



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA**



**DOCUMENTO PROBATORIO DEL EXAMEN COMPLEXIVO DE GRADO
PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE:
LICENCIADO EN PSICOLOGIA**

PROBLEMA:

**ESTILOS DE AFRONTAMIENTO ANTE EL RETORNO A CLASES
PRESENCIALES DE UN ESTUDIANTE DE LA ESPOL.**

AUTOR:

SANCHEZ PLUAS CRISTOPHER ALEXIS

TUTOR:

Lcdo. BRAVO FAYTONG FELIX AGUSTIN, M.sc.

BABAHOYO-ECUADOR- 2022



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA
Resumen



El retorno a clases y el estrés son problemáticas presente en la actualidad, ambas consecuencias del confinamiento provocado por la pandemia de antaño, a nivel mundial al igual que se tomaron medidas de preventiva de igual manera se tomaron medidas para el retorno a clases, lo cual se presumía que no iba a manifestar complicaciones a nivel social, la realidad es que los niveles de estrés de las población estudiantil aumentaron, debido a que carecían de resiliencia para afrontar las situaciones y retos que están presentes en el ámbito académico. Es por eso que el caso presentado manifiesta la incidencia del estrés en el afrontamiento del retorno a clases presenciales de un estudiante de ingeniería civil, en el cual se observa que elabora estrategias de afrontamientos activas, es decir los recursos parten de si mismo (conocimiento, experiencia, técnica y metodología) al momento de enfrentar los retos académicos (tareas, ensayos, exposiciones, etc). Aunque hace unas semanas era suficiente para afrontarlas, en la actualidad el nivel de estrés excedió la capacidad de afrontamiento, por ende, se plantea en este estudio como propuesta el empleo de otras tipos de afrontamiento, con la finalidad de evitar que el estrés de no saber cómo responder, se sume al estrés de las actividades académicas, por ende se concluye que existió congruencia entre lo estudiado sobre el afrontamiento y el retorno a clases, con la historia personal del paciente, no solo en la dimensión ambiental, sino también en como este se vio afectado de manera psicológica, emocional y conductual.

Palabras clave: Retorno a clases, resiliencia, estrés

Abstract



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA



The return to classes and stress are problems present today, both consequences of the confinement caused by the pandemic of yesteryear, worldwide, just as preventive measures were taken, in the same way measures were taken for the return to classes, which it was presumed that it would not manifest complications at a social level, the reality is that the stress levels of the student population increased, due to the fact that they lacked the resilience to face the situations and challenges that are present in the academic field. That is why the case presented shows the incidence of stress in coping with the return to face-to-face classes of a civil engineering student, in which it is observed that he develops active coping strategies, that is, the resources come from himself (knowledge, experience, technique and methodology) when facing academic challenges (homework, essays, presentations, etc.). Although a few weeks ago it was enough to cope with them, currently the level of stress exceeds the coping capacity, therefore, the use of other types of coping is proposed in this study as a proposal, in order to prevent stress from not knowing how to respond, adds to the stress of academic activities, therefore it is concluded that there was congruence between what was studied about coping and returning to classes, with the personal history of the patient, not only in the environmental dimension, but also in how this was affected psychologically, emotionally and behaviorally.

Keywords: Return to classes, resilience, stress



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA
INDICE



1.	CONTEXTUALIZACIÓN	1
1.1.	Contextualización Internacional	1
1.2.	Contextualización nacional	1
1.3.	Contextualización local	1
1.4.	Justificación	2
1.5.	OBJETIVOS DE ESTUDIO	3
1.5.1.	Objetivo general	3
1.5.2.	Objetivos específicos	3
1.6.	LINEA DE INVESTIGACION	3
2.	MARCO CONCEPTUAL	4
2.1.	Retorno a clases	4
2.2.	Retorno a clases presenciales	5
2.3.	Consecuencias en los estudiantes	5
2.4.	El estrés y el retorno a clases	6
2.5.	Estilo de afrontamiento	7
2.6.	Tipos de estrategias de afrontamiento	7
2.6.1.	Afrontamiento activo.	8
2.6.2.	Afrontamiento pasivo.	8
2.6.3.	Afrontamiento de evitacion.	8
2.6.4.	Resiliencia y afrontamiento	8
2.6.5.	Estrategias de afrontamiento para el estrés	9
2.7.	Marco Metodológico	11
2.7.1.	Tipo de investigación	11
2.7.2.	Alcance de la investigación	11



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA



2.7.3.	Población. _____	11
2.7.4.	Muestra. _____	11
2.7.5.	Enfoque de la investigación _____	11
2.7.6.	Técnicas e instrumentos de investigación _____	11
2.8.	Resultados _____	14
2.8.1.	Descripción del caso _____	14
2.8.2.	Sesiones _____	16
2.8.3.	Situaciones detectadas _____	17
2.8.4.	Soluciones planteadas _____	18
2.8.5.	Discusión _____	20
3.	Conclusiones _____	22
3.1.	Recomendaciones _____	23
4.	Bibliografía _____	24
4.1.	Anexos _____	25
4.1.1.	Tutorías _____	25
4.1.2.	Escala de Estres Percibido (SSP) _____	26
4.1.3.	Escala de Ansiedad de Hamilton _____	27
4.1.4.	Escala de Resiliencia _____	29
4.1.5.	Historia Clínica _____	31



1. CONTEXTUALIZACIÓN

1.1. Contextualización Internacional

A nivel internacional diversos organismos entre el cual se puntualiza la Organización de Estados Iberoamericanos (OEI), nos menciona de carácter general que el retorno a clases presenciales tiene que ser de manera progresiva y segura ya que es una prioridad, el tema para evitar cualquier tipo de inconveniente lo cual podría verse afectado en el estado emocional de los estudiantes.

La UNICEF manifiesta que a nivel internacional el cese duradero de la escolaridad ha afectado negativamente a la generación actual, no solo a corto plazo, sino también a mediana y largo plazo, generando una pérdida significativa de habilidades y conocimientos, en algunos países que ya contaban con crisis de aprendizaje, por ejemplo, en México la problemática es más observable a nivel de consecuencias las cuales son; aumento del analfabetismo, bajo nivel de educación, decadencia en las habilidades sociales, entre otros.

1.2. Contextualización nacional

En Ecuador se han desarrollado muchas modalidades de retorno a clases, siendo la más destacada en este caso es el retorno progresivo, lo cual está presentando problema por parte de los estudiantes, la prespecialidad en algunos casos al no ser abordada de forma segura, le está causando problemas emocionales y también estrés y los diversos factores que este conlleva.

De acuerdo con la problemática determinada y según la experiencia obtenida de vínculo con la sociedad se dio a conocer que los alumnos se sienten agobiados al saber sobre las clases presenciales, lo cual les hace no estar preparados para ello, al no tener medidas de bioseguridad, también se anuncia la posibilidad de un nuevo rebrote de virus COVID-19.

1.3. Contextualización local

A nivel local en la provincia de los ríos existen alrededor de 823 escuelas y colegios, los cuales 523 se sitúan en sectores rurales y los otros 300 en zonas urbanas, de esta cantidad se ha realizado una inversión de 869,000 dólares americanos a 23 instituciones del sector urbano y 15 rurales, en Quevedo al momento del retorno a clases 28 instituciones educativas no contaban con adecuaciones necesarias para el retorno a clases, siendo esta problemática un factor predisponente de estrés, debido a que esta situación genera malestar sumado a las responsabilidades académicas con las propias institución.

La universidad técnica estatal de Quevedo retomo sus clases presenciales el 24 de mayo del 2022 bajo los estándares presenciales, lo cual será aplicada para todas las carrera, la metodología del retorno a clases de la universidad se alinea a los protocolos de bioseguridad empleados por el ministerio de salud, reduciendo el aforo de los espacios cerrados de la institución y direccionando a los alumnos a ubicarse en las áreas verdes de la institución, al igual que el uso de mascarillas, alcohol y señaléticas.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA



1.4. Justificación

El tema para investigar se identificó mediante las actividades realizadas en vinculación con la sociedad, los talleres brindados se relacionaba con estrategias de afrontamiento a crisis en la cual la población se identificaba con la problemática del retorno a clases como crisis con dificultades para afrontar, durante la experiencia de vinculación se logró identificar a un estudiante de la ESPOL que presentaba estados de ansiedad por su carencia afrontar conflictos provocados por el retorno a clase, he de ahí la motivación para plantear el temas del estudio de caso.

