importancia y beneficios, y temáticas. Los resultados revelaron que hay desinformación respecto a lo que implica el programa de Educación Sexual Integral y las temáticas que aborda. A pesar de que no se identificaron tabúes en torno a la sexualidad, si se pudo evidenciar la presencia de estigmas sexuales en los padres y madres de familia.

- Palabras clave: educación sexual integral, sexualidad, padres de familia, estigma, tabú

### 3.2.1 Introducción

La sexualidad humana es un aspecto esencial dentro del desarrollo integral del ser humano, pues se considera un proceso complejo que incluye aspectos biológicos, psicológicos, sociales, físicos y emocionales (Badilla Fallas et al., 2018). Siguiendo esta misma línea, la Educación Sexual Integral (ESI) es un proceso de enseñanza-aprendizaje que busca abordar los aspectos mencionados anteriormente para promover la adquisición de conocimientos, valores y habilidades que permitan a las personas tomar decisiones adecuadas y críticas, basadas en el respeto y priorizando tanto su bienestar como el de los demás. Asimismo, la ESI, al ser una perspectiva integral que considera cada etapa del desarrollo humano no solo toma en cuenta la dimensión biológica-reproductiva, sino también las dimensiones socio-afectiva, ética y moral (UNESCO, 2018; Ministerio de Educación [MINEDU], 2021).

En el Perú, los esfuerzos por implementar programas que aborden la ESI se remontan a los años noventa con la creación del Programa Nacional de Educación Sexual, concretamente, en el año 1996. No obstante, en el ámbito académico, no fue hasta el año 2008 que se aprobaron los “Lineamientos Educativos y Orientaciones Pedagógicas para la Educación Sexual Integral” (MINEDU, 2021). Pese a la existencia de estos lineamientos, es fundamental mencionar que actualmente no existe una normativa legal que respalde un programa de ESI a nivel nacional (Motta et al., 2017). A partir de ello, MINEDU quiso reforzar la ESI en las instituciones educativas como medida preventiva. No obstante, este tema ha sido razón de polémica, principalmente por un segmento de familias y grupos conservadores opuestos a que sus menores accedan a este tipo de educación, ya sea por sus creencias, tabúes, estigmas, o por el miedo a que los docentes no dispongan de las herramientas adecuadas para enseñarlo (Vásquez, 2021). Es evidente que los padres de familia se enfrentan a una constante incertidumbre y confusión en cuanto a la educación sexual. Esto genera que se muestren resistentes a educar a sus hijos respecto al tema (Garduño, 2018), lo cual parece ser un gran inconveniente, pues

<sup>1</sup>Trabajo de investigación para la asignatura Metodología de la Investigación Cualitativa revisado por el (la) profesor(a) Vicente Alfredo Rodríguez Salcedo.

<sup>2</sup>Autores: Micaela Díaz Lostao, Kiara Lazo Perez y Rafaela Noriega Bracesco



se ha observado que la falta de comprensión y rechazo con respecto a la ESI podría significar un perjuicio frente a la salud sexual de los niños, niñas y adolescentes (Lawson, 2022; Roupshparvar et al., 2022).

El presente estudio tiene como propósito comprender las percepciones de los padres de escolares frente a la implementación de la Educación Sexual Integral en el programa educativo, de manera que se identifiquen tanto tabúes como estigmas en torno a esta. Lo anterior contribuirá a resaltar los obstáculos en la implementación de la ESI en los colegios y en la desmitificación de la sexualidad. La importancia de ello radica en que la falta de educación sexual trae consigo consecuencias a nivel del desarrollo psicosocial del escolar, así como en su salud física, ya que se les priva de adquirir conocimientos en relación a los derechos sexuales, el valor de la diversidad y el desarrollo de la empatía. Además, puede ser un impedimento para el acceso a la salud reproductiva, ya que atenta contra su integridad física y aumenta el riesgo de embarazos no deseados e infecciones de transmisión sexual (ITS). A partir de lo mencionado, la ESI supone una herramienta imprescindible para que los escolares tomen decisiones informadas y se eduquen en temas de género, enfatizando así el trato igualitario (Fondo de Población de las Naciones Unidas [UNFPA], 2021).

A partir de todo lo mencionado, se evidencia una clara necesidad de abordar la temática de educación sexual en diversos ámbitos, como el escolar y familiar. No obstante, para realizar ello, es necesario que los padres estén convencidos de que la ESI es una de las vías principales para conseguir el bienestar integral de sus hijos. Por ello, se resalta la importancia del presente estudio, pues ahondar en las percepciones de los padres abre la posibilidad a que se le de mayor importancia al tema de la sexualidad y que se generen espacios de discusión abierta. Lo anterior se presenta como el primer paso para poder realizar programas educativos con los padres, logrando desmitificar lo que implica la Educación Sexual Integral y se empiece con la tarea de erradicar estigmas y/o tabúes. Mediante dichas intervenciones, también se podrá enseñar la importancia de la ESI y transmitir tanto conocimientos como herramientas que les permitan abordar la sexualidad de manera adecuada en el hogar.

### 3.2.2 Marco Teórico

La sexualidad es un fenómeno complejo y universal que constituye, en la mayoría de casos, una parte integral y aspecto fundamental en la calidad de vida de las personas (Librach & Moynihan, 2011). Este fenómeno impacta en una variedad de aspectos humanos tales como el establecimiento de las relaciones interpersonales, el pensamiento o el lenguaje; y, está cargado de controversias, estereotipos, prejuicios, normas y tabúes. Las normas en relación a los comportamientos sexuales, se aprenderán en el proceso de socialización y ciertas prohibiciones y restricciones pueden llegar a ser plasmadas en leyes (Council of Europe Portal, 2022).

#### *Educación Sexual Integral*

La Educación Sexual Integral (ESI) puede ser definida como un enfoque de enseñanza basado en derechos que busca que las personas, desde la niñez temprana hasta la adultez, aprendan de manera holística sobre la sexualidad. Para ello, toma en consideración que esta misma comprende no solo aspectos físicos y biológicos, sino también cognitivos, emocionales y sociales. La ESI busca empoderar a las personas a través de la transmisión gradual de información, recursos, habilidades y valores para que puedan tomar responsabilidad sobre su salud sexual y el bienestar de los demás (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2018).

Al adoptar una educación basada en la abstinencia, se ha demostrado que los jóvenes pierden la oportunidad de obtener conocimiento crucial que les puede ayudar y facilitar la toma de decisiones



concerniente a su salud sexual (Rabbitte & Enriquez, 2018). Los estudios científicos rechazan la noción de que este enfoque retrase la iniciación sexual o reduzca las tasas de embarazo y aborto. Por el contrario, una Educación Sexual Integral, implementada correctamente en el contexto educativo, pone a su disposición las herramientas, conocimientos y valores necesarios para permitirles ser conscientes y críticos al momento de construir sus proyectos de vida y relacionarse con los demás de manera saludable.

Es importante mencionar que la aplicación de la educación sexual no solo se justifica en la adquisición de conocimientos, sino que ayuda a los jóvenes a desarrollar valores y actitudes. Esto influirá en su conducta, y podrá guiarse tanto de los conocimientos como de los valores aprendidos para la propia expresión sexual y respeto hacia los demás (Offiong et al., 2018). Esta preparación para la vida plena recae en la prevención del contagio de infecciones de transmisión sexual, embarazos no deseados, violencia sexual y desigualdad de género, pues se brindan conocimientos, recomendaciones e información sobre estos riesgos que afectan el bienestar de los jóvenes. Por ello, la implementación de la ESI puede generar claros beneficios al facilitar la toma de decisiones informadas, libres y responsables sobre sus relaciones y su sexualidad (OMS, 2018).

La Educación Sexual Integral en el contexto educativo, se tiende a abordar desde las estrategias de tutoría y orientación. Aquello implica el acompañamiento y soporte de los y las estudiantes en el momento que sea necesario, siendo flexibles y fomentando un vínculo alumno-docente durante todo el proceso. Se comienza por la identificación de las necesidades de orientación vinculadas a la ESI. Estas deben ser pertinentes al contexto cultural, a la etapa de desarrollo y a las características e intereses de la población estudiantil con la que se trabaja (MINEDU, 2021).

A pesar de que se reconoce que la Educación Sexual Integral puede ser beneficiosa tanto para el desarrollo de las personas como para la prevención de problemas de salud pública, aún se identifican distintas variables que dificultan su implementación en los colegios. El año pasado distintos colectivos de padres de familia se juntaron para reunir firmas con el objetivo de frenar la implementación de la “Guía para Implementar la Educación Sexual Integral”, un recurso educativo dirigido a docentes de educación básica regular, elaborada por el MINEDU. Entre sus argumentos, los padres defienden que esta guía incentiva la enseñanza de los derechos sexuales y la ideología de género que, desde su perspectiva, pone en peligro la construcción de la identidad de sus hijos y su integridad (López, 2021).

Según Rakhmawati et al. (2020), la familia se convierte en la principal fuente de aprendizaje para los niños, lo cual afecta su conciencia sexual y roles de género. Por ello, los padres tienen un rol esencial que implica brindar información a los niños sobre educación sexual, por lo que los niños deben discutir la sexualidad con sus padres. Sin embargo, esto no se evidencia con frecuencia debido a que la educación sexual puede interpretarse como algo negativo en diversas sociedades, así como la discusión sexual puede ser considerada un tabú. Es por esta razón que, muchas veces, los padres prefieren no hablar al respecto o evitan hacerlo al considerarse incapaces de proporcionar respuestas adecuadas.

### 3.2.3 Objetivos

- Analizar las creencias sobre la implementación de la Educación Sexual Integral de los padres y madres de escolares de colegios privados y públicos de Lima Metropolitana.
- Analizar las creencias sobre las temáticas que aborda la Educación Sexual Integral de los padres y madres de escolares de colegios privados y públicos de Lima Metropolitana.
- Identificar los tabúes sobre la sexualidad de los padres y madres de escolares de colegios



privados y públicos de Lima Metropolitana.

### 3.2.4 Método

#### *Tipo y diseño de investigación*

La presente investigación se desarrolló bajo una metodología cualitativa, la cual considera que existen diversas realidades construidas a partir de la percepción subjetiva de cada persona. Es por esta razón que dicho enfoque amerita que el investigador comprenda la óptica personal de cada individuo, distanciándose de su propia perspectiva. Además, la investigación cualitativa se caracteriza por ser global y flexible, pues busca encontrarle sentido a los fenómenos en cuestión partiendo de los significados individuales que las personas les otorgan. Cabe resaltar que el enfoque cualitativo es también naturalista, ya que se interesa por estudiar a las personas y a los fenómenos en su respectivo contexto y cotidianidad (Trujillo et al., 2019).

#### *Participantes*

La selección de participantes se realizó mediante el método de muestreo intencional, el cuál se caracteriza por la selección no aleatoria de individuos que poseen una riqueza de información en relación al fenómeno que se pretende estudiar (Izcara, 2007). La muestra fue heterogénea, los participantes que conformaron esta investigación fueron padres de familia de escolares que cursan el nivel de primaria en colegios tanto privados como públicos de Lima Metropolitana. Estos padres se encuentran entre las edades de 35 a 50 años, comprenden tanto hombres como mujeres y cuentan con variados niveles educativos y socioeconómicos. Como criterio de exclusión se especificó que no ejerzan la profesión de psicólogo, puesto que podrían estar más familiarizados con las temáticas que abarca la Educación Sexual Integral. En cuanto al tipo de muestreo, este fue de participantes voluntarios o autoselección, pues los padres que cumplían con las características establecidas, fueron contactados y respondieron activamente a la invitación para formar parte de la investigación.

#### *Instrumentos y técnicas*

Para la presente investigación se utilizó la técnica de entrevista personal a profundidad. Según Hernández y Mendoza (2018), el propósito de mencionada técnica es llevar por buen camino cada entrevista que se realice, orientando al evaluado en el proceso de contestación del instrumento sin que decaiga o disminuya su concentración. Este tipo de entrevista implica que se realice cara a cara, es decir, solo contando con la presencia del entrevistador y el entrevistado. Además, se incluyen tanto preguntas abiertas como cerradas. También, al inicio de la entrevista se debe acotar el propósito general del estudio, las motivaciones y el tiempo aproximado, agradeciendo de antemano la participación y colaboración. Para ello, el entrevistador debe mantenerse neutral, servicial y cordial, así como se debe mencionar que no hay respuestas correctas ni incorrectas.

#### *Procedimiento de recolección de datos*

El procedimiento de recolección de datos para la presente investigación consistió, en primer lugar, en contactar a cada uno de los participantes de manera individual. Los padres y madres que accedieron a participar del estudio fueron citados para una entrevista a profundidad, fijando así la fecha, hora y lugar de la entrevista. Cabe resaltar que dos entrevistas se realizaron por Zoom y solo una fue llevada a cabo de manera presencial. El día de la entrevista, previo a iniciar, se procedió a entregar el consentimiento informado. En este documento se detalló de manera breve en qué consistía la investigación y que esta no presentaba riesgos. Además, se hizo hincapié en la importancia de que la información fuese brindada de manera honesta y que esta quedaría bajo estricta confidencialidad. Una vez que el padre o madre firmaba el consentimiento, se procedió a iniciar con la entrevista.