La importancia de la investigación radica que la mayoría de los estudiantes se sienten inseguros ante el retorno a clases ya que se percibe cierto rechazo a retornar a clases de manera presencial, por lo cual las instituciones educativas se ven obligadas en gran parte a aplicar diferentes modalidades de estudio, por lo cual la que más destaca es el retorno a clases progresivo, aun con esta medida de intervención del gobierno, los niveles de ansiedad y estrés se concentró en una parte de la población, la problemática que se estudia, es un factor de riesgo suficiente para la prevalencia de trastornos relacionados con el estado de ánimo como ansiedad, depresión y estrés.

Entre los beneficiaros de la investigación se ubica al estudiante de la ESPOL facilitó que participo como población, el cual al final del proceso adquirió habilidades de afrontamiento para mejorar la calidad de su convivencia con el contexto académico. En segundo lugar, el autor del estudio de caso se benefició, debido a que pudo cumplir con la elaboración del estudio de caso para la obtención del título de licenciado en psicología, cabe mencionar que la realización del estudio fue factible gracias a la disposición mostrada del participante, y la dirección profesional del tutor de titulación.

Durante el proceso de investigación de selección el tipo de investigación descriptiva, puesto que se busca investigar, describir y caracterizar las situaciones o eventos dentro de la misma, el diseño de investigación que se usara es revisión bibliográfica, método deductivo y observación clínica, para medir los estilos de afrontamientos frente a el retorno a clases progresivo, y dentro del enfoque se utilizara el cualitativo ya que nos permitirá describir los indicadores que inciden en la problemática.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA



1.5. OBJETIVOS DE ESTUDIO

1.5.1. Objetivo general

Analizar los resultados de la aplicación estrategias de afrontamiento para el retorno a clases de un estudiante de la ESPOL mediante la aplicación de pruebas psicométricas.

1.5.2. Objetivos específicos

Describir la característica de la modalidad de retorno a clases propuestas por la universidad.

Determinar la influencia de la modalidad de retorno a clases a nivel psicológico en el estudiante.

Sugerir las estrategias de afrontamiento posibles para la modalidad de retorno a clases primando el bienestar del estudiante

1.6. LINEA DE INVESTIGACION

Este estudio se encuentra basado en las líneas de investigación de la carrera: Social y Organizacional y su correspondiente sub-línea: Bienestar y prevención de riesgos psicosociales.

La relación que se tiene en el presente estudio de caso es que las personas son un ente social, por lo cual están presentes a posibles riesgos psicosociales, lo cual se tiene que prever antes de que ocurra.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA



2. MARCO CONCEPTUAL

2.1. Retorno a clases

El COVID-19 fue una catástrofe para la población mundial viéndose afectados de gran manera tanto durante la pandemia, por el confinamiento incidió en la aparición de trastornos del estado de ánimo y post pandemia, siendo el retorno de las actividades cotidianas el actual predisponente para la prevalencia de malestar emocional, es una realidad que inicios del confinamiento el ser humano se vio orillado a demostrar su capacidad de adaptación.

Para algunos la problemática excedía sus habilidades de afrontamiento, mientras que para otros como el contexto escolar desarrollaron nuevas estrategias para mantener su estatus quo, por ejemplo, las personas que se dedican a la docencia. Según Alzamora et al. (2020):

La docencia debió modificar sus rutinas habituales que se vieron completamente alteradas, así como también tuvieron que resignificar las estrategias de enseñanza y volcarse a recursos digitales. Las prácticas docentes en un entorno de virtualidad interpelan los modos de actuación conocidos dada la alteración del tiempo y el espacio en la comunicación. (p. 113)

Pero al finalizar el confinamiento surge una nueva problemática para el campo escolar, el retorno a clases, se volvió una situación de incertidumbre para muchos, provocando en ellos algún trastorno de ansiedad. “miedos y preocupaciones excesivas a lo largo de la vida, estas emociones emergen en situación que no representan un peligro real para él o la paciente” (Chacón et al., 2021, p. 24). Siendo esta una de las consecuencias que padecen muchos estudiantes de distintos niveles académicos, en la docencia se presenta el desafío en determinar qué modo de enseñanza era el más adecuado, siendo que el tiempo de transición entre clases virtuales a presenciales fue demasiado corto, otro aspecto a considerar fue el estado de infraestructura y los protocolos sanitarios de las instituciones educativas o solicitar la intervención de actores de salud.

La evaluación de los recursos edilicios de las escuelas para definir si era necesario hacer adecuaciones y arreglos (ejemplo: ventilación, baños, puertas de entrada y salida, etc.). Este ingreso de la población escolar se vería acompañada de medidas de índole sanitario (tales como uso obligatorio de tapabocas y máscaras de acetato, metro y medio de distancia, aireación de espacios, sanitizar elementos personales y mobiliario antes y luego de utilizarlos, sanitización de las suelas de los zapatos al ingresar a la institución, medida de la fiebre, baños compartidos por grupo, alcohol en gel en todas las aulas, etc.). Considera la posibilidad de incluir actores de salud y de desarrollo social, en conjunto con la comunidad educativa, para la adaptación y mantenimiento de las condiciones básicas y tareas auxiliares de abordaje de casos sospechosos o diagnóstico confirmados de COVID-19. (Alzamora et al, 2020, p. 114)



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA



2.2. Retorno a clases presenciales

En la actualidad surge como duda que dirección tendrá la educación. Correa et al. (2021), “El retorno a clases presenciales definitivamente es más que solo clases o formación académica. Incluye numerosas actividades e instancias de relación con otros, que se logran desarrollar de una manera mucho más completa e integral en la modalidad presencial” (p. 175). Así como también las instituciones como tal pueden presentarse en una ambivalencia de factor de protección o factor de riesgo para el estudiante, esto dependerá de la realidad de cada uno. “Las decisiones de cada familia frente a la experiencia de la pandemia y el tema escolar, están influenciadas también por la realidad diversa de cada una de ellas” (Correa et al., 2021, p. 176).

Por ejemplo, para algunos niños la escuela significa un ambiente de confort, ya que le ayuda a ausentarse por ciertas horas de un contexto familiar disfuncional, para otros la misma escuela se vuelve un estresor debido a la dificultad de establecer relaciones saludables con la población escolar (docentes, personal administrativo y de aseo, y compañeros). En la toma de decisión de la familia se observan otros factores divergentes entre ellas que inciden en la en el retorno a clases de sus hijos:

1. Adultos mayores en el sistema familiar
2. Involucramiento parental
3. Capacidad de generar recursos económicos
4. Capacidad de adaptación al cambio de cada familia
5. Respuestas desadaptativas por experiencias estresantes similares
6. Duelos por COVID-19
7. Redes de apoyo presentes durante el proceso

Cabe hacer mención que existe un factor que predomina ante los anteriores, y es el riesgo de contagio o de enfermarse, ya que el retorno a clases consecuentemente generará acercamientos físicos entre personas de varias edades, sexo, etnias y portadores de diferentes patologías, la cuales unas más vulnerables que otras al contagio y la cronicidad del COVID-19, por ende el retorno a clases se convierte uno de los principales causales de aumento de contagios de COVID-19 imprescindible de pronosticar.

2.3. Consecuencias en los estudiantes

El confinamiento obligo a la población mundial a adaptarse a ella como un nuevo estilo de vida, involucrando al contexto social a este cambio abrupto, consecuentemente se no to la presencia de alteraciones emocionales de naturaleza ansiosa, depresiva y estresante, ahora en la actualidad la población mundial se enfrenta a otra crisis provocada por la pandemia, la cual es la reactivación de hábitos cotidianos de la sociedad, el contexto escolar no es la excepción y de igual manera es esperable cambios a nivel emocional. Alvarado y Berra (2021):

El personal docente de cada institución académica ya sea público o particular deberá tener el conocimiento adecuado para situarse nuevamente en su ámbito de enseñanza tradicional y adaptarse para sobrellevar el ciclo escolar presencial con las medidas



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA



sanitarias impuestas y a la vez los problemas emocionales que se presenten en sus alumnos. (p. 254)

Por el ende el docente debe tener una preparación en medidas de afrontamientos para estos desajustes psicológicos que observara en la población estudiantil, cultivar la capacidad de observar al estudiante como una identidad conformada de procesos cognitivos, emocionales y conductuales. “principalmente pueden ser; sentimientos de tristeza, apatía, enojo, aislamiento, frustración, ansiedad, estrés” (Alvarado y Berra, 2021, p. 254).

Además de alteraciones psicológicas a nivel cognitivo, emocional y conductual, también existe el riesgo de contagios de COVID-19, Por ende, se debe elaborar estrategias a nivel de institución, tomando en consideración las propuestas de prevención epidemiológicas del ministerio de salud, en la cual se observa que las principales medidas prevención:

- Aseo de aulas.
- Uso de mascarillas.
- Señalizaciones.
- Filtros de ingreso.
- Lavado constante de las manos.
 - Uso de gel.
- Uso de sensores de temperatura.

Aunque estas medidas tienen como finalidad de prevenir el contagio, la realidad es que la semaforización verde para el retorno a clases contribuirá a la crisis sanitaria de la actualidad “Ha de valorar la integridad de la salud mental de los actores sociales de la educación, debido a las secuelas que se han presentado a lo largo del periodo de la pandemia y cuyos efectos son reflejados en emociones negativa” (Alvarado y Berra, 2021, p. 254). Cabe mencionar que parte de estos estudiantes no solo fueron afectados por trastornos mentales, sino que también retorna a clases con la patología, y las clases presenciales pueden incidir en su gravedad.

2.4. El estrés y el retorno a clases

Durante la pandemia la sensación de estrés se hizo presente en ambos lados de los actores que componen la educación, en los formadores cuando se enfrentaron a la necesidad de adaptarse a la modernidad de las tecnologías para realizar clases virtuales, y los estudiantes para asistir a las mismas, aunque no suene mal para la población estudiantil, se recomienda considerar factores como, dificultad para el acceso a internet, ineficiente estado de la tecnología (computadoras averiadas o desactualizadas, versiones de celulares incompatibles con las plataformas de la institución), o carecer de un espacio físico adecuado para la clase.

Todos estos factores incidieron en la prevalencia de estrés, así como su comorbilidad con otras patologías, en la actualidad el estrés repercute en el afrontamiento de los estudiantes en el retorno a clases presenciales. Terrazas et al. (2022), “se postuló que el miedo al Covid-19, el agotamiento y estrés llevan a la intención de abandono escolar, pero en este caso no se considera grave en abandonar sus estudios” (p. 142).



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA



Es importante considerar este hecho ya que el contexto educacional, para muchos es exigente, muchas veces excede a la capacidad de afrontamiento y resiliencia del mismo, pero gran parte de la población estudiantil desarrolla el afrontamiento necesario en base a la motivación que les genera la gravedad del hecho de no graduarse, en este caso si el abandono escolar se tejiversa con preservación de la vida, esto puede ser perjudicial para el estudiante, ya que contribuye a conducta de eludir las responsabilidades.

2.5. Estilo de afrontamiento

Según Morán et al. (2019), “se define el afrontamiento como los intentos cognitivos, emocionales y conductuales para manejar demandas que son evaluadas como exigentes o que exceden la propia capacidad del individuo para adaptarse” (p. 185). Se entiende por afrontamiento a la capacidad que tienen el ser humano a responder mediante acciones ante sucesos nocivos para su integridad. “Aunque la puesta en marcha de estas no siempre garantiza el éxito, sirven para generar, evitar o disminuir conflictos en los seres humanos, atribuyéndoles beneficios personales y contribuyendo a su fortalecimiento” (Peña et al., 2018, p. 2).

En la cotidianidad de la vida todo ser humano desarrolla estrategias de afrontamiento para poder adaptarse y desenvolverse en su medio. “Es una respuesta susceptible de ser aprendida frente a las situaciones problemática” (Morán et al., 2019, p. 185). Siendo que desarrollar estrategias de afrontamientos para la resolución de conflictos es una conducta inherente del ser humano.

Los recursos que utiliza el individuo para desarrollar estrategias de afrontamiento ante las situaciones estresantes, parte del medio en el que esta involucrado, de su constructo de creencias, recursos economicos, como tal la efectividad de una estrategia no parte de la calidad del recurso, si no de la calidad de integrar los recursos para elaborar dicha estrategia, por ejemplo.

En una clase de psicología, el docente envia a realizar un ensayo con un contenido de 30 hojas, el cual revisara en dos dias, un estudiante con recursos economicos puede pagar para que le realicen el trabajo, mientras que otro que carece de estos recursos organiza su tiempo para irlo elaborando y poder cumplir, al final el estudiante con escasos recurso economico desarrolla habilidades de afrontamiento ante el estrés y en una ocasión similiar los niveles de estrés disminuiran, en caso contrario el estudiante como recursos no desarrolla habilidades y en otra ocasión si no cuenta con los recursos economicos, los niveles aumentaran.

Pero estilos de afrontamientos y estrategias de afrontamientos son dos cosas diferentes, los estilos de afrontamientos es la perdisposicion del individuo de hacer frente a un problema y se escoge que estrategia realizar para afrontarla, mientras que las estrategias de afrontamiento es una accion concreta para cada situacion estrsante que surge en la vida de cada individuo.

2.6. Tipos de estrategias de afrontamiento

El afrontar no hace referencia puntual a resolver problemas o que todos los conflictos pueden ser solucionados si se los enfrentan, la habilidad para gestionar las emociones delante del



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA



estrés de un problema o situación y desarrollar una respuesta que amortigüe el daño que provoca la situación, por ende es necesario evaluar el significado de la problemática, las consecuencias que trae el problema y las emociones que se manifiesta, con la finalidad de escoger unos de los tipos de estrategias de afrontamiento.

2.6.1. Afrontamiento activo.

Los tipos de afrontamiento de carácter pasivo comprenden que la finalidad es planear una respuesta rápida adaptativa al suceso estresante. González et al. (2018):

Las estrategias de afrontamiento activo son las más eficaces para enfrentarse a las situaciones académicas de estrés, reduciendo el impacto estresante de las mismas, respondiendo así de forma afirmativa a la pregunta que nos hacíamos en el título de este trabajo. (p. 429)

Se considera que las estrategias de afrontamiento por su velocidad de respuesta cambian rápidamente el flujo o la afección de la problemática. “El uso de las estrategias de afrontamiento activo está significativamente asociado con menores manifestaciones psicofisiológicas de estrés. La utilización de estas estrategias parece estar claramente relacionada con una menor vulnerabilidad al estrés” (González et al., 2018, p. 429). Pero existen casos que los afrontamientos activos no obtienen resultados positivos para el paciente, posiblemente debido a su rapidez no le da el tiempo al individuo de observar todas las variables de la situación.

2.6.2. Afrontamiento pasivo.

Se le considera ha si cuando las estrategias son propuestas por el ambiente, es decir el paciente no utiliza los recursos del ambiente para elaborar su propia estrategia, sino utiliza estrategias ya elaboradas del medio con la finalidad de disminuir el malestar que le genera la situación, por ejemplo. Si un individuo tiene a un familiar enfermo, este decide rezar para encontrar alivio a través de la oración.

2.6.3. Afrontamiento de evitación.

Las estrategias evitativas se caracterizan por evitar la problemática como tal, el individuo focaliza que la mejor opción para afrontar el problema es olvidándose de él o negar si el malestar que este le genera, en casos de ansiedad patológica mediante el uso de técnicas terapéuticas se orienta al paciente a utilizar este tipo de afrontamiento, pero en general ante situaciones real genera consecuencias en el individuo, como el ejemplo, del estudiante que pago por la tarea, si bien evito el malestar no desarrollo resiliencia ante el sucesos y en contexto similares los niveles de estrés serán altos.

2.6.4. Resiliencia y afrontamiento

Resiliencia y afrontamiento se vuelven dos conceptos muy apegados acorde a su funcionamiento. Fínez et al. (2019), “La resiliencia es la habilidad para adaptarse a los acontecimientos adversos, superarlos y ser capaz de lograr un progreso exitoso” (p. 85). Esta



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA



habilidad se va desarrollando a medida que la persona supere los conflictos que surgen en su vida cotidiana.

La resiliencia a lo largo de la vida se ira desarrollando, pero su desarrollo no depende de la cantidad de conflictos que mantenga un individuo, esta dependera de la cantidad de conflictos que seran afrontados, haciendo énfasis en los conflictos resueltos de manera asertiva. Fínez et al. (2019), “Se ha considerado la resiliencia como propia de personas excepcionales, sin embargo, está claramente demostrado que la resiliencia es un fenómeno común entre personas que se enfrentan a experiencias adversas” (p. 86).

Las personas no tienden a considerar que posee esta capacidad, y en el transcurso del afrontamiento ante una situación extremadamente difícil, logra darse cuenta de su habilidad, por ejemplo, en un examen de anatomía en el primer intento al estudiante se le dificultad, por varios factores, no sabe que estudiar o que libros revisar, en una segunda vez será sencillo estudiar para el examen, porque a raíz del conflicto obtuvo experiencia y conocimiento que le son de ayuda para elaborar nuevas estrategias de afrontamiento.