Después de haber realizado las entrevistas, se procedió a una transcripción de las mismas a partir de la grabación de audio realizada con el permiso del participante. Finalmente, se inició el proceso de análisis de datos, el cual consistió en la codificación y categorización de los mismos para poder comprender la información recogida.

### 3.2.5 Resultados y discusión

A través de las entrevistas realizadas se ha podido recolectar información que contribuye a la comprensión de la percepción de los padres de familia sobre la ESI. En base a ello, se identificaron 4 categorías a partir de los códigos patrón, posteriormente se elaboraron las subcategorías y finalmente se realizó el análisis de contenido (Gibbs, 2012).

#### *Creencias sobre los contenidos que aborda la ESI*

**Contenido biológico** Se evidencia que los padres de familia están de acuerdo con que la Educación Sexual Integral no solo les enseñe a sus hijos sobre las partes del cuerpo humano sino que también aborde el autocuidado y la importancia de hacer respetar su propio cuerpo.

“Todo lo concerniente al tema de concepción de su cuerpo, referido obviamente en el contexto de un ámbito sexual.”

**Contenido social** Además, los padres de familia están a favor de que la ESI incluya dentro de sus contenidos la relación que establece la persona con su entorno. En este sentido, reconocen que esta permite que los niños y niñas aprendan tanto sobre la diversidad de género como sobre la diversidad de orientación sexual.

“Con toda la información no solo de concepción de su cuerpo sino también de lo que conlleva a otras personas.”

**Contenido religioso** Es relevante mencionar que, para los padres y madres de familia, la Educación Sexual Integral no debería estar influenciada por la religión ni por la cultura. Esto demuestra que se le brinda gran importancia a que las temáticas que se aborden y la información que se transmita dentro de este programa de educación sexual estén respaldadas por evidencia científica. A partir de esto, se considera un aspecto positivo ya que se incurre en un proceso de enseñanza objetivo, libre de creencias y sesgos culturales.

“Un enfoque biológico obviamente para empezar, un enfoque social, y no dirigido a un tema de repente religioso o cultural, algo mucho más científico que me parece que no se da actualmente.”

#### *Implementación de la ESI*

**Grado escolar** Los padres y madres están de acuerdo con la implementación de la Educación Sexual Integral en las instituciones educativas, enfatizando que es mejor enseñarlo de manera gradual desde primaria. Esto representa un aspecto a favor para la aplicación de la educación sexual, pues permite que sus hijos vayan obteniendo los conocimientos necesarios para su desarrollo personal y social, de acuerdo a su nivel de madurez.

“A partir de 3er a 4to me parece que los niños ya tienen una idea, que pueden entender este tipo de conceptos.”



**Edad** Los padres y madres están a favor con que la Educación Sexual Integral se les enseñe a los niños desde que son pequeños, tomando en cuenta que deben recibir este tipo de educación a partir de una edad en la que ya puedan entender lo que se les explica.

“Enseñarle a un niño pero según va avanzando su edad.”

#### *Beneficios e Importancia de la ESI*

**Personales** Entre los beneficios personales, se reconoce que la ESI permite que la persona conozca y al mismo tiempo se concientice de situaciones adversas. Esto incluye cuestionar tabúes mediante la discusión; lo cual tendría un efecto positivo, pues contribuiría a la “normalización” de temáticas no habladas dentro de la sexualidad, abriendo un espacio para el diálogo y la reflexión.

“Poder darte herramientas de que conozcas ciertas cosas te hace ser una persona más consciente de la situación.”

**Sociales** Dentro de los beneficios sociales, se considera que la ESI contribuiría con el desarrollo de valores en la sociedad así como; la tolerancia, el respeto, la empatía y la comprensión.

“Nos da también herramientas para en el futuro vivir una sociedad más, vivir en una sociedad más, no sé si la palabra podría ser tolerante.”

#### *Temáticas*

**Orientación Sexual** Se observa que los padres y madres de familia creen que la orientación sexual es un tema que sí debería abordarse pero cuando se llegue a la adolescencia, pues es más probable que en esta etapa del ciclo vital la persona ya haya evidenciado en su entorno próximo la diversidad de orientaciones.

“La orientación sexual me parece que es algo más ya de niños o adolescentes que puedan tener un concepto más amplio.”

**Métodos anticonceptivos** Para los padres y madres de familia, brindar información sobre los métodos anticonceptivos puede llevar a que los adolescentes inicien de manera temprana su actividad sexual pero que lo hagan con responsabilidad, tomando la decisión de protegerse con un preservativo u otro método de anticoncepción.

“Yo no pienso que es incentivar. . . las relaciones sexuales a temprana edad.”

**Embarazos adolescentes** Los padres y madres de familia afirman que la falta de educación sexual es una causa de los embarazos adolescentes y, en específico, a la falta de conocimientos relacionados al funcionamiento del cuerpo y aparición de deseos sexuales. Esto se considera como un prejuicio para los estudiantes, pues están privados de obtener conocimientos para la toma de decisiones informadas.

“Una de las razones por las cuales esta falta de educación después hay, no sé, embarazos jóvenes.”

**Masturbación** Los padres y madres de familia no establecen una relación entre la Educación Sexual Integral y la masturbación. Además, consideraron a esta última como una práctica que forma parte del desarrollo sexual normal de la persona. Aquello demuestra una concepción libre de estigmas al considerarse una acción natural propia de la sexualidad humana.

“Creo que eso es inherente al ser humano, no importa si hablan de ese tema o no.”



**Enfoque de género** Los padres consideran que enseñar el enfoque de género debe darse desde la adolescencia, y que esta puede brindar herramientas a los jóvenes para entender lo que sucede en la sociedad, y de esta manera llegar a ser más inclusivos y tolerantes. Sin embargo, se hace énfasis en la tolerancia de personas consideradas “diferentes”, lo cual evidencia la existencia de un estigma sexual (Barón et al., 2013). Esto se considera un aspecto negativo ya que evidencia que los padres presentan creencias arraigadas a la heteronormatividad. “Yo creo que el enfoque de género, o sea puede darse o puede desarrollarse en un ambiente, como te digo, más de repente en una etapa de la adolescencia.”

**Infecciones de Transmisión Sexual (ITS)** Los padres y madres de familia establecen que el contagio de infecciones de transmisión sexual parte de la falta de información que presentan los jóvenes, y que la ESI es una herramienta beneficiosa para que obtengan información, tomen precauciones y prevengan los contagios.

“El tema de las ETS, las enfermedades de transmisión sexual, me parece que son una de las primeras causas es el desconocimiento ¿no? O sea, el poder tener una cuestión con protección etcétera, eso eso ayuda muchísimo”

### 3.2.6 Conclusiones

- La ESI se debería implementar desde que los niños tienen una edad temprana, considerando el grado escolar en el que se encuentran. Esto de manera que se enseñen las temáticas gradualmente, tomando en cuenta su desarrollo sexual.
- Se considera que la ESI es beneficiosa, pues contribuye a reducir las conductas de riesgo, fomenta el desarrollo de valores en la sociedad y abre un espacio de reflexión para la erradicación de estigmas y tabúes relacionados a la sexualidad.
- Hay un desconocimiento de los padres y madres respecto a la implementación de la ESI en el contexto educativo.
- Existen distintas concepciones sobre lo que implica el programa de Educación Sexual Integral. En este sentido, algunos creen que engloba la enseñanza de contenidos biológicos y físicos, mientras que otros consideran que se limita a la diversidad sexual y de género.
- La educación sexual se encuentra relacionada a factores culturales y religiosos, lo cual impide brindar información objetiva y libre de sesgos.
- No se ha identificado la presencia de tabúes en torno a la sexualidad. Esto se establece debido a la apertura que tienen para hablar de los distintos temas que aborda el programa de ESI, como la masturbación y el inicio de relaciones sexuales en adolescentes.
- A pesar de que existe una actitud de tolerancia frente a las diversidades sexuales y de género, esto no implica que haya aceptación de los mismos. A partir de esto, se identifica un estigma sexual presente en los padres y madres de familia.
- Existe un desconocimiento respecto al enfoque de género, el cual obstaculiza el entendimiento de lo que incluye el programa de Educación Sexual Integral. Esto se debe a que se limita este concepto a la aceptación de personas que se identifican con otros géneros o que no son parte de la heteronormatividad.

### 3.2.7 Recomendaciones

- Se necesita informar a los padres sobre la importancia que conlleva una educación sexual para sus hijos, puesto que es fundamental para su desarrollo integral y formación como persona.
- Es necesario generar conciencia sobre la importancia de implementar la ESI en el contexto educativo, de manera que se busque el trabajo conjunto entre los docentes y los padres y



madres de familia. Ello para asegurar la transmisión de información relacionada a la sexualidad y velar por el bienestar de las futuras generaciones.

- Desarrollar un programa que tenga como objetivo informar a los padres de familia sobre la Educación Sexual Integral, incluyendo información sobre sus beneficios e importancia, las temáticas que aborda y cómo se implementa en el contexto educativo.
- Se recomienda que, para futuras investigaciones, se considere realizar una delimitación de los conceptos de estigma y tabúes, realizando investigaciones que consideren de manera independiente cada una de estas temáticas. De esta manera, podrá haber una mayor comprensión de estos al momento de investigar e identificar cada uno.
- Se recomienda realizar un estudio comparativo en el cual se pueda recopilar mayor información sobre las percepciones de los padres y madres, teniendo en cuenta las diferencias generacionales. Esto con el objetivo de complementar el análisis realizado por esta investigación e identificar si la edad es un factor que influye en la apertura a hablar sobre temas relacionados a la sexualidad.



## Referencias

- Badilla Fallas, L., Carvajal Pérez, L., García Brenes, V., Solís Segura, D., Ugalde Valverde, T., Zamora Bolaños, K., & Solórzano Salas, J. (2018). Abordaje educativo de la sexualidad en estudiantes con discapacidad intelectual en una institución de educación secundaria costarricense. *Actualidades Investigativas en Educación*, 18(3), 116-146. <https://dx.doi.org/10.15517/aie.v18i3.34400>
- Barón, S., Cascone, M., & Martínez, C. (2013). Estigma del sistema de género: aprendizaje de los modelos normativos, bullying y estrategias de resiliencia. *Política y Sociedad*, 50(3), 837-864. <https://pdfs.semanticscholar.org/d38a/1803e44c0b761c3d35ac3d298f02c82a3a78.pdf>
- Council of Europe Portal. (2022). *Sexuality*. <https://www.coe.int/en/web/gender-matters/sexuality>
- Fondo de Población de las Naciones Unidas [UNFPA]. (13 de septiembre de 2021). *Educación Sexual Integral*. <https://www.unfpa.org/es/educaci%C3%B3n-sexual-integralreadmore-expand>
- Garduño, V. (10 de octubre de 2018). *Educación sexual: una polémica persistente*. Instituto Nacional Para La Evaluación de La Educación. <https://historico.mejoredu.gob.mx/educacion-sexual-una-polemica-persistente/>
- Gibbs, G. (2012). *El análisis de datos cualitativos en investigación cualitativa*. Madrid Morata D.L.
- Hernandez, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill Education.
- Izcara, P. (2007). *Introducción al muestreo*. Universidad Autónoma de Tamaulipas.
- Lawson, P. (2022, 22 de enero). *Parental Perception Of Sex Education And Effective Teaching Of Sex Education In Primary Schools*. Online Project.
- Librach, S. L., & Moynihan, T. J. (2011). Sexuality. En L.L. Emanuel and S.L. Librach (Eds.). *Paliative Care. Core Skills and Clinical Competencies* (2nd edition) (pp. 186-195). Alpharetta, USA. Elsevier . DOI: <https://doi.org/10.1016/B978-1-4377-1619-1.00014-7>.
- López, D. (2021). *Recogen firmas para frenar guía de educación sexual no avalada por padres de familia*. Aciprensa.
- Ministerio de Educación [MINEDU]. (2021). *Guía para implementar la educación sexual integral: Recurso educativo dirigido a docentes de Educación Básica Regular*. <https://repositorio.minedu.gob.pe/handle/20.500.12799/7640>
- Motta, A., Keogh, S., Prada, E., Nuñez, A., Konda, K., Stillman, M., & Cáceres, C. (2017). *De la Normativa a la Práctica: la Política de Educación Sexual y su Implementación en el Perú*. [https://www.gutmacher.org/sites/default/files/report\\_pdf/de-la-normativa-a-la-practica-educacion-sexual-peru.pdf](https://www.gutmacher.org/sites/default/files/report_pdf/de-la-normativa-a-la-practica-educacion-sexual-peru.pdf)
- Offiong, E., Felicia, L., Rita, B., Glory, N., Francis, O., Bassey, U., John, T., Mary, I., Winifred, I., & Joan, I. (2018). Sexuality education and its impact on the reduction of teenage pregnancy among students in public secondary schools in Calabar South local government area of Cross River State, Nigeria. *Palgo Journal of Medicine and Medical Science*, 5(5), 104-109. <https://palgojournals.org/PJMMS/PDF/2018PDF/October/Eze>
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2018, 14 de marzo). *International technical guidance on sexuality education*. <https://www.who.int/publications/m/item/9789231002595>
- Rabbitte, M., & Enriquez, M. (2018). The Role of Policy on Sexual Health Education in Schools: Review. *The Journal of School Nursing*, 35(1), 27-38. <https://doi.org/10.1177/1059840518789240>
- Rakhmawati, E., Hadjam, N., Aditya, D., & Yunita, A. (2020). Roles of family in introducing early sexual education to children. *Advance in Social Science, Education and Humanities Research*,



- 530, 290-296. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.210423.042>
- Rouhparvar, Z., Javadnoori, M., & Shahali, S. (2022). Parents' approaches to sexuality education of their adolescent boys: a qualitative study in Ahvaz, Iran. *Reproductive health*, 19(1), 69. <https://doi.org/10.1186/s12978-022-01367-0>
- Trujillo, C., Naranjo, M., Lomas, K., & Merlo, M. (2019). *Investigación Cualitativa. Editorial Universidad Técnica del Norte*.
- United Nations Educational Scientific and Cultural Organization [UNESCO]. (2018). *International technical guidance on sexuality education*.
- Vásquez, X. (2021). *La ineficiente educación sexual en el Perú que genera un alto índice de enfermedades de transmisión sexual en adolescentes de Lima Metropolitana* [Trabajo de investigación para optar el Grado Académico de Bachiller en Arte y Diseño Empresarial, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio institucional de la Universidad San Ignacio de Loyola. <https://repositorio.usil.edu.pe/items/b5289b2d-d174-4983-9cef-307b95c18ff5>



## 4. Procesos cognitivos y afectivos



### 4.1 Tiempo de uso de pantalla e inteligencia en niños

#### Resumen

Hoy en día es muy frecuente la presencia y uso de dispositivos basados en pantallas en los hogares y más aún por la reciente pandemia por el coronavirus. En la actualidad, los niños se asocian al uso de pantallas a edades más tempranas que antes; así también, la cantidad de niños que tienen acceso y manipulan estas nuevas tecnologías ha incrementado en los últimos años. Igualmente, la generación millennial se ha estancado en el efecto Flynn; es decir, en la subida continua de las puntuaciones de cociente intelectual debido a diversos factores. Es por ello que el objetivo de la investigación es determinar si existe una relación entre el uso de tiempo de pantallas y la inteligencia, específicamente en niños de 6 a 8 años. Este estudio tiene un diseño no experimental de tipo transversal correlacional cuya selección de participantes emplea el tipo de muestreo probabilístico. La muestra será conformada por 138 niños que se encuentren cursando primer, segundo y tercer grado de primaria en cinco colegios distintos de Lima Metropolitana. Para la medición de la variable “Tiempo de uso de pantallas”, se usará la prueba Zero to Eight: Children’s Media Use in America, la cual es una encuesta que se aplica a padres para entender los patrones de uso de las TIC por los niños en los EEUU; y, para la variable “Inteligencia” se usará la Escala de inteligencia de Wechsler para niños (WISC IV).

- Palabras clave: inteligencia, uso de pantallas, desarrollo, niñez

### 4.1.1 Introducción

En la actualidad, los dispositivos basados en pantallas forman parte de la vida cotidiana de las personas; y, para la generación Z y los nativos digitales, la evolución exponencial de las pantallas y los medios audiovisuales han facilitado su consumo y acceso (Gavoto et al., 2020). Hoy en día, los niños se asocian al uso de pantallas a edades más tempranas que antes, además de que la cantidad de niños que tienen acceso y manipulan estos dispositivos y tecnologías digitales ha incrementado considerablemente en los últimos años (Villadiego Lora & González Espitia, 2022). Desde inicios del siglo XXI, se ha registrado gran posesión de pantallas y dispositivos en los hogares independientemente de las clases sociales; factores como su portabilidad o el entretenimiento que ofrecen hacen que estos aparatos sean tan atractivos y de uso tan constante (Gavoto et al., 2020; Waisman et al., 2017).

Se registra que el dispositivo más utilizado, y de mayor prevalencia en los hogares es la televisión, la cual usan desde antes de los 2 años; hacia los 4 años, los niños utilizan este mismo dispositivo junto con otras pantallas (principalmente celulares inteligentes, tablets o computadoras) gran parte del tiempo, dejando en segundo plano la actividad física, recreación al aire libre o incluso la calidad de sueño (Waisman et al., 2017). Sumado a esto, la pandemia del coronavirus y el confinamiento han contribuido a que el tiempo que los niños son expuestos a dispositivos basados en pantallas aumente, siendo ejemplos de esto el aumento en visualización de televisión; el mayor uso de redes sociales y videojuegos; y, el incremento en el uso que los niños le han dado a las TIC para la realización de tareas académicas, investigaciones o asistencia a clases virtuales, factores que debido a la crisis sanitaria forman parte de la realidad de la generación actual (Gavoto et al., 2020; Villadiego Lora & González Espitia, 2022).

En relación a la inteligencia, en generaciones pasadas se podía observar el efecto Flynn en las puntuaciones de CI que denotan inteligencia. Este efecto implica la tendencia paulatina de dichas puntuaciones a aumentar con el tiempo, lo que suponía un aumento en el coeficiente intelectual de las nuevas generaciones. No obstante, con la generación millennial se ha dado un estancamiento en esta tendencia; es decir, un efecto meseta (Rossi-Casé et al., 2018). Específicamente, un estudio que utiliza el Test de Inteligencia de Terman y Merrill para comparar el coeficiente intelectual de la generación X con la generación millennial, concluyó que esta última tuvo un desempeño inferior respecto a la generación X, es decir, un coeficiente intelectual más bajo, confirmando que el efecto Flynn viene desapareciendo en la actualidad (Valencia Alave & Sabina Bolivar, 2019). Según Rossi et al. (2019), la desaceleración e incluso estancamiento de los puntajes directos que denotan un determinado nivel de coeficiente intelectual es innegable y complicado de explicar; sin embargo, la diferencia significativa entre generaciones se puede deber a factores como características culturales, nivel socioeconómico o de estudios, factores de salud, ambiente familiar, etc. (Valencia Alave & Sabina Bolivar, 2019).

La realización de este trabajo busca comprender la etapa de la infancia en donde los niños tienen mayor influencia de varios factores externos, ya que es durante este tiempo que se desarrollan la inteligencia y los procesos cognitivos, como la memoria, el pensamiento o el razonamiento (Rebollo Muñoz, 2020). En la literatura se ha señalado que el 83,1 % de los escolares se encuentran frente a

<sup>1</sup>Trabajo de investigación para la asignatura Metodología de la Investigación Cuantitativa revisado por el (la) profesor(a) Isabel Molla Salas.

<sup>2</sup>Autores: Jose Andrés Aguacando Maguiña, Estrella Yairé Katuska Sandoval De Armero, Luz Camila Dionisio Gutierrez y Ariana Anette Ruiz Delgado



una pantalla durante más horas de lo recomendado, ocasionando alteraciones del sueño en niños y adolescentes. La exposición prolongada a las pantallas, alrededor de ocho horas diarias, es un fenómeno de gran relevancia para la sociedad científica. La evidencia apunta a que los niños son más vulnerables que los adultos a la emisión de luz, lo cual puede alterar el ciclo de sueño con mayor facilidad debido a la reducida secreción de melatonina. Las consecuencias de la prolongada exposición pueden observarse a nivel físico, emocional, psicomotor, neurocognitivo y académico; por ejemplo, al mostrar menor asistencia, baja atención en clases, disminución de la memoria y disminución del rendimiento (Zapata-Lamana et al., 2021). La relevancia de la investigación se encuentra en su aporte a la literatura debido a que los estudios acerca del tema recalcan que un uso excesivo del uso de pantallas evidencia desventajas en distintos ámbitos de la vida del menor entre ellas la inteligencia.

#### 4.1.2 Marco Teórico

Con respecto al tiempo de uso de pantallas, en una investigación realizada por Álvarez Cadena et al. (2020) corroboró que el 74 % de los niños de su muestra empezaron a ver televisión antes de los dos años de edad lo cual es contraproducente según la Academia Americana de Pediatría. Sin embargo, según Gavoto et al. (2020), hay una probabilidad de que las conductas del aumento del consumo de pantallas haya sido causado por la situación actual del aislamiento social por la pandemia del COVID-19.

En cuanto a los dispositivos electrónicos, estos ofrecen tanto beneficios como riesgos para la salud en el desarrollo en la niñez. En España se estudió una muestra de educación primaria de Cataluña y de las Islas Baleares, en el que participaron 711 alumnos, entre 6 y 13 años (Badia Martín et al., 2015). Los resultados mostraron que el número de horas de televisión puede afectar en el rendimiento en matemáticas; sin embargo, el uso correcto de videojuegos puede ser beneficioso en esta misma área (Badia Martín et al., 2015). Del mismo modo, varios autores señalan que el uso de videojuegos favorece la lógica, la espontaneidad, el razonamiento y la originalidad; y podría representar una importante herramienta educativa debido a que estimulan la capacidad lógica, desarrollo de estrategias, resolución de problemas, perseverancia y tolerancia al fracaso. Asimismo, constituyen una interesante introducción al uso de la informática y nuevas tecnologías (Badia Martín et al., 2015).

No obstante, es bien sabido que el avance tecnológico y el uso excesivo de pantallas repercute en conductas y comportamientos no saludables, y que contribuye a que la salud física, psicológica, social y cognitiva se vea afectada sobre todo en la población infantil (Villadiego Lora & González Espitia, 2022). Los riesgos cognitivos son los posibles trastornos de sueño, atención, depresión, aprendizaje, hiperactividad, cambios de conducta, etc. Otros efectos adversos son fatiga visual, miopía, reducción del campo visual y problemas oculares debido a la continua exposición a la luz azul y violeta (Mendieta Pineda, 2017). Conforme con un estudio realizado en Chile en el 2021, los escolares entre 11 a 13 años, pasan entre 6,1 a 5,3 horas frente a una pantalla diariamente (Zapata-Lamana et al., 2021). Los resultados de dicha investigación arrojaron que los escolares que pasan mayor cantidad de tiempo frente a una pantalla, presentaron notas más bajas en matemáticas, lenguaje, educación física y su promedio en general (Zapata-Lamana et al., 2021). Así mismo, se perciben con menos memoria, más lentos para resolver problemas matemáticos, dificultades para prestar atención y resolver tareas complejas. Por lo que se concluyó que el uso de pantallas se asocia negativamente con el rendimiento académico y conductas asociadas a la cognición (Zapata et al., 2021). Siguiendo con la misma línea, hay estudios que demuestran que cuanto mayor es el tiempo de



exposición a pantallas, se disminuyen los dominios de habilidades interpersonales y comunicativas, así como limita el desarrollo del lenguaje verbal y no verbal (Villadiego Lora & Gonzáles Espitia, 2022).

El concepto de inteligencia a lo largo de su estudio comprende varias definiciones a partir de distintos autores y múltiples teorías. Wechsler (2005), definió la inteligencia como una capacidad global del individuo para actuar con un fin, pensar racional y efectivamente. Esta capacidad se relaciona a la planificación, la impulsividad, la persistencia, entre otras variables (Hauser & Labin, 2018). Las escalas Wechsler (2005) en sus últimas versiones (WAIS-III, WISC IV) plantean una serie de escalas que buscan representar una estructura interna que cuenta con un factor de inteligencia general y cuatro factores de segundo orden: comprensión verbal, razonamiento perceptivo, memoria operativa y velocidad de procesamiento (Pérez, 2018).

Pese a que no se encontró información que vincule de manera directa las variables mencionadas, si se halló con otras muy similares que involucran las cuatro dimensiones de la inteligencia según el WISC IV: la comprensión verbal, el razonamiento perceptivo, la memoria operativa y la velocidad de procesamiento. Así mismo, también se encontró en relación con los procesos cognitivos y desarrollo intelectual. Se concluye en los últimos años que debido al avance tecnológico y al cambio generacional, los niños están expuestos a las pantallas, como el televisor, computadoras, celulares, tablets, etc. Por lo tanto, hay efectos negativos en la salud de los niños, a nivel físico, social y cognitivo, sobre todo en relación con la inteligencia, evidenciadas en las investigaciones mencionadas en el marco teórico de la presente investigación.

#### 4.1.3 Objetivos, hipótesis y definición de variables

El objetivo de la investigación es determinar si existe una relación entre el uso de tiempo de pantallas y la inteligencia, específicamente en niños de 6 a 8 años. El supuesto es que existe una relación entre el tiempo de uso de pantallas y la inteligencia en niños de 6 a 8 años.

**Definición. *Uso de pantallas:***

El tiempo de uso de pantallas es definido según Villadiego Lora y González Espitia (2022), como el tiempo dedicado a utilizar dispositivos basados en pantallas (como televisores y computadoras) o pantallas táctiles (celulares inteligentes, tablets, etc.). Para medir el tiempo en pantalla se utilizará la prueba Zero to Eight.