En cuanto al afrontamiento y su relación con la resiliencia, se puede decir que es el medio para el fin, como se ha planteado el afrontamiento es hacer frente a un problema y la resiliencia se desarrolla a partir de los resultados del afrontamiento del conflicto, por ende el desarrollo de la resiliencia siempre dependerá de los estilos y estrategias de afrontamiento que realice el individuo.

2.6.5. Estrategias de afrontamiento para el estrés

El estrés siendo una respuesta fisiológica arraigada al ser humano, es imposible de evadir sentirla, por ende, el ser humano con la finalidad de adaptarse elabora estrategias de afrontamiento para que desaparezca o en muchos casos por lo menos esta disminuya. “El afrontamiento refiere a una respuesta adaptativa al estrés, constituyendo un modo especial de adaptación cuya activación subjetiva resultará ante circunstancias abrumadoras” (Piergiovanni y Depaula, 2018, p. 415). Se puede clasificar el tipo de estrategias según la focalización del malestar:

2.6.5.1. Centradas en el problema.

1. Orientarse hacia la problemática
2. Determinar y plantear el problema como tal
3. Proponer soluciones como alternativas
4. Tomar decisiones
5. Poner en práctica las soluciones y evaluar su factibilidad

2.6.5.2. Centradas en las emociones.

1. Identificar la realidad de la problemática
2. Identificar los pensamientos que surgen a partir del problema
3. Describir las emociones que siente la persona
4. Identificar la conducta que toma el individuo por su estado emocional.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA



5. Debatir si estuvo bien su forma de pensar, sentir y actuar.
6. Modificar pensamientos irracionales con respecto a la problemática



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA



2.7. Marco Metodológico

2.7.1. Enfoque de la investigación

El presente estudio de caso se enfoca en el modelo de investigación cualitativa ya que se desea conocer sobre las cualidades que inciden en las problemáticas mediante la recolección de información relevante de la muestra para ellos se utilizan técnicas de entrevistas.

2.7.2. Alcance de la investigación

Es de tipo transversal ya que se desea investigar sobre las estrategias de afrontamiento que emplea un estudiante universitario en el retorno a clases presenciales, en el cual, en un breve periodo de tiempo, se desea conocer aspectos de la personalidad que influyen en la elaboración y puesta en práctica de estas estrategias de afrontamientos, causas que predisponen la baja resiliencia en el adolescente, y principales estresores que exceden la capacidad de afrontar del universitario.

2.7.3. Tipo de investigación

El tipo de investigación realizado para la elaboración del estudio de caso es de carácter correlacional ya que se desea explicar y entender la interacción entre estrategias de afrontamiento y el retorno a clases presenciales del presente caso, al mismo tiempo que se desea observar los resultados de la enseñanza de habilidades de afrontamiento para el retorno a clases presenciales, esta investigación goza de flexibilidad al momento de recabar la información.

2.7.4. Población.

En el presente estudio de caso se focaliza como población a los jóvenes universitarios de la institución “Escuela Superior Politécnica del Litoral (ESPOL)” de la carrera de ingeniería civil la cual se define como finita la cual se conoce con exactitud el número de estudiantes y docentes involucrados en la institución.

2.7.5. Muestra.

Como muestra se precisa seleccionar a un adulto joven de 22 años de sexo masculino oriundo de la ciudad de Quevedo, de ocupación estudiante en la ESPOL, de la carrera de ingeniería civil.

2.7.6. Técnicas e instrumentos de investigación

Las técnicas e instrumentos utilizados para la recolección de información referente a la problemática del tema son las siguientes: método de investigación deductiva, y revisión bibliográfica, entrevista semi estructurada, observación directa, pruebas psicológicas e historia clínica.



2.7.6.1. Método deductivo.

El eje que caracteriza al método deductivo es que considera que la respuesta de la problemática yace en la naturaleza de esta, mediante la extracción de un conjunto de datos establecidos, partiendo de las normas o principios a los hechos concretos, por ejemplo en el caso, una norma refiere cuando el estrés excede a la capacidad de afrontamiento del individuo, este genera malestar, y un hecho específico es que el estrés constante que genera la ESPOL en sus estudiantes inciden en el fracaso escolar.

2.7.6.2. Revisión bibliográfica.

La finalidad de este método es de presentar una revisión breve de todas las lecturas utilizadas para para la elaboración de las bases teóricas o epistemológicas de la investigación que se está realizando, promoviendo la elaboración de la discusión y conclusión de dicha investigación, la utilización de este método garantiza la adquisición de la información más precisas y veraz de lo estudiado.

2.7.6.3. Entrevista semi estructurada.

Es un modelo de entrevista que se va de preguntas abiertas y cerradas direccionadas a saber una problemática en específico. Se realizó una entrevista semi estructurada con el paciente en la primera sesión tomando como referencia los ítems de la historia clínica, el que los datos más relevantes que se obtuvieron mediante la entrevista fueron anamnesis e historia académica

2.7.6.4. Observación directa.

Utilizada en la interacción directa con el entrevistado, la cual consta de evaluar los comportamientos observables del paciente, para emplear este método es necesario prestar atención, al entrevistado y a la congruencia de su expresión no verbal y verbal, el éxito del método no parte de la capacidad atencional, si no de haber planificado lo que se desea observar, en el caso del entrevistado estudiado, se deseaba observar síntomas de estrés o malestar emocional.

2.7.6.5. Historia clínica.

La historia clínica es un recurso muy utilizado en el ámbito de salud ya que es el registro del antecedente médico del paciente, en el caso de la psicología, esta también considera relevante registrar la historia del paciente, así como el entorno que lo rodea, la historia clínica usada durante la entrevista y en el registro de información fue proporcionada por la carrera de psicología de la Universidad Técnica de Babahoyo.

2.7.6.6. Pruebas psicológicas.

Las pruebas psicológicas son un recurso necesario para la comprobación de hipótesis diagnósticas, en el presente caso debido a que la problemática persistente entre las estrategias



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA



de afrontamiento y el retorno escolar del caso es el estrés y la ansiedad se propone la utilización de las pruebas a continuación para medir tres aspectos del entrevistado, la primera los niveles de ansiedad, la segunda la capacidad de resiliencia y tercero el estrés que este percibe.

2.7.6.6.1. Escala de ansiedad de Hamilton (HAS).

El HAS es una prueba psicométrica, utilizada para la evaluación de la severidad del síndrome de ansiedad, la prueba consta de 14 ítems donde 13 ítems hacen referencia a síntomas de ansiedad y el último evalúa la conducta del paciente durante la entrevista, la prueba fue elaborada por Max R. Hamilton en 1959, tiempo de aplicación de 10 a 30min, de corte clínico, hetero aplicada, dirigido a población de adultos, los materiales para su uso son cuestionario, claves de calificación y bolígrafo.

2.7.6.6.2. Escala de resiliencia de Wagnild y Young.

Elaborada por Wagnild y Young en 1993 en Estados Unidos, en el 2002 en Perú, la prueba es hetero aplicada, dura un aproximado de 25 a 30 minutos, puede ser aplicada en adultos o adolescentes de manera individual o grupal. También conocido como ER es una escala que mide o evalúa los siguientes aspectos de la resiliencia:

- Sentirse bien solo
- Confianza en sí mismo
 - Ecuanimidad
 - Perseverancia
- Satisfacción a sí mismo.

Este también considera una escala total de resiliencia.

2.7.6.6.3. Escala de Estrés Percibido (Perceived Stress Scale, PSS).

Creada por Cohen S, en 1983, el cual evalúa la calidad de vida relacionada a la salud y salud percibida en la dimensión del estrés, dirigida a todas las poblaciones generales, desde la adultez, existe una versión de 14 ítems, las cuales pueden ser respuesta por 5 niveles de frecuencia, donde la puntuación máxima es el mayor nivel de estrés que percibe el entrevistado.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA



2.8. Resultados

2.8.1. Descripción del caso

Paciente Adulto joven de 22 años, nacido en Quevedo el 15 de julio del 2000 de género masculino, estado civil soltero, de creencias religiosa católica, estudiante de la carrera de ingeniería civil de la ESPOL, acude a consulta de manera voluntaria para atención psicológica, para el abordaje del paciente se realizaron 6 sesiones.

La demanda del paciente plantea dificultad en el aprendizaje y sensación de estrés excesivo, paciente menciona que durante las últimas dos semanas manifiesta intolerancia al estrés debido a la cantidad de actividades académicas, también se refiere la presencia de otros episodios de ansiedad con anterioridad, también se siente preocupado que el retorno a clases pueda ser perjudicial para su salud debido a la incertidumbre de un rebrote de COVID19.