**Definición. *Inteligencia:***

La inteligencia se define como la capacidad cognitiva agregada de todo ser humano, esta permite que se pueda actuar con un propósito, a pensar racionalmente y así desarrollarse con eficacia en el ambiente (Wechsler, como se cita en Fundora Valdés, 2013).

#### 4.1.4 Método

*Tipo y diseño de investigación*

El estudio tiene un diseño no experimental, puesto que el investigador no manipula ninguna variable y solo se centra en observar cómo se comportan ciertos fenómenos en una situación, ver las consecuencias o efectos que producen estas variables (Agudelo Viana, et al., 2008). Asimismo, es de tipo transversal correlacional, ya que recolecta datos, describe variables (uso de pantallas e



inteligencia) y analiza su repercusión en un tiempo específico, además de buscar establecer una relación entre ambas en un momento determinado (Hernández et al., 2014).

#### *Participantes*

Para seleccionar a los participantes de este estudio se emplea el tipo de muestreo probabilístico por conglomerados, ya que prevalecen los grupos formados naturalmente en la población, como los son los colegios en los niños, para realizar una elección aleatoria y la data ofrecida por el INEI. La muestra será conformada por 138 niños que se encuentren cursando primer, segundo y tercer grado de primaria en cinco colegios distintos de Lima Metropolitana; se seleccionaron al azar nueve niños de cada grado, un total de 27 niños por colegio. Para determinar el tamaño de la muestra se utilizó el programa G-Power, se aplicó el test family exacto con el criterio de dos colas, a la vez se aplicó un valor de 0.05, esto significa que la probabilidad de obtener un falso positivo se reduce al 95 %, y un tamaño de efecto de 0.3. En cuanto a los criterios a tomar en consideración para la selección de participantes, se halla como criterio de inclusión a los participantes que cuentan con un mínimo de dos dispositivos basados en pantallas, ya sea celulares, televisores, tabletas, videojuegos o computadoras; y como criterios de exclusión se excluirá a los niños que padecen algún déficit diagnosticado en su desarrollo cognitivo y que supongan un problema de aprendizaje.

#### *Instrumentos*

- *Inteligencia*: Se usará la Escala de inteligencia de Wechsler para niños (WISC IV), esta fue creada en 2003 por David Wechsler, sin embargo la adaptación al español se dió en el año 2005. Este instrumento neuropsicológico está dirigido a niños y adolescentes de edades comprendidas entre 6 años 0 meses y 16 años 11 meses, esta prueba es una de los más utilizados tanto en contextos educativos, clínicos o en general, en todas aquellas situaciones en donde se evalúe la inteligencia de niños y adolescentes (Wechsler, 2005). Según Flanagan y Kaufman (2009), el instrumento está conformado por 10 test principales y 5 opcionales que involucran las dimensiones de la comprensión verbal, el razonamiento perceptivo, la memoria operativa y la velocidad de procesamiento. En cuanto a la fiabilidad y validez del instrumento, este ha sido estudiado tanto en EE.UU y España como en Argentina. En estos estudios se mostraron evidencias satisfactorias de las propiedades psicométricas de sus puntajes. De modo particular, se pudo observar coeficientes de consistencia interna entre .79 y .90; y de estabilidad entre .77 y .86 (Muchiut et al., 2021).
- *Tiempo de uso de pantallas*: se usará la prueba *Zero to Eight: Children's Media Use in America*, esta es una encuesta que se aplica a padres de niños estadounidenses de cero a ocho años para entender los patrones de uso de las TIC por los niños en los EEUU; además de permitir clasificar los datos obtenidos por raza, género o nivel socioeconómico. Su autora es Victoria Rideout y fue publicada en el año 2011 por la organización Common Sense Media. La prueba consta de 20 preguntas mediante las cuales se busca determinar qué dispositivos tienen las familias en sus hogares, el tiempo que los niños pasan haciendo uso de estos dispositivos, cuántos niños tienen acceso a nuevas tecnologías, a qué edad empiezan a utilizar este tipo de dispositivos, qué uso les dan, etc. Los ítems de la encuesta presentan alternativas de respuesta tipo Likert. Debido a que la prueba Zero to Eight es una encuesta que pretende indagar acerca del uso de las TICs y no es una prueba psicométrica, no se aplican evidencias de confiabilidad y validez.



*Procedimiento de recolección de datos*

En primer lugar, se realizará una traducción de la prueba Zero to Eight del inglés al español, esta será evaluada por un grupo de expertos relacionados al uso de la TICs y con dominio completo del idioma inglés. Respecto a los puntajes señalados por los jueces, se utilizará el coeficiente de la V de Aiken para cuantificar el grado en que cada ítem traducido resulte relevante para la evaluación del tiempo de uso de dispositivos basados en pantallas de los niños y qué tipos de dispositivos se encuentran con mayor frecuencia en los hogares. En segundo lugar, se enviará una solicitud de permiso al comité de ética de la Universidad de Lima, a la vez se adjuntará una copia de los instrumentos que hemos planteado utilizar. Esto con el objetivo de que el comité pueda revisar y verificar nuestra propuesta. Luego de haber pasado los filtros correspondientes, se verificará que los participantes cumplan con los requisitos de inclusión. Posteriormente se reclutará a todos los padres de los participantes, para explicar y aclarar sus dudas con respecto a la investigación. Posterior a esto, luego de que los padres estén de acuerdo con la participación de sus menores hijos y también la suya para la prueba Zero to Eight, se les leerá el consentimiento informado y procederán a firmarlos. Finalmente, el día de la aplicación de las pruebas se esperará a los participantes dentro de la instalación correspondiente en la Universidad de Lima. Se les dará 1 hora y 30 minutos para la primera prueba (WAIS-IV) y 1 hora para la segunda prueba (*Zero to Eight*). Asimismo, se les hará recordar a los participantes que sus datos se mantendrán confidenciales para el estudio.



## Referencias

- Agudelo Viana, G., Aigner Aburto, J. M., & Ruiz Restrepo, J. (2008). Diseños de investigación experimental y no-experimental. *La Sociología en sus Escenarios*, 18, 1–46.
- Álvarez Cadena, K. A., Pilamunga Asacata, D. E., Mora Alvarado, K. G., & Naranjo Kean Chong, M. K. (2020). Tiempo en pantalla (televisión, computadora, celular, tabletas) en las relaciones interpersonales entre niños de 8 a 12 años. *Horizontes. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 4(15), 258-266.
- Badia Martín, M. M., Clariana Muntada, M., Gotzens Busquets, C., Cladellas Pros, R., & Dezcallar Sáez, T. (2015). Videojuegos, televisión y rendimiento académico en alumnos de primaria. *Pixel-Bit. Revista de Medios y Educación*, 46, 25-38.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=36832959003>
- Flanagan, D. P., y Kaufman, A. S. (2009). *Claves para la evaluación con WISC-IV*. Editorial El Manual Moderno.
- Fundora Valdés, E. A. (2013). *Adaptación y validación de la Escala Verbal del Test de Inteligencia Wechsler (WISC) en una población cubana* [Trabajo de diploma, Universidad Central Marta Abreu de las Villas]. Repositorio institucional de la Universidad Central Marta Abreu de las Villas. <https://dspace.uclv.edu.cu/handle/123456789/169>
- Gavoto, L., Terceiro, D., & Terrasa, S. A. (2020). Pantallas, niños y confinamiento en pandemia: ¿debemos limitar su exposición?. *Evidencia, Actualización en la Práctica Ambulatoria*, 23(4). <https://doi.org/10.51987/evidencia.v23i4.6897>
- Hauser, M. P., & Labin, M. (2018). Evaluación cognitiva de niños: un estudio comparativo en San Luis, Argentina. *Revista Costarricense de Psicología*, 37(1), 27-40.  
<http://dx.doi.org/10.22544/rcps.v37i01.02>
- Hernández, S., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación*. McGraw Hill.
- Mendieta Pineda, Z. L. (2017). *Efectos adversos en el desarrollo visual y cognitivo en niños menores de 3 años relacionados con el tiempo excesivo de uso de pantallas digitales* [Tesis de grado, Universidad De La Salle]. Repositorio Institucional de la Universidad de la Salle. <https://ciencia.lasalle.edu.co/optometria/9/>
- Muchiut, Á. F., Vaccaro, P., Pietto, M. L., & Dri, C. A. (2021). Implicancias sobre la Adaptación de la Escala de Inteligencia para Niños de Wechsler IV (WISC-IV) en Argentina. Corrección de WISC-IV según diferentes baremos argentinos. *Revista Costarricense de Psicología*, 40(2), 187-214. <https://www.scielo.sa.cr/pdf/rcp/v40n2/1659-2913-rcp-40-02-187.pdf>
- Pérez, R. (2018). La Medición de la Inteligencia y las Aptitudes en la Identificación del Talento. *Anuario de investigaciones*, 3(3), 359-368.  
<https://revistas.unc.edu.ar/index.php/aifp/article/view/20741/20370>
- Rebollo Muñoz, M. D. P. (2020). *¿Influye en el desarrollo infantil, el tiempo de pantalla frente a los dispositivos electrónicos?*. [Trabajo de fin de grado, Universidad de las Illes Balears]. Repositorio Institucional de la Universidad de las Illes Balears.  
<http://hdl.handle.net/11201/153082>
- Rossi-Casé, L., Doná, S., Biganzoli, B., & Garzaniti, R. (2019). Evaluando a los Millennials. Apreciaciones sobre la inteligencia a partir del Test de Raven. *Perspectivas en psicología*, 16(1), 14-25.
- Rossi-Casé, L., Doná, S. M., Garzaniti, R., Biganzoli, B., & Llanos Barja, C. (2018). La inteligencia a través de las generaciones: Millennials y centennials. *Actas de investigación psicológica*, 8(2), 90-100. <https://doi.org/10.22201/fpsi.20074719e.2018.2.08>



- Valencia Alave, M. R., & Sabina Bolivar, M. K. (2019). *Coeficiente intelectual en grupos generacionales X y millenials, postulantes a una entidad bancaria de la ciudad de Arequipa, 2018* [Tesis de titulación, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa]. Repositorio institucional de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/8817>
- Villadiego Lora, J., & González Espitia, Z. (2022). *Tiempo de pantalla en niños de 5 a 12 años*. [Trabajo de grado, Universidad de Córdoba]. Repositorio Institucional de la Universidad de Córdoba. <https://repositorio.unicordoba.edu.co/handle/ucordoba/5119>
- Waisman, I., Hidalgo, E., & Rossi, M. L. (2017). Uso de pantallas en niños pequeños en una ciudad de Argentina. *Archivos argentinos de pediatría*, 116(2), 187-195. <http://dx.doi.org/10.5546/aap.2018.e186>
- Wechsler, D. (2005). *WISC-IV*. Tea. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/cpsi/v1n1/v1n1a10.pdf>
- Zapata-Lamana, R., Ibarra-Mora, J., Henriquez-Beltrán, M., Sepúlveda-Martin, S., Martínez-González, L., & Cigarroa, I. (2021). Aumento de horas de pantalla se asocia con un bajo rendimiento escolar. *Andes pediátrica*, 92(4), 565-575. <https://dx.doi.org/10.32641/andespediatr.v92i4.3317>



## 4.2 Impacto del sueño nocturno sobre la memoria de trabajo

### Resumen

El sueño nocturno y la memoria de trabajo son dos conceptos importantes en el funcionamiento de la conducta humana, sobre todo para los estudiantes universitarios, quienes necesitan de dicha memoria para retener información simultánea; y que, por otro lado, suelen tener malos hábitos de sueño. Sin embargo, la forma en que se relacionan ambas variables no está demasiado presente en la literatura publicada. Es por ello que en dicha investigación se analiza si una menor duración del sueño nocturno ocasiona un menor desempeño de la memoria de trabajo de estudiantes universitarios de 18 a 25 años. Se espera que, en efecto, esta tenga una influencia negativa. La muestra es de 216 estudiantes universitarios de pregrado limeños de 18 a 25 años. Esta es dividida aleatoriamente en cuatro condiciones: 2 horas de sueño, 4 horas, 6 horas y 8 horas (cada condición consta de dos grupos). Se tomarán los datos de un grupo de cada condición con las pruebas de Dígitos y Aritmética del WAIS-IV. Luego, se colocarán a la muestra en ambientes distintos una noche (de modo que duerman las horas respectivas). Mientras van despertando en el horario indicado, pasan a otro ambiente donde, después de 15 minutos de adaptación, se recopilará en toda la muestra la información mediante el uso de los instrumentos mencionados. Finalmente, se analizarán los datos para determinar el cambio tras la manipulación de la variable independiente y descubrir si algún grupo tuvo mayor diferencia en su desempeño y hallar cuál.

- Palabras clave: memoria, sueño, desarrollo, procesos cognitivos

### 4.2.1 Introducción

La privación crónica del sueño autoimpuesta es un rasgo característico de las sociedades posmodernas por los hábitos, creencias y prácticas sociales que estas mantienen. Las personas, en su mayoría, los toman como base para llevar estilos de vida con pobre higiene y calidad del sueño (de la Portilla et al., 2019). Actualmente, y a nivel global, se advierte que existe un sector de la población que está más predispuesto a esta problemática: los jóvenes universitarios, ya que duermen una cantidad reducida de horas al compararlos con la población general, padecen problemas de sueño con mayor prevalencia (Ortíz Aquino, 2021). Las instituciones técnicas superiores representan una opción de desarrollo profesional, social y laboral para los adultos jóvenes, así pues, la alteración de hábitos de sueño en los estudiantes universitarios funciona como una solución adaptativa en respuesta a las múltiples exigencias académicas, sociales y laborales, propias de su formación profesional (de la Portilla et al., 2019). Aquello ocurre a pesar de que se conoce que la privación del sueño puede afectar el cumplimiento de funciones fisiológicas fundamentales y, por ende, comprometer su biología con diversos efectos nocivos que incluyen la fatiga, somnolencia diurna y rendimiento neurocognitivo reducido (Ortíz Aquino, 2021). La privación del sueño puede perjudicar también distintos procesos cognitivos, como la atención, la memoria, la velocidad de procesamiento, la capacidad de codificación y reacción, la fluidez verbal, entre otros (de la Portilla et al., 2019).

<sup>1</sup>Trabajo de investigación para la asignatura Metodología de la Investigación Cuantitativa revisado por el (la) profesor(a) Manuel Cueva.

<sup>2</sup>Autores: Melanie Arévalo Vera Tudela, Natalie Brenzan Steinmann, Raffaella Lertora Rodríguez y Alexandra Taboada Gamio



En relación con el presente trabajo, resulta de interés profundizar en la influencia negativa de la duración del sueño sobre la memoria de trabajo. La memoria de trabajo se concibe como un mecanismo de almacenamiento temporal y de corta duración, aproximadamente entre 10 a 15 segundos, que permite retener algunos datos de información simultáneamente en la mente, para compararlos, contrastarlos o relacionarlos entre sí. Su rol en el proceso de aprendizaje es insustituible porque se encarga de manipular la información necesaria para los procesos cognitivos de alta complejidad (Etchepareborda & Abad-Mas, como se cita en Zapata Piña, 2018), permitiendo realizar actividades como razonar, resolver problemas, comprender información verbal y no verbal o leer (Medina Ferreira, 2020). Del mismo modo, el nivel de exigencia de los actuales modelos educativos, a pesar de las diferencias que existen entre el contenido, enfoque y metodología de las carreras, requieren el uso óptimo de sus funciones cognitivas complejas. Así pues, los estudiantes al desvelarse cumpliendo deberes académicos en un intento por mejorar sus calificaciones, no obtendrán los resultados esperados si la privación del sueño perjudica el desempeño de la memoria de trabajo. Por lo tanto, solo estarán incidiendo en la problemática, creando así un círculo vicioso (Zapata Piña, 2018).

Encontramos relevante investigar en esta problemática porque existe un vacío de conocimiento en las investigaciones ligadas al sueño. Por ello, se recomienda en Cristóbal Velásquez (2019) y Proaño Grijalva (2021) continuar los estudios en esta línea de investigación, donde se considera al sueño como un factor de influencia en el aprendizaje y en la salud, generalmente. Además, este estudio permitirá determinar si una menor duración del sueño nocturno ocasiona un menor desempeño de la memoria de trabajo de estudiantes universitarios de 18 a 25 años. En este sentido, presenta un beneficio indirecto a la población estudiada, ya que a través de sus resultados, podrían informarse e interiorizar dicha información, lo que promovería en los estudiantes universitarios el ser más conscientes en relación a sus hábitos de sueño y que puedan tomar las medidas necesarias para impedir un deterioro mayor en su memoria de trabajo, evitando, a su vez, un efecto negativo en el desempeño de sus funciones cotidianas, tanto académicas como personales.

Es por todo lo anteriormente expuesto que se plantea la siguiente pregunta de investigación: ¿Una menor duración del sueño nocturno ocasiona un menor desempeño de la memoria de trabajo de estudiantes universitarios de 18 a 25 años?

#### 4.2.2 Marco Teórico

Según American Psychological Association (APA, 2020), el sueño es un estado circadiano caracterizado por una inhibición total o parcial de las funciones sensoriales, musculares y de la conciencia. Sus funciones principales abarcan la adaptación del individuo al entorno y la recuperación de energía acorde a la homeostasis, que implica la liberación de distintas hormonas (Acosta, 2019).

##### *Bases teóricas del sueño*

- *Fases (REM y No REM):* El sueño tiene dos componentes principales. El primero es el sueño de ondas lentas o no REM, dividido en cuatro etapas: inicia con el sueño de transición, durante el cual el sujeto se desconecta gradualmente mientras cambia su actividad cerebral alfa a ondas theta. Luego, en el sueño ligero, los músculos se relajan y la actividad eléctrica cerebral. En la tercera y cuarta etapa, pertenecientes al sueño profundo, ocurre una sensación de descanso y reparación, pues la actividad electromagnética presenta más ondas lentas. El segundo componente es el sueño de movimientos oculares rápidos (sueño REM), donde el sujeto sueña con mayor lógica y la actividad electromagnética vuelve a ser parecida a la de la primera fase (Benavides-Endara & Ramos-Galarza, 2019).



- *Relación del sueño con las actividades neurofisiológicas*: Las horas de sueño influyen en la eficacia del sistema inmunitario, la vigilia, la regulación de la temperatura corporal y del sistema cardiovascular, el rendimiento cognitivo y el metabolismo. Asimismo, son determinantes para la consolidación de la memoria, el funcionamiento al día siguiente, la capacidad de atención y la regulación emocional (Benavides-Endara & Ramos-Galarza, 2019).
- *Importancia del sueño nocturno y sueños reparadores*: El “sueño reparador” se entiende como aquel sueño ininterrumpido y profundo, dentro del cual sucede un proceso de reparación de los tejidos musculares; ocurre en el tercer y cuarto estadio del sueño delta (Rosso et al., 2020). Los estudiantes requieren de 8 a 10 horas de sueño reparador para rendir adecuadamente.

#### *Posibles causas de una mala calidad de sueño*

- *Alteraciones psiquiátricas*: La depresión altera con frecuencia el sueño, debido a que aumenta su tiempo de latencia. Asimismo, los trastornos de ansiedad así como diversos cuadros psicóticos pueden dar lugar tanto a hipersomnia como al insomnio. Finalmente, otras alteraciones como el estrés también afectan el sueño (Aguilar et al., 2019).
- *Alteraciones neurológicas o médicas*: El insomnio consiste en un sueño de duración y calidad insuficiente (Correa Mira & Gómez Giraldo, 2018). La somnolencia diurna excesiva se basa en quedarse dormido durante las horas normales de vigilia. La persona que lo padece tiene un fuerte impulso para dormir con frecuencia y no puede controlarlo (Moreno et al., 2020). Finalmente, los trastornos del ritmo circadiano son síndromes de retraso en la fase del sueño, caracterizados por la dificultad para conciliar el sueño y despertar por las mañanas, lo que provoca cansancio al atardecer-anocheecer y desequilibrio de horarios de sueño (Lira & Custodio, 2018).

Según Baddeley, la memoria de trabajo es un mecanismo de almacenamiento temporal que guarda información pertinente para ejecutar correctamente las tareas cognitivas. Su función consiste en mantener y manipular una cantidad limitada de información por un periodo corto de tiempo (como se cita en Medina Ferreira, 2020).

#### *Bases teóricas de la Memoria de Trabajo*

- *Componentes*: según el Modelo Multicomponente de Baddeley y Hitch, dicho concepto se entiende como un sistema formado por tres componentes: bucle fonológico, agenda viso-espacial y ejecutivo central. Este último es un sistema de toma de decisiones y control voluntario, que actúa como moderador de los otros dos sistemas mencionados y tiene como funciones coordinar dos tareas independientes, alternar entre ellas, atender selectivamente cierta información e inhibir datos irrelevantes, como también recuperar información de la memoria a largo plazo. El bucle fonológico, se encarga de almacenar, mantener activa y manipular la información lingüística proveniente de inputs externos o internos. Por último, la agenda viso-espacial tiene como fin la elaboración y manipulación de información espacial o visual, proveniente tanto de la percepción externa como de la mente (Escudero Cabarcas & Pineda Alhucema, 2017).
- *Factores que afectan la Memoria de Trabajo*: La memoria de trabajo se ve particularmente afectada por los trastornos del neurodesarrollo, los trastornos del aprendizaje y del lenguaje, como también a causa de los trastornos neurodegenerativos y los diferentes tipos de demencia (Escudero Cabarcas & Pineda Alhucema, 2017). Asimismo, resulta afectada por algunos trastornos psiquiátricos y por factores como la privación del sueño (Escudero Cabarcas



& Pineda Alhucema, 2017; Proaño Grijalva, 2021). En general, la memoria de trabajo es vulnerable a cualquier afectación en el lóbulo frontal (Escudero Cabarcas & Pineda Alhucema, 2017).

Diversos estudios han hecho hincapié en la importancia del sueño nocturno para el desempeño de los estudiantes en diferentes funciones cognitivas. En una investigación realizada por Proaño Grijalva (2021) en Ecuador se encontró que gran parte de la muestra tenía deterioro en la memoria de trabajo, sobre todo, debido a los cambios bioquímicos, inmunológicos, neurológicos y neurocognitivos que un recorte del sueño conlleva (Proaño Grijalva, 2021). Una limitación de los estudios encontrados es que existen pocas fuentes que relacionan las dos variables específicas (duración del sueño nocturno y memoria de trabajo), lo cual supone un obstáculo para la acumulación y el desarrollo del conocimiento científico.

### 4.2.3 Objetivos, hipótesis y definición de variables

El objetivo de esta investigación es determinar si al disminuir la duración del sueño nocturno se ocasiona un menor desempeño de la memoria de trabajo de estudiantes universitarios de 18 a 25 años. Se plantea así que a menor duración del sueño nocturno se ocasiona un menor desempeño de la memoria de trabajo de estudiantes universitarios de 18 a 25 años.

**Definición.** *Memoria de trabajo:*

Conceptualmente, la memoria de trabajo es la capacidad de atender, actualizar, mantener y manipular información mental por breves periodos de tiempo (10 y 15 segundos) sin depender de apoyos externos y resistiendo a la distracción de estímulos externos irrelevantes en el desarrollo de una tarea (Cowan, 2008; Wechsler, 2008a). Operacionalmente se define como las puntuaciones obtenidas en el subtest de dígitos y aritmética en el instrumento WAIS IV.

**Definición.** *Sueño:*

Es un estado circadiano caracterizado por una inhibición total o parcial de las funciones sensoriales, musculares y de la conciencia para la adaptación, homeostasis y liberación de hormonas (APA, 2020; Acosta, 2019). Operacionalmente, se define como la cantidad de horas de sueño consecutivas que se durmió durante la noche. Si bien es cierto que esta variable es altamente subjetiva, pues tiene un significado diferente para cada individuo, hay un estándar preestablecido por diversos investigadores. Es así que, se plantea que el ciclo de sueño completo, considerando las diferentes etapas que conlleva, debería durar entre 7 a 9 horas seguidas (Medina Ferreira, 2020).

### 4.2.4 Método

*Tipo y diseño de investigación*

La investigación es de tipo experimental cuantitativa, pues busca explorar la relación causal que existe entre la duración del sueño (variable independiente) y el desempeño de la memoria de trabajo (variable dependiente) (Ato et al., 2013). También porque presenta una manipulación de la variable independiente (variación de la duración del sueño) y una asignación de participantes al azar en los respectivos grupos (Ato et al., 2013). Además, establece una relación causa-efecto mediante la presencia de los criterios de covariación, aislamiento y dirección (Ato et al., 2013).



### *Participantes*

La población está compuesta por estudiantes universitarios de pregrado entre los 18 y 25 años de diversas universidades de Lima. Se plantean tres criterios de exclusión: a) Estar medicado para la depresión o ansiedad o haber consumido sustancias estimuladoras o inhibidoras del sueño; b) sufrir de algún trastorno del sueño (alteraciones en la calidad, latencia o duración) o contar con alteraciones en la memoria o en la atención; y, c) haber atravesado un periodo de vigilia mayor a 14 horas dentro del día anterior a la participación en el estudio.