El paciente proviene de una estructura familiar extendida, constituida por abuelos, padre, madre y hermanos, no se manifiestan conflictos en la familia, el paciente menciona que sus vínculos afectivos son saludables, se observa a la familia como una red de apoyo de normas flexibles y de convivencia aglutinada.

Dentro de la anamnesis del paciente se observa que tiene redes de apoyo social, aunque refiere que no tiene dificultad para relacionarse, es reducido el grupo de personas con las que mantiene un vínculo afectivo de confianza y respeto, se observa al paciente solidario y empático con sus semejantes.

Con respecto al ámbito académico, en los vínculos relacionales con sus compañeros y docentes no refiere ninguna situación de conflicto, ni tampoco se observan conductas desadaptativas, al momento su rendimiento académico está por encima del promedio, pero al momento de la entrevista el paciente manifiesta que le cuesta mantenerlo y siente que en algún momento colapsara, le cuesta más memorizar y prestar atención.

En su tiempo libre, la mayoría de las veces lo ocupa en realizar actividades universitarias, en escasas situaciones la utiliza para jugar con sus amistades videojuegos o pasa tiempo con su pareja, en la actualidad presenta dificultades para mantener el sueño, el paciente refiere que “mientras nadie me haga ruido yo duermo bien, pero alguien me hace algún tipo de sonido, yo me levanto, y después ya se me hace difícil volverme a dormir”, como proyecto de vida desea realizar un viajar a Estados Unidos, bajo el contexto de realizar un intercambio de experiencias académicas.

El paciente al momento de la entrevista acude con una vestimenta formal, sus expresiones van acorde a su lenguaje verbal, se observa preferencia por colores oscuros, se lo observa arreglado y peinado, se lo observa orientado en persona tiempo, espacio y persona, se observa dificultad en la retención de la memoria, no se observan alteraciones en la inteligencia, pensamiento, lenguaje, se observa agitación psicomotora, sin alteraciones en la sensopercepción, estado distímico, juicio de realidad de realidad coherente, no es consciente de la enfermedad.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA



Con respecto a la aplicación de pruebas psicométricas se realizaron tres, con la finalidad de medir, niveles de estrés, ansiedad, y capacidad de resiliencia del paciente, los cuales los protocolos de interpretación refieren los siguientes puntajes:

- Escala de ansiedad de Hamilton. – se reflejan resultado de una puntuación de 8 en ansiedad psíquica y 6 puntos en ansiedad somática dando como resultado una puntuación total de 14 puntos, lo cual se interpreta como ansiedad leve
 - Escala de resiliencia de Wagnild y Young. – se reflejan los siguientes resultados: Confianza en sí mismo un puntaje de 48, Ecuanimidad: puntaje de 20, Perseverancia puntaje de 43, Satisfacción personal puntaje de 25, Sentirse bien solo puntaje de 20, observando que la confianza en si mismo es la característica del paciente con mayor puntaje
- La escala de estrés percibido. – refiere que con una puntuación de 34 a menudo se encuentra estresado



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA



2.8.2. Sesiones

El primer acercamiento se realizó durante los vínculos con la comunidad, donde después de haber realizado una charla preventiva sobre el estrés y medidas de afrontamiento, joven se mostró interesado y se acercó a saludar y a solicitar una atención, en consecuencia, con él se acordó realizar seis sesiones, una cada semana, en el horario de 7 am de la mañana los días sábado, todas las sesiones tuvieron una duración de 45min. A continuación, se detalla cada una de las sesiones:

2.8.2.1. Primera sesión.

En la primera sesión se llevó a cabo el día 29 de abril del 2022, el paciente acude de manera puntual, se le socializa al paciente sobre la modalidad de cada sesión, y se le solicita acordar un contrato de confidencialidad, el cual acepta, durante esta sesión se recabo información personal al motivo de consulta y la historia psicopatológica a lo cual el paciente refirió con tono de voz de cansancio “me siento muy cansado no puedo más, los trabajos de mi U son muy pesados y aunque duerma me sigo levantando cansado” se registra el tiempo de evolución de 2 semanas, el evento precipitante se registra las actividades académicas de la ESPOL, y como factores precipitante la presión que le genera los docentes, se da por finalizado la sesión.

2.8.2.2. Segunda sesión.

En la segunda sesión se llevó a cabo el día 6 de mayo del 2022, se continua con la entrevista semi estructurada para el registro completo de la historia clínica durante esta sesión también se realizó la aplicación de la escala de ansiedad de Hamilton, durante esta sesión se registró la historia familiar en la cual el paciente refiere ser el mayor de tres hermanos, convive con abuelos paternos, su madre y padre, no se observa disfuncionalidad ni conflictos en el hogar, luego se registra la anamnesis del paciente, seguido de explicarles la consignas para la realización de la escala de ansiedad de Hamilton, se da por finalizada la sesión

2.8.2.3. Tercera sesión.

Esta sesión se llevó a cabo el día 13 de mayo, durante esta sesión se continua con la aplicación de las pruebas psicométricas, durante esta sesión se aplica la escala de resiliencia de Wagnild y Young, se le explica la consigna al paciente, el cual se observa que la realiza con cuidado y paciencia, al momento que el paciente finaliza la prueba, se le solicita que mencione su perspectiva sobre la prueba, lo cual el refiere “me parece interesante, además me agrada porque ahora que veo nuevamente el cuestionario, puedo ver que tengo muchas cosas buenas como: que soy decidido, auto disciplinado y me siento bien conmigo mismo”, se da por cerrado la sesión

2.8.2.4. Cuarta sesión.

La cuarta sesión se realizó el día 20 de mayo del 2022 se aplicó la escala de estrés percibido, se observó al paciente que acudió a consulta con un estado emocional ansioso, respuesta



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA



fisiológica de sudoración y agitación motora, se realizan ejercicios de respiración para disminuir los niveles de ansiedad, se le pregunta que se debe su situación actual, el paciente refiere “lo que sucede es que me mandaron a repetir un deber para mañana y no contaba con eso y el día de mañana y hoy no me va a dar tiempo de hacerlo porque tengo otros deberes”, se le ayuda a organizar los tiempos de sus actividades en el hogar para ayudarlo a encontrar una alternativa, luego se le aplico la escala de estrés percibido, y con eso se dio finalizada la sesión

2.8.2.5. Quinta sesión.

Esta sesión se realizó el día 3 de junio, Durante esta sesión que acudió el paciente, se realiza una indagación de cómo le ha estado yendo desde la última sesión en sus actividades, en la cual menciona “me ha ido bien, si habido días súper cansados, pero ahí pongo en práctica la respiración y reorganizarme con las tereas y me fue bien así”, al finalizar se le comenta y se explica los resultados de cada una de las pruebas psicométricas, resaltando los resultados del ER, luego se dio por finalizada la sesión, antes comentándole que la siguiente sesión será la ultima

2.8.2.6. Sexta sesión.

En esta sesión se realizó el día 17 de junio, el paciente acude tranquilo y feliz porque manifiesta “me fue bien en los exámenes que día”, acto seguido se le pregunta al paciente como se ha sentido con la entrevista y se ha observado mejoría o cambios desde haber iniciado las sesiones, lo cual el paciente responde de manera positiva y mencionando que “me siento complacido con lo que hemos hecho”, acto seguido se realiza la respectiva despedida y finaliza la sesión.

2.8.3. Situaciones detectadas

Como situaciones detectadas se puede observar el tabla1, la cual fue elaborada a partir del análisis de los resultados registrados en la historia clínica y las interpretaciones de las pruebas psicométricas, en el estudio de caso no se pretende establecer un diagnóstico, pero si es relevante entender que los signos y síntomas, que denota el paciente son indicadores de malestar emocional relacionado con el estrés.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA



Tabla 1

Matriz del cuadro psicopatológico

FUNCIÓN	SIGNOS Y SÍNTOMAS
COGNITIVO	Dificultad para prestar atención, dificultad para memorizar, fatiga mental, preocupación por el futuro
AFECTIVO	Ansiedad, temor, estado de ánimo distímico
CONDUCTA SOCIAL - ESCOLAR	Enlentecimiento motor
SOMÁTICA	Cefalea, insomnio, estrés

NOTA. Constituido con los síntomas observados en el paciente del estudio de caso.

En consecuencia, se observa un pronóstico desfavorable para el paciente, a menos que siga las siguientes sugerencias:

1. Deberá realizarse una evaluación psicológica para determinar la existencia de algún trastorno mental
2. Luego tomar en consideración las soluciones planteadas de la tabla 2.
3. Iniciar un tratamiento psicoterapéutico que focalice el desarrollo de habilidades de afrontamiento y técnicas de relajación
4. Incluir actividad física 2 a 3 veces por semana.