Para la presente investigación, se plantea hacer uso del muestreo no probabilístico intencional, ya que permite determinar características que comparta la población, y luego ubicar específicamente a aquellos sujetos que cumplan con estas. Según Christensen et al. (2015), este muestreo es provechoso cuando los criterios de inclusión son muchos y muy puntuales, lo cual aplica al presente caso (Christensen et al., 2015; Coolican, 2014). Se pretende compartir mediante redes sociales un video para reclutar a estudiantes interesados. Seguidamente, se escogerá a los participantes, de acuerdo a su adecuación a las características planteadas. Sin embargo, una vez determinada la muestra principal de la investigación, esta será dividida en subgrupos. Durante dicha división, los participantes sí serán asignados de manera aleatoria. Aquello garantiza que cada uno de los elementos de la muestra tenga la misma probabilidad de ser elegido para cualquier grupo. Seguidamente se seleccionan los sujetos que ocupan el número sorteado en la lista (Otzen & Manterola, 2017). En cuanto al tamaño de la muestra, fue calculado a través del programa G\*Power (Faul et al., 2007), con un tamaño de efecto  $f$  de 0.41 (considerando el  $g$  de Hedges), ya que el tamaño mínimo sugerido según Ferguson (2009). Asimismo, la probabilidad de error es de 0.05 y la potencia es 0.95. El tamaño de la muestra determinado para la presente investigación es de 108 participantes, considerando que son cuatro condiciones, las cuales se duplican ya que se está realizando un diseño Solomon, por tanto, la cantidad total de participantes sería de 216.

### *Instrumentos*

- *Descarte de trastornos del sueño*: Se utilizará el Cuestionario de Pittsburg de Calidad de sueño.
- *Memoria de trabajo*: Se utilizará las subpruebas de Dígitos y Aritmética, pertenecientes a la escala de memoria de trabajo del WAIS-IV con 24 y 22 ítems, respectivamente (Figueiredo et al., 2015). La subprueba Dígitos permite evaluar la atención y memoria auditiva inmediata y el subtest de Aritmética mide la concentración de la memoria de trabajo y el manejo de conceptos numéricos y operaciones matemáticas (Baddeley, como se cita en Zapata Piña, 2018). Según su manual técnico y de interpretación, dicho instrumento presenta evidencias de validez de contenido, según el criterio de jueces; de constructo, observado a través de un AFC que demuestra que el modelo de agrupación es adecuado; y en asociación con otras variables, evidenciado mediante una comparación con el WAIS-III (Wechsler, 2008b).

### *Procedimiento de recolección de datos*

Primero, se solicitará la aprobación del comité de Ética de la Universidad. Luego, se aproximará a los participantes mediante un video compartido por redes, donde se mencionará brevemente el procedimiento experimental, los criterios de inclusión y exclusión y los medios de contacto. Seguidamente se comunicará con los postulantes a participar, se determinará si pueden ser parte de la muestra y se les pedirá firmar un consentimiento informado. Una vez determinados los participantes, serán divididos aleatoriamente en cuatro condiciones: 2 horas de sueño, 4 horas, 6 horas y 8 horas (habrán dos grupos por cada condición). Se tomará los datos de un grupo de cada condición con las



pruebas mencionadas. Luego, se colocará a la muestra en ambientes diferentes y controlados, donde dormirán una noche (las horas respectivas), empezando a la misma hora; mientras vayan despertando en su horario respectivo pasarán a otro ambiente donde, después de 15 minutos de adaptación, se recopilará en toda la muestra la información mediante el uso de los instrumentos mencionados.



## Referencias

- Acosta, M. (2019). Sueño, memoria y aprendizaje. *Medicina*, 79(3), 29-32.
- Aguilar, M., Wix, R., & Robles-Martínez, M. (2019). Patrones del sueño en los mayores. *Revista Española de Geriátría y Gerontología*, 1(54), 7-12.
- American Psychological Association (2020). Sleep. En *APA Dictionary of Psychology*. Recuperado el 15 de Mayo de 2020, de. <https://dictionary.apa.org/sleep>
- Ato, M., López, J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038-1059.
- Benavides-Endara, P., & Ramos-Galarza, C. (2019). Fundamentos Neurobiológicos Del Sueño. *Revista Ecuatoriana de Neurología*, 28(3), 73-80.
- Christensen, L. B., Burke Johnson, R., & Turner, L. (2015). *Research Methods, Design And Analysis* (12a ed.). Pearson India.
- Coolican, H. (2014). *Research Methods and Statistics in Psychology* (4ta ed.). Routledge.
- Correa Mira, K., & Gómez Giraldo, S. (2018). *Alteración del patrón del sueño en el paciente crítico: un reto en el cuidado de enfermería* [Trabajo de grado de especialización, Universidad de Antioquía]. Repositorio Institucional de la Universidad de Antioquía. <http://bibliotecadigital.udea.edu.co/handle/10495/10436>
- Cowan, N. (2008). Chapter 20 What are the differences between long-term, short-term, and working memory? *Progress in Brain Research*, 169, 323–338. [https://doi.org/10.1016/s0079-6123\(07\)00020-9](https://doi.org/10.1016/s0079-6123(07)00020-9)
- Cristóbal Velásquez, D. (2019). *Hábitos de sueño y rendimiento académico en universitarios de pregrado de la Universidad Católica Sedes Sapientiae de los Olivos* [Tesis de doctorado, Universidad Ruiz de Montoya]. Repositorio Institucional de la Universidad Ruiz de Montoya. <http://hdl.handle.net/20.500.12833/2081>
- De la Portilla, S., Dussán, C., Montoya, D., Taborda, J., & Nieto, L. (2019). Calidad de sueño y somnolencia diurna excesiva en estudiantes universitarios de diferentes dominios. *Revista Hacia la Promoción de la Salud*, 24(1), 84-96. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=309159610008>
- Escudero Cabarcas, J., & Pineda Alhucema, W. (2017). Memoria de Trabajo: El modelo multicomponente de Baddeley, otros modelos y su rol en la práctica clínica. En M. J. Bahamón, Y. Alarcón Vásquez, L. Albor Chadid, Y. Martínez Biava (Eds.), *Estudios actuales en psicología: Perspectivas en clínica y salud* (pp. 13–41). Universidad Simón Bolívar.
- Faul, F., Erdfelder, E., Lang, A.-G., & Buchner, A. (2007). G\*Power 3: A flexible statistical power analysis program for the social, behavioral, and biomedical sciences. *Behavior Research Methods*, 39, 175-191.
- Ferguson, C. J. (2009). An Effect Size Primer: A Guide for Clinicians and Researchers. *Professional Psychology: Research and Practice*, 40(5), 532–538.
- Figueiredo, V., Vidal, F., & Nascimento, E. (2015). A quarta edição do teste WAIS. *Avaliação Psicológica*, 14(3), 413-416.
- Lira, D., & Custodio, N. (2018). Sleep disorders and their complex relationship with cognitive functions. *Revista de Neuro-Psiquiatria*, 81(1), 20-28. <https://dx.doi.org/https://doi.org/10.20453/rnp.v81i1.3270>
- Medina Ferreira, L. (2020). *Influencia de la calidad del sueño en la memoria de trabajo y en la fluidez verbal* [Tesis de maestría, Universidad de Alcalá]. Repositorio institucional de la Universidad de Alcalá. <http://hdl.handle.net/10017/43477>



- Moreno, P., Muñoz, C., Pizarro, R., & Jiménez, S. (2020). Efectos del ejercicio físico sobre la calidad del sueño, insomnio y somnolencia diurna en personas mayores. Revisión de la literatura. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 55(1), 42-49.  
<https://doi.org/10.1016/j.regg.2019.07.003>
- Ortíz Aquino, B. M. (2021). *Asociación entre calidad del sueño y el rendimiento académico de los estudiantes de medicina de cursos clínicos de forma virtual durante la pandemia por COVID-19* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de Piura]. Repositorio Institucional de la Universidad Nacional de Piura. <http://repositorio.unp.edu.pe/handle/20.500.12676/3021>
- Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227-232.  
<https://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>
- Proaño Grijalva, D. (2021). *Relación de la privación de sueño y la memoria de trabajo en empleados de centros de diversión nocturna en la ciudad de Ambato* [Tesis de titulación, Universidad Técnica de Ambato]. Repositorio Institucional de la Universidad Técnica de Ambato. <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/32573>
- Rosso, A. C., Wilson, O. W., Papalia, Z., Duffey, M., Kline, C. E., & Bopp, M. (2020). Frequent restful sleep is associated with the absence of depressive symptoms and higher grade point average among college students. *Sleep Health*, 6(5), 618–622.  
<https://doi.org/10.1016/j.sleh.2020.01.018>
- Wechsler, D. (2008a). *WAIS-IV. Escala de Inteligencia de Wechsler para Adultos-IV. Manual de aplicación y corrección*. Pearson.
- Wechsler, D. (2008b). *WAIS-IV. Escala de Inteligencia de Wechsler para Adultos-IV. Manual técnico y de interpretación*. Pearson.
- Zapata Piña, K. (2018). *Relación entre memoria de trabajo, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de un ISTP en el distrito de San Martín de Porres* [Tesis para optar el grado de Maestro en Psicología Clínica con mención en Neuropsicología, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio Institucional de la Universidad Peruana Cayetano Heredia.  
<https://hdl.handle.net/20.500.12866/3892>



## 4.3 Crianza, regulación emocional y drogas

### Resumen

La adolescencia es la etapa transitoria entre la niñez y la adultez. Siendo conformada por personas de 12 a 19 años, estos individuos se caracterizan por el deseo de encontrar su lugar en el mundo y atravesar nuevas experiencias. No obstante, si carecen de una adecuada guía, el riesgo de tomar decisiones íntimas a conductas de riesgo –como el consumo de drogas– incrementa. Debido a ello, las dimensiones de crianza, como el control y la calidez, son aspectos que influyen directamente en la formación del adolescente al impactar significativamente en su desarrollo personal y social. Asimismo, si la regulación emocional del adolescente no alcanza un grado adaptativo, puede surgir una predisposición al consumo, y posterior dependencia, de drogas a fin de aliviar emociones negativas y generar emociones positivas.

- Palabras clave: drogas, crianza, desarrollo, emoción, regulación

### 4.3.1 Introducción

La adolescencia es una etapa transitoria entre la niñez y la adultez. Por ende, es comprensible que los individuos entre 12 a 19 años experimenten el deseo de encontrar su lugar en el mundo, determinar su sistema de valores y, frecuentemente, atravesar nuevas experiencias (Papalia et al., 2009). No obstante, sin la adecuada guía e instrucción de acuerdo a las consecuencias de sus actos, dicha etapa puede representar una gran vulnerabilidad en torno a la realización de una serie de conductas de riesgo (Salas, 2018). Esta etapa implica diversos procesos de desarrollo neurológico, entre los cuales se encuentra el desarrollo del sistema socioemocional y el sistema de control cognitivo. Sin embargo, se resalta una diferencia sustancial entre las trayectorias de desarrollo de ambos sistemas, siendo el primero el que se desarrolla más rápido. A partir de esta diferencia, los adolescentes responden mayormente a impulsos exógenos relacionados con las recompensas y, a su vez, no cuentan con las habilidades de regulación adecuadas. Esto tiene como resultado una vulnerabilidad que los expone a incurrir en conductas impulsivas y de riesgo como el uso y abuso de sustancias (Parolin et al., 2017).

En relación al consumo de sustancias en el contexto nacional, se ha estimado que de 438 000 adolescentes de nivel secundario, el 29,5% ha consumido alcohol por lo menos una vez en su vida, mientras que el 17,5% reporta haberlo ingerido en el año previo (Cabanillas, 2020). Asimismo, González & Londoño (2017) realizaron un estudio a partir de una muestra de 300 estudiantes, en el cual se reportó que aproximadamente el 95% consumía marihuana. Por otro lado, investigaciones realizadas en el contexto internacional también reportan gran incidencia en esta conducta. Por ejemplo, la Oficina de Drogas y Crímenes de las Naciones Unidas (2021) indica que el cannabis es la droga más usada en poblaciones adolescentes de 15 y 16 años, pues se estima una prevalencia de consumo mundial del 5,7% en relación a dicho grupo etario. Adicionalmente, el Observatorio Europeo de las Drogas y las Toxicomanías (OEDT, 2019) indicó que, de la población de jóvenes entre 15 y 24 años de la Unión Europea, el 21,7% consumió cannabis alguna vez en su vida, mientras que, en el caso de la ingesta de alcohol, se reporta que el 79% realizó dicha conducta. Finalmente,

<sup>1</sup>Trabajo de investigación para la asignatura Metodología de la Investigación Cuantitativa revisado por el (la) profesor(a) Sandra Inurritegui Gonzalez.

<sup>2</sup>Autores: Miguel Angel Arce Camino, Sergio Aguilar Plaza, Kiara Lazo Pérez y Rafaela Noriega Bracesco



los resultados de un estudio realizado por Wang et al. (2020) exhibieron que el 24,3 % de estudiantes de secundaria de Estados Unidos utilizaban cigarrillos electrónicos.

A partir de ello, se evidencia que el consumo de sustancias en personas menores de 24 años es un problema de salud pública, ya que pueden ser la causa de accidentes severos, violencia, desarrollo de traumas, bajo rendimiento académico y deserción laboral o escolar (Tena et al., 2018). Además, son sustancias tóxicas que provocan alteraciones del pensamiento y conducta, así como un deterioro de la salud que puede llegar a afectar los ámbitos laboral, académico, social, familiar y hasta personal de la vida de la persona (Ramírez et al., 2018). Según Tena et al. (2018), entre los factores de riesgo que se pueden asociar a esta problemática se encuentra el papel de la familia, pues aspectos como la violencia familiar, elevado o nulo control conductual, los conflictos y el manejo emocional deficiente contribuirían al desarrollo de dicha conducta de riesgo. Sin embargo, también se ha observado que variables como la calidez parental y la adecuada supervisión familiar podrían tomar el rol de factores protectores.