2.8.4. Soluciones planteadas

En respuesta de todas las situaciones detectadas, se propone que las metas terapéuticas para cada una de las problemáticas que se pueden observar en la tabla 2, se consideran que estas sugerencias traerían mejoría al paciente, fundamentándose que se las proponen a partir de los resultados obtenidos a través de la formulación del caso.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA



Tabla 2

Esquema terapéutico

HALLAZGOS	META TERAPÉUTICA	RESULTADOS ESPERADOS	FECHA
Preocupación por el futuro “Es posible que me contagie de COVID19 en el regreso a clases” “temor a colapsar”	Evaluar la evidencia de que tan real es la preocupación y que tan catastrófica es	Se pretende que los niveles de preocupación por el futuro disminuyan	29 de abril 2022
Estrés “actividades académicas”	Preparar al paciente para que identifique las consecuencias que puede llegar a tener la situación estresante, y como puede afrontarla	Se pretende que los niveles de estrés no excedan la capacidad de afrontamiento del paciente, provocando que el paciente no sea capaz de superar la situación.	6 de mayo 2022
Insomnio	Entrenar al paciente para el control y cuidado de estímulos que repercuten en el mantenimiento del sueño	se pretende que el paciente evite el consumo de sustancia o realice actividades que involucren agitación o uso de tecnología	13 de mayo 2022
Dificultad para manejar el estrés	Entrenar al paciente en habilidades de afrontamiento para la resolución de conflictos de manera asertiva	Se pretende que el paciente desarrolle la capacidad de elabora estrategias de afrontamiento para las situaciones que se le presentan en el día a día.	20 de mayo 2022



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA



NOTA. Constituido para mejorar el afrontamiento frente al estrés del paciente.

2.8.5. Discusión

El retorno a clases para muchos fue una situación satisfactoria, debido al extenso confinamiento y sus repercusiones en el estado emocional, el relacionarse con otros pares, es parte fundamental de nuestro desarrollo vital como seres humanos, pero para otros fue una situación estresante que desencadenó respuestas desadaptativas en los estudiantes, provocando consecuencias como el fracaso escolar o bajo rendimiento académico, en el presente caso se puede observar que el paciente se vio afectado por el retorno a clases, debido que el identificaba o percibía dos situaciones como nocivas:

- El riesgo de contagio.
- El nivel de exigencia académica exagerado.

En consecuencia, que el confinamiento y las clases virtuales provocaron una deshabitación con respecto a las competencias o a la capacidad de respuesta para estas situaciones, es decir que la gran parte de los estudiantes no percibieron las clases virtuales como exigentes, pero al momento de ingresar a clases presenciales, factores como el tiempo de traslado, la puntualidad, responsabilidad o el involucramiento con pares incidían en la percepción de las situaciones o responsabilidades académicas designadas, aumentando exponencialmente los niveles de estrés y muchas veces excediendo la capacidad de afrontamiento como se observaba con el paciente del estudio de caso.

Se puede decir que el estrés es necesario para el desarrollo de habilidades de afrontamiento, ya que después de cual contratiempo, la superación de este deja como resultado el aumento de resiliencia del individuo, y a mayor resiliencia, es mayor la capacidad de formular estrategias de afrontamiento es lo que menciona Morán et al. (2019), teniendo en cuenta que las habilidades de afrontamiento están en el medio de cada individuo.

Es importante tener en cuenta que el hecho de afrontar una situación conflictiva no significa que el problema desaparece o se soluciona del todo o no, el problema se mantiene, pero actuar de manera asertiva genera como consecuencia de la resiliencia lo que provoca que, aunque situación no desaparezca, si puede llegar a ser menos nociva para la percepción de quien la padece.

Con respecto al paciente se podía observar que aun que se sentía cansado y percibía que estaba a punto de colapsar en las pruebas psicométricas se podía constatar niveles altos de resiliencia, por ende, era capaz de afrontar y resolver dificultades con respecto a sus actividades académicas, pero capacidad de afrontamiento y resiliencia, no es más que un producto de situaciones estresantes provocadas por la institución académica con anterioridad.

Según González et al. (2018), plantea que se podía observar que el paciente normalmente dependía de resiliencia activa ya que las estrategias de resolución partían de los conocimientos y experiencias que él tenía con respecto al tipo de tarea, estilo de calificación del docente, o



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA



afinidad con él, a partir de esto se podría sugerir el uso de afrontamiento pasivo, por ejemplo, solicitar ayudas terceros, o conseguir tareas similares que faciliten la dificultad de sus actividades.

Fue el uso de afrontamientos por evitación, en el cual se plantea de ejemplo, hay actividades académicas que no necesariamente deben ser elaboradas para obtener la puntuación más alta y que las calificaciones si no existe un incentivo que justifique el deterioro de la salud, no es necesario o recomendable sobre exigirse para obtener los puntajes más altos.

En base al marco conceptual de afrontamiento y clases presenciales y los resultados observados en él, caso para el correcto desarrollo de afrontamiento, se debe hacer frente a las adversidades empleando todos los recursos tanto externos (afrontamiento pasivo) como internos (afrontamiento activo) y desarrollar la capacidad de evaluar la rentabilidad de cumplir o no con alguna situación (afrontamiento evitatorio) teniendo en cuenta que afrontar realmente no significa la desaparición del problema, si no la disminución de su impacto.

Se concluye que lo sustentado por Gonzales et al. (2018). Es congruente con lo observado y evaluado con el paciente del estudio de caso, sobre los estilos de afrontamiento y el retorno a clases presenciales, indicando la existencia de tipos de afrontamiento e identificando el tipo que es utilizado por el paciente, por ende este fundamento es un hecho en esta problemática estudiada.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA



3. CONCLUSIONES

Conforme a la revisión de los resultados y la bibliografía del marco conceptual se puede llegar a establecer las siguientes conclusiones a partir de los cumplimiento de los objetivos, con la finalidad de verificar la rentabilidad de la estructuración del presente estudio de caso relacionado con el afrontamiento y el retorno a clases presenciales.

En función del primer objetivo específico se determinó que la modalidad de estudio de la ESPOL fue presencial, la cual se caracteriza por la interacción directa del estudiante en el aula de clases, en el cual se considera que el nivel de exigencia fue elevándose gradualmente conforme el tiempo pasa a medida de la adaptación de los estudiantes, esto se puede constatar con el nivel de resiliencia del paciente.

Con respecto al segundo objetivo específico se logra determinar que la influencia a nivel psicológica de la modalidad presencial no parte de la dificultad de las tareas como, si no de las experiencias anteriores del paciente en la Universidad, y la modalidad virtual en confinamiento por la pandemia, en el cual el paciente determino que representa menor dificultad asistir a clases y realizar actividades en la modalidad virtual que en la presencial.

En función del tercer objetivo se logró identifica las estrategias de afrontamiento del paciente ante la modalidad presencial, que es de tipo activo, el cual constaba de realizar las actividades a partir que las enviaban, con la finalidad de mantenerse sin ocupación cuando enviaran otra, tomando en consideración que antes de presentar problemas con el descanso, este cuidaba de sus horas de descanso.

Por ende, se puede concluir que se cumplió con el objetivo general del estudio de caso: analizar los resultados de la aplicación estrategias de afrontamiento para el retorno a clases de un estudiante de la ESPOL mediante la aplicación de pruebas psicométricas, en el cual se observan a medida que se afrontan las dificultades aumenta la resiliencia.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA



3.1. Recomendaciones

Tomando en consideración los hallazgos obtenidos del estudio de caso se considera que es competente plantear las siguientes recomendaciones en beneficio al paciente y su desarrollo académico, así como también en caso de realizar un estudio similar al presente se recomendará lo siguiente:

Se recomienda al paciente que sume a su repertorio de tipos de afrontamiento el pasivo y evitatorio con la finalidad de expandir su abanico de recursos, así como sus habilidades para el desarrollo de nuevas estrategias sin requerir tanto esfuerzo para efectuarlas, con la finalidad de que no le genere estrés el hecho de no saber qué hacer ante la situación que de por sí ya le generan niveles altos de estrés.

Otra sugerencia, es el distanciamiento del uso de tecnología como método de relajación, en específico a los videojuegos, ya que el contenido de este le genera más estrés, esto es congruente con los resultados de la escala de estrés percibido, lo cual se recomienda o ya sea realizar actividad física como jugar fútbol o básquet o salir a dar un paseo con amistades que generen comodidad

Por último se recomiendan emplear las técnicas de respiración empleada en una de la sesión para bajar los niveles de ansiedad ante una situación o actividad académica complicada, esto permitirá la oxigenación en el cerebro y disminución de cortisol que es la hormona que provoca la sensación del estrés, además también se recomienda que realice una visita con psicología descartar algún trastorno o patología relacionada con el estrés.