Al realizar una exhaustiva investigación, se observó que las variables de dimensiones de crianza, el consumo de sustancias y la regulación emocional han sido trabajadas tanto de manera aislada como también en pares. Sin embargo, no se han reportado estudios que investiguen la interacción conjunta de las mismas. Ante este vacío en la literatura, surgen ciertas interrogantes como ¿La suma entre los aspectos nocivos de las dimensiones de crianza y una deficiente regulación emocional elevan la probabilidad de incidencia en consumo de drogas? ¿La regulación emocional podría cumplir un rol protector? Es por ello que para resolverlas, se plantea la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuál es el rol de la regulación emocional en la relación entre las dimensiones de crianza y consumo de drogas?

Por ello, se trabajará este problema de investigación debido a la falta de información teórica sobre cómo interactúan las tres variables presentadas, pues su estudio y comprensión se ha abordado principalmente sin una de estas y/o en relación a otro fenómeno (Calafat et al., 2014; Jabeen et al., 2013;; Morris et al., 2017; Parolin et al., 2017; Rehman & Asghar, 2019; Sánchez, 2021). Esta carencia brinda preguntas como las previamente mencionadas, y con ellas la oportunidad de darles respuesta. De este modo, se abre la posibilidad de aportar una base para la realización de investigaciones futuras, contribuyendo finalmente al canon científico de la psicología.

En la actualidad, se ha de realizar hincapié en esta temática debido a que dos de las variables a ser estudiadas son inherentes a la mayoría de personas: las dimensiones de crianza percibidas y la regulación emocional individual. La primera se puede evaluar desde la experiencia y evaluación de cada sujeto que ha sido criado durante su infancia y adolescencia por una figura parental (Espinosa et al., 2020), mientras que la segunda es una habilidad innata capaz de ser desarrollada por todo ser humano (Gross, 2008). Comprendiendo la prevalencia de estos dos factores, y el impacto que mantienen en otros constructos psicológicos, se denota la necesidad de estudiarlos en cohesión con el consumo —problemático y no problemático— de drogas en adolescentes.

### 4.3.2 Marco Teórico

#### *Consumo de drogas*

El consumo de drogas es conceptualizado como el uso —a través de la inhalación, vaporización, inyección o ingesta— de cualquier sustancia tóxica que, debido a su composición química, actúa en el sistema nervioso del consumidor, provocando una alteración de las funciones encargadas de regular los pensamientos, emociones y conductas (Organización Panamericana de la Salud [OPS], s.f.; Ramírez et al., 2018). No obstante, esta no es una práctica cuyo inicio y mantenimiento sea unidimensional; por el contrario, el mejor acercamiento para comprender el porqué de esta conducta



es uno biopsicosocial, abarcando aspectos tanto biológicos como psicológicos y sociales. Ello debido a que los factores que intervienen en la práctica de consumo de sustancias varían por la edad, la predisposición al consumo, la capacidad de toma de decisiones, la personalidad, el ambiente y cultura en los que se desenvuelve, la facilidad para obtener sustancias, entre otros (American Psychiatric Association, 2013; Becoña, 2007).

Se entiende a un adolescente como un sujeto cuya edad cronológica comprende entre 10 y 19 años (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, [Unicef], s.f.). Este rango encapsula una etapa de crecimiento que implica el desarrollo desigual del sistema socioemocional y el sistema de control cognitivo, finalizando en una mayor respuesta por parte de los adolescentes ante eventos exógenos de alto arousal o relacionados con recompensas, al mismo tiempo que no cuentan con las habilidades de regulación adecuadas. Esto tiene como resultado una vulnerabilidad que los expone a la mala toma de decisiones, y a incurrir en conductas impulsivas y de riesgo como el uso y abuso de sustancias (Broche, 2015; Parolin et al., 2017).

#### *Dimensiones de Crianza*

Dentro de las dimensiones de crianza se encuentran la calidez y el control, las cuales forman las prácticas parentales y representan los mecanismos usados por los padres para alcanzar logros de socialización de sus hijos, además de relacionarse con el conocimiento de los padres sobre las actividades diarias que sus hijos realizan (Espinosa et al., 2020). Estas permiten realizar un análisis de cómo la interacción entre padres e hijos influye en su desarrollo social, conductual y personal (Betancourt et al., 2018).

Las prácticas parentales están basadas en dos dimensiones del comportamiento parental: el control y la calidez. El control parental refiere a las acciones intrusivas de los padres para regular, supervisar y modificar la conducta y el desarrollo psicológico de sus hijos, lo cual varía en el establecimiento de las demandas rígidas a través de la presión y exigencia (Betancourt et al., 2018; Espinosa et al., 2020; Moral De la Rubia, 2013). Por otro lado, la calidez o afecto hace referencia a la aprobación, ayuda a los hijos y al grado en que estos se sienten aceptados por sus padres, así como también al cariño y la consideración positiva e incondicional de los padres a los hijos (Capano et al., 2016; Rehman & Asghar, 2019).

La calidez o apoyo parental es un indicador de la calidad en la relación entre padres e hijos, y también potencia los recursos psicológicos y sociales para que el adolescente desarrolle relaciones sociales positivas (Espinosa et al., 2020). Además, como se menciona en Pardo et al. (2004), la falta de guía parental es un factor de riesgo para el inicio precoz del consumo de drogas, pues las conductas de riesgo pueden ser provocadas por la percepción de menor calidez en la relación con los padres.

#### *Regulación emocional*

La regulación emocional (RE) puede ser definida como la capacidad de dar forma a las emociones que uno experimenta, de manera que se puede regular cuándo uno las tiene, cómo se experimentan y cómo se expresan (Gross, 2014). Específicamente, se señala que esta capacidad abarca distintos procesos responsables de manipular, evaluar y modificar tanto la intensidad como la temporalidad de las reacciones emocionales (Thompson, 2008).

Para entender el concepto de regulación emocional se aborda el Modelo Procesual planteado por Gross (2014). Este autor señala que hay cinco etapas dentro del proceso de generación de emociones que representan cinco momentos distintos en los cuales los individuos pueden regular sus emociones. A su vez, estos cinco momentos representan cinco familias distintas de procesos o



estrategias de regulación emocional, las cuales son: selección de la situación, modificación de la situación, modulación de la atención, cambio cognitivo y regulación de la respuesta emocional.

La regulación emocional se ve implicada en cambios específicos del desarrollo humano, abarcando etapas desde la niñez hasta la adultez. Específicamente, en la adolescencia se ha podido observar que el repertorio de estrategias de regulación emocional es limitado y el manejo sobre las mismas aún se encuentra en desarrollo, lo cual conlleva a una estabilidad emocional particularmente baja (Parolin et al., 2017). El consumo de drogas podría ser explicado a través de las fallas en la regulación emocional características de esta etapa, las cuales predisponen a los adolescentes a depender de las drogas como medio para aliviar afectos negativos y aumentar los estados emocionales positivos (Parolin et al., 2017).

Además, se ha observado que la regulación emocional puede verse impactada por las dimensiones de crianza al afectar su desenvolvimiento conductual (Niazi et al., 2017). En base a ello, se predice que una adecuada expresión emocional por parte de los padres estimulará mayores capacidades de regulación emocional y socialización por parte de sus hijos (Espinosa et al., 2020). Asimismo, los autores señalan que la calidez y apoyo parental son indicadores de la calidad en la relación entre padres e hijos. Más aún, hay evidencia de que una ruta de comunicación eficaz entre padres e hijos evitaría factores de riesgo hacia el consumo de sustancias (Niazi et al., 2017), del mismo modo que las dimensiones de crianza de control y calidez tienen la capacidad de proteger o predisponer al adolescente al mismo (Betancourt et al., 2018; Rehman & Asghar, 2019). Además, se ha revisado que la regulación emocional tiene una influencia directa sobre el autocontrol frente a las conductas de riesgo, pudiendo controlar las propias emociones (Sánchez Jaramillo, 2020).

### 4.3.3 Objetivos, hipótesis y definición de variables

El objetivo de la investigación es determinar el rol de la regulación emocional en la relación entre las dimensiones de crianza y el consumo de drogas en adolescentes estudiantes de 12 a 17 años de Lima Metropolitana. De acuerdo con la recopilación de información previa, resulta pertinente indagar en el posible impacto de la regulación emocional en la relación entre las dimensiones de crianza y el consumo de drogas. A pesar de que no hay estudios previos que hayan puesto a prueba esta relación, investigaciones actuales han demostrado el posible rol moderador de la regulación emocional en la relación entre otras variables (Gómez et al., 2020; Gürçan-Yıldırım & Gençöz, 2020; Kirwan et al., 2020). A partir de ello, se propone la siguiente hipótesis: La regulación emocional cumple un rol moderador en la relación entre las dimensiones de crianza y el consumo de drogas en adolescentes estudiantes de 12 a 17 años de Lima Metropolitana.

**Definición.** *Dimensiones de crianza:*

Conceptualmente, las dimensiones de crianza aluden a las conductas y mecanismos que los padres utilizan en el proceso de socialización de sus hijos. Estos mecanismos dan lugar a la incorporación de costumbres, normas o ideologías que permitirán a los individuos adaptarse a la sociedad (Villegas et al., 2014). En la presente investigación, el constructo será medido a partir del puntaje obtenido en los distintos reactivos del test EMBU-I (Márquez et al., 2007), midiendo las dimensiones de crianza para identificar las prácticas parentales percibidas. Esta es una variable intervalo.



**Definición. Consumo de drogas:**

El consumo de drogas se define como la ingesta de sustancias tóxicas para el organismo que provocan alteraciones del pensamiento y de la conducta, además de deteriorar la salud y afectar los ámbitos laboral, social, académico, familiar y personal del individuo (Ramírez-Martínez et al., 2018). En la presente investigación, el concepto se medirá mediante el puntaje obtenido en el CRAFFT 2.0 (Knight et al., 1999), un instrumento que revisa el consumo de alcohol, cannabis y otras drogas, y el nivel de riesgo de un Trastorno por uso de sustancias. Esta es una variable de intervalo.

**Definición. Regulación emocional:**

Conceptualmente, la regulación emocional es definida como los procesos extrínsecos o intrínsecos responsables del monitoreo, evaluación y modificación de las reacciones emocionales, específicamente de su intensidad y características temporales. Estos procesos pueden ser conscientes o inconscientes y se ponen en marcha para cumplir con los objetivos personales (Thompson, 2008). En la presente investigación, se medirá el constructo a través de dos puntajes parciales obtenidos mediante los ítems del Cuestionario de Regulación Emocional para niños y adolescentes (Gullone & Taffe, 2012) que mide la regulación emocional a través de dos estrategias: 1) reevaluación cognitiva y 2) supresión emocional. Esta es una variable de intervalo.

#### 4.3.4 Método

*Tipo y diseño de investigación*

La presente investigación es de tipo no experimental con un diseño transversal asociativo, pues se recolectan datos en un solo momento para estudiar la relación entre dos o más variables sin manipularlas (Agudelo et al., 2010). En el presente estudio se parte de la relación inicial entre las dimensiones de crianza y el consumo de drogas, las cuales son consideradas como variable predictora y variable criterio respectivamente. No obstante, se incluye un modelo de moderación, pues se presenta una tercera variable moderadora que interviene en dicha relación, siendo esta la regulación emocional (Baron & Kenny, 1986). Cabe resaltar que, si bien las tres variables son analizadas al mismo tiempo, el énfasis se sitúa en cómo la variable moderadora afecta la relación inicial a través de su interacción con la variable predictora (Jose, 2013).

*Participantes*

La presente investigación se llevará a cabo con adolescentes estudiantes de ambos sexos que tengan entre 12 y 17 años de edad, quienes estudian en un colegio privado de Lima Metropolitana, el cual será escogido convenientemente para llevar a cabo el estudio. Con respecto al nivel educativo, deberán cumplir con la primaria completa.

El método de selección de participantes a emplear será el muestreo no probabilístico por conveniencia. Este consiste en la simple selección de sujetos cuyo contacto es facilitado, con la necesidad única de que acepten ser incluidos. Ello debido a que permite obtener una muestra de fácil acceso que mantenga las características necesarias y disponibilidad para ser parte de la investigación (Otzen & Manterola, 2017). Por ello, se escogerá un colegio privado con el que se ha tenido contacto previo. Después de recibir el permiso institucional, se le enviará un correo electrónico a los padres o tutores legales de todos los alumnos del colegio escogido que tengan entre 12 y 17 años, es decir, los alumnos de entre primero y quinto de secundaria. De esta manera, se informará sobre el objetivo



de la investigación y de qué se trata, para que así puedan consentir o no la participación de su hijo. Asimismo, si se recibe el consentimiento de los padres o tutores legales, también se deberá obtener el asentimiento del estudiante después de preguntarle si desea participar voluntariamente, resaltando la confidencialidad y anonimato de sus respuestas. Para obtener el tamaño de la muestra necesario para la investigación, se realizó un análisis a priori de potencia con el programa G\*Power (Faul et al., 2007) con el fin de poner a prueba la hipótesis de moderación. El tipo de análisis estadístico que se utilizó fue el test de regresión lineal múltiple con 3 términos predictores: las dimensiones de crianza, la regulación emocional y la interacción entre ambas. Para ello, se consideró un nivel de significancia de .05 ( $\alpha$ ), una potencia estadística de .80 y un tamaño del efecto esperado de .04, siguiendo la sugerencia de Ferguson (2009). A partir de esto, el programa estadístico determinó que el número adecuado de participantes es 277, el cual será considerado como el tamaño de muestra mínimo para la investigación.

#### *Instrumentos*

- *Ficha de datos sociodemográficos*: Para el presente estudio se tomarán en cuenta datos sobre el sexo y la edad. Asimismo, se considerará pertinente averiguar quién ha cumplido el rol paterno o materno en la vida de cada adolescente, dado que una de las variables en cuestión son las dimensiones de crianza. Finalmente, no se pedirán los nombres ni los apellidos de los participantes para conservar la identidad de las personas y asegurar el anonimato.
- *Consumo de drogas*: Para la evaluación del consumo de drogas se aplicará el CRAFFT 2.1.
- *Dimensiones de crianza*: Para la evaluación de las dimensiones parentales se propuso la implementación del EMBU-I, adaptación de la versión original EMBU.
- *Regulación emocional*: Para evaluar la regulación emocional en niños y adolescentes, se propuso el Cuestionario de Regulación Emocional para niños y adolescentes (ERQ-CA).

#### *Procedimiento de recolección de datos*

En primer lugar, se solicitará permiso institucional del colegio privado seleccionado a través del muestreo no probabilístico por conveniencia para que se pueda realizar la investigación con sus alumnos. Si no se recibe el permiso solicitado, se seleccionará otro colegio privado para enviar el permiso. A continuación, el director del colegio deberá leer y firmar un consentimiento informado. Al recibir el permiso institucional, se le enviará otro documento de consentimiento informado vía correo electrónico a los padres de los adolescentes de entre 12 y 17 años, correspondientes a los grados desde primero hasta quinto de secundaria. El consentimiento informado contiene diversos aspectos éticos, tales como el énfasis en el anonimato del participante al resaltar que se omitirá su identidad y que las respuestas serán unidas a las de otras personas para no identificar cuál respuesta es de quién. También será confidencial, pues se protegerá la información personal compartida y solo los investigadores podrán acceder a las respuestas de los tests. Además, se le presentará al adolescente un documento de presentación de la información para que esté informado sobre los objetivos de la investigación, para que luego firmen voluntariamente un asentimiento informado si desean participar. En caso de recibir su asentimiento, se entregará la ficha de datos sociodemográficos para que sea completada, y luego se aplicarán los tests correspondientes. Cabe resaltar que los tests sólo serán aplicados a aquellos estudiantes que sí deseen participar voluntariamente después de recibir el consentimiento de sus padres.



## Referencias

- Agudelo, G., Aignerren, M., & Ruiz, J. (2010). Experimental y No experimental. *La Sociología En Sus Escenarios*, 1(18). <https://revistas.udea.edu.co/index.php/ceo/article/view/6545>
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.)*. <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator–mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of personality and social psychology*, 51(6), 1173-1182. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.51.6.1173>
- Becoña, E. (2007). Bases psicológicas de la prevención del consumo de drogas. *Papeles del psicólogo*, 28(1), 11-20. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77828103>
- Betancourt, D., González, A., Cota, D. A. F., García, D., Hernández, K., & Salazar, M. (2018). Prácticas parentales y consumo de marihuana en universitarios. *Psicología Iberoamericana*, 26(1), 31-47. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=133959553005>
- Broche, Y. (2015). Modelo de desbalance del desarrollo cerebral: nuevo enfoque teórico en la comprensión de conductas de riesgo en la adolescencia. *Revista cubana de neurología y neurocirugía*, 5(1), S38-S40. <http://www.revneuro.sld.cu/index.php/neu/article/view/200>
- Cabanillas, W. (2020). Consumo de alcohol y género en la población adolescente escolarizada del Perú: evolución y retos de intervención. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 37(1), 148-154. <https://doi.org/10.17843/rpmesp.2020.371.5151>
- Calafat, A., García, F., Juan, M., Becoña, E., & Fernández-Hermida, J. R. (2014). Which parenting style is more protective against adolescent substance use? Evidence within the European context. *Drug and Alcohol Dependence*, 138(1), 185–192. <https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2014.02.705>
- Capano, A., González, M. L., & Massonnier, N. (2016). Estilos relacionales parentales: Estudio con adolescentes y sus padres. *Revista de Psicología*, 34(2), 414-444. <http://dx.doi.org/10.18800/psico.201602.008>
- Espinosa, A. E., Mendoza, M. A., & Villalba, V. H. (2020). Prácticas parentales en la regulación emocional de los adolescentes. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 23(1), 400-417. <https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol23num1/Vol23No1Art19.pdf>
- Faul, F., Erdfelder, E., Lang, A.-G., & Buchner, A. (2007). G\*Power 3: A flexible statistical power analysis program for the social, behavioral, and biomedical sciences. *Behavior Research Methods*, 39, 175-191.
- Ferguson, C. J. (2009). An Effect Size Primer: A Guide for Clinicians and Researchers. *Professional Psychology: Research and Practice*, 40(5), 531-538. <https://doi.org/10.1037/a0015808>
- Gómez, M. J., Tomás, J., Montes, J., Brando, C., Cladellas, R., & Limonero, J. (2020). Procrastinación académica y riesgo de conducta suicida en jóvenes universitarios: el papel de la regulación emocional. *Ansiedad y Estrés*, 26(3), 112-119. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2020.06.002>
- Gonzales, K. L., & Londoño, C. (2017). Factores personales, sociales, ambientales y culturales de riesgo de consumo de marihuana en adolescentes. *Psicología y Salud*, 27(2), 141-153. <https://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/2530>
- Gross, J. J. (2008). Emotion Regulation. En M. Lewis, J. M. Haviland y L. Feldman (Eds.), *Handbook of Emotions* (3.a ed., pp. 497-512). The Guilford Press.



- Gross, J. J. (2014). Emotion Regulation: Conceptual and Empirical Foundations. En J. J. Gross (Ed), *Handbook of Emotion Regulation* (2.a ed., pp. 3-20). The Guilford Press
- Gullone, E., & Taffe, J. (2012). The emotion regulation questionnaire for children and adolescents (ERQ-CA): a psychometric evaluation. *Psychological assessment, 24*(2), 409-417. <https://doi.org/10.1037/a0025777>
- Gürcan-Yıldırım, D., & Gençöz, T. (2020). The association of self-discrepancy with depression and anxiety: Moderator roles of emotion regulation and resilience. *Current Psychology, 1*(1), 1-14. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-00701-8>
- Jabeen, F., Anis-ul-Haque, M., & Riaz, M. N. (2013). Parenting styles as predictors of emotion regulation among adolescents. *Pakistan Journal of Psychological Research, 28*(1), 85-105. <https://psycnet.apa.org/record/2014-02065-005>
- Jose, P. E. (2013). Basic Moderation. En P. E. Jose, *Doing Statistical Mediation and Moderation* (pp. 155-195). Guilford Press.
- Kirwan, M., Pickett, S., & Jarret, N. (2020). Emotion regulation as a moderator between anxiety symptoms and insomnia symptom severity. *Psychiatry Research, 254*(1), 40-47. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.04.028>
- Knight, J., Shrier, L., Bravender, T., Farrell, M., Vander, J., & Shaffer, H. (1999). A new brief screen for adolescent substance abuse. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine, 153*(6), 591-596. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/10357299/>
- Márquez, M. E., Hernández, L., Aguilar, J., Pérez, V., & Reyes, M. (2007). Datos psicométricos del EMBU-I “Mis memorias de crianza” como indicador de la percepción de crianza en una muestra de adolescentes de la Ciudad de México. *Salud Mental, 30*(2), 58-66. <http://www.scielo.org.mx/pdf/sm/v30n2/0185-3325-sm-30-02-58.pdf>
- Moral de la Rubia, J. (2013). Prácticas parentales y percepción del rol en padres de adolescente. *Revista Mexicana de Investigación en Psicología, 5*(1), 6-19.
- Morris, A. S., Criss, M. M., Silk, J. S., & Houltberg, B. J. (2017). The Impact of Parenting on Emotion Regulation During Childhood and Adolescence. *Child Development Perspectives, 11*(4), 233-238. <https://doi.org/10.1111/cdep.12238>
- Niazi, Z., Dick, D., Adkins, A., & Cooke, M. (2017). The relationship between parenting styles and substance use among university students. *American Journal of Undergraduate Research, 14*(3), 37-44. <https://doi.org/10.33697/ajur.2017.022>
- Observatorio Europeo de las Drogas y las Toxicomanías. (2019). *Informe Europeo sobre Drogas 2019: tendencias y novedades*. <http://repositori.uji.es/xmlui/handle/10234/188059>
- Oficina de Drogas y Crímenes de las Naciones Unidas. (2021). *World Drug Report*. [https://www.unodc.org/res/wdr2021/field/WDR21\\_booklet2.pdf](https://www.unodc.org/res/wdr2021/field/WDR21_booklet2.pdf)
- Organización Panamericana de la Salud (s.f.) *Abuso de sustancias*. Recuperado el 30 de noviembre de 2021, de <https://www.paho.org/es/temas/abuso-sustancias>
- Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International Journal of Morphology, 35*(1), 227-232. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Psicología del desarrollo: de la infancia a la adolescencia*. McGraw-Hill.
- Pardo, C., Sandoval, G., & Umbarila, A. (2004). Adolescencia y depresión. *Revista Colombiana de Psicología, 1*(13), 13-28. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80401303>
- Parolin, M., Simonelli, A., Cristofalo, P., Sacco, M., Bacciardi, S., Maremmanni, A. G. I., Cimino, S., Trumello, C., & Cerniglia, L. (2017). Drug addiction and emotional dysregulation in young



- adults. *Heroin Addiction Related Clinical Problems*, 19(3), 37-48.
- Ramírez, Y., Rivera, T., & Perry, E. (2018). Factores de riesgo y de protección determinantes para la atención social en la prevención de adicciones. *Revista Salud y Bienestar Social*, 2(1), 35-42. <https://www.revista.enfermeria.uady.mx/ojs/index.php/Salud/article/view/25>
- Rehman, S., & Asghar, M. (2019). Perceived Parenting Styles among Drug Addict and Non-Addict Medical Students. *Peshawar Journal of Psychology and Behavioral Sciences*, 5(1), 39-52. <https://doi.org/10.32879/pjpbs.2019.5.1.39>
- Salas, F. G (2018). Caracterización de factores implicados en las conductas de riesgo en adolescentes. *Revista ABRA*, 38(56), 1-16. doi <http://dx.doi.org/10.15359/abra.38-56.3>
- Sánchez Jaramillo, D. J. (2020). *La regulación emocional y su relación con el consumo de alcohol y tabaco en los adolescentes de la provincia de Tungurahua* [Tesis de Licenciatura, Pontificia Universidad Católica de Ecuador]. Repositorio Institucional de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador. <https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/3088/1/77258.pdf>
- Sánchez, J. (2021). Drogodependencia y desregulación emocional: una revisión sistemática. *MLS Psychology Research*, 4(1). 59-78 <https://doi.org/10.33000/mlspr.v4i1.597>
- Tena, A., Castro, G., Marín, R., Gómez, P., De La Fuente, A., & Gómez, R. (2018). Correspondencia Substance use in adolescents: Considerations for medical practice. *Medicina Interna de México*, 34(2), 264-277. <https://doi.org/10.24245/mim.v34i2.1595>
- Thompson, R. A. (2008). Emotion Regulation: a theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2-3), 25-52. <https://doi.org/10.1111/j.1540-5834.1994.tb01276.x>
- Unicef (s.f.). *¿Qué es la adolescencia?* Recuperado el 30 de noviembre de 2021, <https://www.unicef.org/uruguay/que-es-la-adolescencia>
- Villegas, M. A., Alonso, M. M., Alonso, B. A., & Martínez, R. (2014). Percepción de crianza parental y su relación con el inicio del consumo de drogas en adolescentes mexicanos. *Aquichan*, 14(1), 41-52.
- Wang, T. W., Neff, L. J., Park-Lee, E., Ren, C., Cullen, K. A., & King, B. A. (2020). E-cigarette Use Among Middle and High School Students — United States, 2020. *Morbidity and Mortality Weekly Report*, 69(37), 1310–1312. <https://doi.org/10.15585/mmwr.mm6937e1>



**Comisión de Investigación de la Facultad de Psicología  
Facultad de Psicología de la Universidad de Lima  
Diciembre 2022**



UNIVERSIDAD  
DE LIMA