4. BIBLIOGRAFÍA

- Alvarado, D., & Berra, S. (2021). Retorno presencial a universidades en México y consecuencias de la salud mental por pandemia. *Revista Científica*, 6(21), 252–266.
- Alzamora, S., Garbarino, A., Mora, R., Sosa, D., & Ussino, F. (2020). REGRESO A CLASES PRESENCIALES. REGULACIONES POLÍTICAS SOBRE LOS CUIDADOS Y AUTONOMÍAS. *Argonautas Revista de Educación y Ciencias Sociales*, 10(15), 110-127.
- Chacón, E., Xatruch De la Cera, D., Fernández, M., & Murillo, R. (2021). GENERALIDADES SOBRE EL TRASTORNO DE ANSIEDAD. *Revista Cúpula*, 35(1), 23-36.
- Correa D, A., González L., I., Sepúlveda M, M., Burón K, V., Salinas A, P., & Cavagnaro SM, F. (2021). Debate sobre el retorno a clases presenciales en Pandemia. *Andes pediátrica*, 92(2), 174-181.
- Fínez, M., Morán, C., & Urchaga, J. (2019). RESILIENCIA PSICOLÓGICA A TRAVÉS DE LA EDAD Y EL SEXO. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 4(1), 85-94.
- González, R., Antonio, S., González, L., & Franco, V. (2018). Perfiles de afrontamiento y estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista de Investigación Educativa*, 36(2), 421-433.
- Morán, M., Fínez, M., Menezes dos Anjos, E., Pérez, M., Urchaga, J., & Vallejo, G. (2019). Estrategias de afrontamiento que predicen mayor resiliencia. *Revista INFAD De Psicología*, 4(1), 183–190.
- Peña, E., Bernal, L., Pérez, R., Reyna, L., & García, K. (2018). Estrés y estrategias de afrontamiento en Estudiantes de Nivel Superior de la Universidad Autónoma de Guerrero. *NURE investigación: Revista Científica de enfermería*, 15(92), 1-8.
- Piergiovanni, L., & Depaula, P. (2018). Estudio descriptivo de la autoeficacia y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios argentinos. *Revista mexicana de investigación educativa*, 23(77), 413-432.
- Terrazas, A., Velázquez, J., & Testón, N. (2022). El estrés académico y afectaciones emocionales en estudiantes de nivel superior. *Revista Innova Educación*, 4(2), 132-146.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA



4.1. Anexos

4.1.1. Tutorías





UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA



4.1.2. Escala de Estres Percibido (SSP)

Las preguntas en esta escala hacen referencia a sus sentimientos y pensamientos durante el **último mes**. En cada caso, por favor indique con una "X" cómo usted se ha sentido o ha pensado en cada situación.

	Nunca	Casi nunca	De vez en cuando	A menudo	Muy a menudo
1. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha estado afectado por algo que ha ocurrido inesperadamente?	0	1	2	3	4
2. En el último mes, ¿con qué frecuencia se ha sentido incapaz de controlar las cosas importantes en su vida?	0	1	2	3	4
3. En el último mes, ¿con qué frecuencia se ha sentido nervioso o estresado?	0	1	2	3	4
4. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha manejado con éxito los pequeños problemas irritantes de la vida?	0	1	2	3	4
5. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que ha afrontado efectivamente los cambios importantes que han estado ocurriendo en su vida?	0	1	2	3	4
6. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha estado seguro sobre su capacidad para manejar sus problemas personales?	0	1	2	3	4
7. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que las cosas le van bien?	0	1	2	3	4
8. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que no podía afrontar todas las cosas que tenía que hacer?	0	1	2	3	4
9. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha podido controlar las dificultades de su vida?	0	1	2	3	4
10. En el último mes, ¿con qué frecuencia se ha sentido que tenía todo bajo control?	0	1	2	3	4
11. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha estado enfadado porque las cosas que le han ocurrido estaban fuera de su control?	0	1	2	3	4
12. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha pensado sobre las cosas que le quedan por hacer?	0	1	2	3	4
13. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha podido controlar la forma de pasar el tiempo?	0	1	2	3	4
14. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que las dificultades se acumulan tanto que no puede superarlas?	0	1	2	3	4



ESCALA DE ANSIEDAD DE HAMILTON

Población diana: Población general. Se trata de una escala heteroadministrada por un clínico tras una entrevista. El entrevistador puntúa de 0 a 4 puntos cada ítem, valorando tanto la intensidad como la frecuencia del mismo. Se pueden obtener, además, dos puntuaciones que corresponden a ansiedad psíquica (ítems 1, 2, 3, 4, 5, 6 y 14) y a ansiedad somática (ítems 7, 8, 9, 10, 11, 12 y 13). Es aconsejable distinguir entre ambos a la hora de valorar los resultados de la misma. No existen puntos de corte. Una mayor puntuación indica una mayor intensidad de la ansiedad. Es sensible a las variaciones a través del tiempo o tras recibir tratamiento

4.1.3. Escala de Ansiedad de Hamilton

Instrucciones para el profesional

Seleccione para cada ítem la puntuación que corresponda, según su experiencia. Las definiciones que siguen al enunciado del ítem son ejemplos que sirven de guía. Marque en el casillero situado a la derecha la cifra que defina mejor la intensidad de cada síntoma en el paciente. Todos los ítems deben ser puntuados.

SÍNTOMAS DE LOS ESTADOS DE ANSIEDAD	Ausente	Leve	Moderado	Grave	Muy grave/ Incapacitante
1. Estado de ánimo ansioso. Preocupaciones, anticipación de lo peor, aprensión (anticipación temerosa), irritabilidad	0	①	2	3	4
2. Tensión. Sensación de tensión, imposibilidad de relajarse, reacciones con sobresalto, llanto fácil, temblores, sensación de inquietud.	0	①	2	3	4
3. Temores. A la oscuridad, a los desconocidos, a quedarse solo, a los animales grandes, al tráfico, a las multitudes.	①	1	2	3	4
4. Insomnio. Dificultad para dormirse, sueño interrumpido, sueño insatisfactorio y cansancio al despertar.	①	1	2	3	4
5. Intelectual (cognitivo) Dificultad para concentrarse, mala memoria.	0	1	2	③	4
6. Estado de ánimo deprimido. Pérdida de interés, insatisfacción en las diversiones, depresión, despertar prematuro, cambios de humor durante el día.	0	①	2	3	4



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA



SERVICIO ANALÍTICO DE SALUD
 CONSEJERÍA DE SALUD

7. Síntomas somáticos generales (musculares) Dolores y molestias musculares, rigidez muscular, contracciones musculares, sacudidas clónicas, crujir de dientes, voz temblorosa.	0	1	2	3	4
8. Síntomas somáticos generales (sensoriales) Zumbidos de oídos, visión borrosa, sofocos y escalofríos, sensación de debilidad, sensación de hormigueo.	0	1	2	3	4
9. Síntomas cardiovasculares. Taquicardia, palpitaciones, dolor en el pecho, latidos vasculares, sensación de desmayo, extrasístole.	0	1	2	3	4
10. Síntomas respiratorios. Opresión o constricción en el pecho, sensación de ahogo, suspiros, disnea.	0	1	2	3	4
11. Síntomas gastrointestinales. Dificultad para tragar, gases, dispepsia: dolor antes y después de comer, sensación de ardor, sensación de estómago lleno, vómitos acuosos, vómitos, sensación de estómago vacío, digestión lenta, borborigmos (ruido intestinal), diarrea, pérdida de peso, estreñimiento.	0	1	2	3	4
12. Síntomas genitourinarios. Micción frecuente, micción urgente, amenorrea, menorragia, aparición de la frigidez, eyaculación precoz, ausencia de erección, impotencia.	0	1	2	3	4
13. Síntomas autónomos. Boca seca, rubor, palidez, tendencia a sudar, vértigos, cefaleas de tensión, piloerección (pelos de punta)	0	1	2	3	4
14. Comportamiento en la entrevista (general y fisiológico) Tenso, no relajado, agitación nerviosa: manos, dedos cogidos, apretados, tics, enrollar un pañuelo; inquietud; pasearse de un lado a otro, temblor de manos, ceño fruncido, cara tirante, aumento del tono muscular, suspiros, palidez facial. Tragar saliva, eructar, taquicardia de reposo, frecuencia respiratoria por encima de 20 res/min, sacudidas enérgicas de tendones, temblor, pupilas dilatadas, exoftalmos (proyección anormal del globo del ojo), sudor, tics en los párpados.	0	1	2	3	4

Ansiedad psíquica	
Ansiedad somática	
PUNTUACIÓN TOTAL	



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA



Adaptación colombiana de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young

Por favor llene los siguientes datos:

Edad: 22 Sexo: M (H)
Carrera: Ingeniero Civil Semestre: Noveno

En la siguiente tabla, seleccione en la escala del 1 al 7 la puntuación que crea adecuada para cada ítem. El 1 representa el menor puntaje, desacuerdo, y el 7 el mayor puntaje, de acuerdo. Recuerde hacerlo de acuerdo a lo que usted crea personalmente.

Ítems	En desacuerdo				De acuerdo		
1. Cuando planeo algo lo realizo	1	2	3	4	(5)	6	7
2. Suelo arreglármelas de una u otra manera	1	2	3	4	5	(6)	7
3. Soy capaz de hacer las cosas por mí mismo sin depender de los demás	1	2	3	4	5	6	(7)
4. Para mí es importante mantenerme interesado(a) en algo	1	2	3	4	5	(6)	7
5. Si debo hacerlo, puedo estar solo(a)	1	2	3	4	5	(6)	7
6. Estoy orgulloso(a) de haber podido alcanzar metas en mi vida	1	2	3	4	5	6	(7)
7. Generalmente me tomo las cosas con calma	1	2	3	4	5	6	(7)
8. Me siento bien conmigo mismo(a)	1	2	3	4	5	6	(7)
9. Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo	1	2	3	4	5	6	(7)
10. Soy decidido(a)	1	2	3	4	5	6	(7)



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA



11. Rara vez me pregunto sobre la finalidad las cosas	1	2	3	4	5	6	7
12. Me tomo las cosas una por una	1	2	3	4	5	6	7
13. Puedo superar las dificultades porque anteriormente he experimentado situaciones similares	1	2	3	4	5	6	7
14. Soy autodisciplinado(a)	1	2	3	4	5	6	7
15. Mantengo interés por las cosas	1	2	3	4	5	6	7
16. Por lo general encuentro de qué reírme	1	2	3	4	5	6	7
17. La confianza en mí mismo(a) me permite atravesar momentos difíciles	1	2	3	4	5	6	7
18. En una emergencia soy alguien en quien se puede confiar	1	2	3	4	5	6	7
19. Usualmente puedo ver una situación desde varios puntos de vista	1	2	3	4	5	6	7
20. A veces me obligo a hacer cosas me gusten o no	1	2	3	4	5	6	7
21. Mi vida tiene sentido	1	2	3	4	5	6	7
22. No me aflijo ante situaciones sobre las que no tengo control	1	2	3	4	5	6	7
23. Cuando estoy en una situación difícil, generalmente encuentro una salida	1	2	3	4	5	6	7
24. Tengo suficiente energía para lo que debo hacer	1	2	3	4	5	6	7
25. Acepto si hay personas a las que no les agrado	1	2	3	4	5	6	7



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA



4.1.5. Historia Clínica

HISTORIA CLÍNICA

HC. #

FECHA:

1. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

NOMBRES: Steeven Joffre Verdezoto Intriago

EDAD:22

LUGAR Y FECHA DE NACIMIENTO: Quevedo 15 de Julio del 2000

GÉNERO: Masculino

ESTADO CIVIL: Soltero

RELIGIÓN: Católico

INSTRUCCIÓN: Superior

OCUPACIÓN: Estudiante

DIRECCIÓN: San Camilo norte, calle D entre 9na y 10ma

TELÉFONO: 0978955262

REMITENTE:

2. MOTIVO DE CONSULTA

Paciente acude a consulta derivado de DECE, por motivo de dificultad de aprendizaje y estrés

3. HISTORIA DEL CUADRO PSICOPATOLÓGICO ACTUAL

No se ha sentido bien el ultimo más, se siente mal por la sobrecarga de actividades de la universidad, la incertidumbre de tener que volver a clases virtuales por lo del nuevo rebrote, en las ultimas 2 semanas se siente el estrés por la carga de las actividades universitarias, el malestar generado se ha presentado a lo largo de las semanas de manera recurrente.

4. ANTECEDENTES FAMILIARES

Vive con, mama, papa, abuelos, 4 hermanos (incluyendo el), buena, no hay conflicto en la familia, Comenta que piensa de la familia que esta orgullosos de el por lo que esta por graduarse, piensa



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA



sobre la familia, que todos son dedicados y unidos, ya que si tiene algún problema toda la familia se une para pasar ese malestar juntos y de forma rápida.

5. TOPOLOGÍA HABITACIONAL

Viven en 2 casas en conjunto, pero pasa mas en la casa de los papas, 3 cuartos, 2 baños y un baño que es solo para uso de necesidades, funcionales, comedor de espacio justo, cocina de tamaño mediano, dentro de los 3 cuartos duermen 1 sus papas, 1 sus hermanas y el otro esta vacío ya que él se encuentra en la ciudad de Guayaquil realizando sus estudios, comen en la casa primero las bebes y luego los mayores para mayor espacio posee de sala en la cual se reúnen para ver películas, noticias e incluso partidos de futbol.

6. HISTORIA PERSONAL

6.1. ANAMNESIS

Tiene un grupo de amigos, en el cual todo se lleva bien, el cual es reducido, pero el los considera sus mejores amigos, de ahí no presenta molestias al momento de interactuar con ningún tipo de personas donde sea, ya que es una persona muy sociable y de ayuda mutua.

6.2. ESCOLARIDAD

En el ámbito universitario, tiene una buena relación con todos sus compañeros, se tiene un buen clima en su salón de clases, a todos les cae bien, no tiene problemas para socializar con ningún tipo de persona, en rendimiento académico, le va de forma satisfactoria, casi regular no tiene problemas de aprendizaje

6.3. HISTORIA LABORAL

No registra

6.4. ADAPTACIÓN SOCIAL

6.5. USO DEL TIEMPO LIBRE

El uso de tiempo libre lo usa generalmente lo usa en tareas, videojuegos con los amigos y pasar tiempo con su pareja.

6.6. AFECTIVIDAD Y PSICOSEXUALIDAD



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA



Tuvo sueños húmedos a la edad de 12 años de edad, no registra su primera actividad sexual, si tiene una relación.

6.7. HÁBITOS (CAFÉ, ALCOHOL, DROGAS, ENTRE OTROS)

No registra.

6.8. ALIMENTACIÓN Y SUEÑO

No tiene problemas para conciliar el sueño, es una persona con sueño ligero, pero ahora registra sueño pesado y la cual no le incomoda, desde los últimos 2 meses trata de disminuir su alimentación, cosa que aumenta de peso, pero reduce tallas.

6.9. HISTORIA MÉDICA

6.10. HISTORIA LEGAL

No registra

6.11. PROYECTO DE VIDA

Piensa hacer un viaje a estados unidos, en un intercambio de estudios, y luego regresa para hacer su titulación, y graduarse y luego aplicar carpeta en alguna empresa.

7. EXPLORACION DEL ESTADO MENTAL

7.1. FENOMENOLOGÍA

Viste de forma casual, sus expresiones son acorde a su personalidad, prefiere vestir de colores generalmente oscuros, esta arreglado, peinado, con su debido perfume

7.2. ORIENTACIÓN

El paciente se encuentra totalmente orientado en tiempo, espacio y persona.

7.3. ATENCIÓN

Tiene mala retención y mala memoria de corto plazo, la memoria a largo plazo si la tiene medianamente establecida

7.4. MEMORIA



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA



7.5. INTELIGENCIA

No registra alteración

7.6. PENSAMIENTO

No muestra alteración

7.7. LENGUAJE

7.8. PSICOMOTRICIDAD

Tiene agitación psicomotora

7.9. SENSOPERCEPCION

No presenta alteraciones

7.10. AFECTIVIDAD

Se nota un poco cansado y con bajones de energía

7.11. JUICIO DE REALIDAD

Coherente

7.12. CONCIENCIA DE ENFERMEDAD

No es consciente

7.13. HECHOS PSICOTRAUMATICOS E IDEAS SUICIDAS

No presenta alteración

8. PRUEBAS PSICOLOGICAS APLICADAS

- Escala de ansiedad de Hamilton. – se reflejan resultado de una puntuación de 8 en ansiedad psíquica y 6 puntos en ansiedad somática dando como resultado una puntuación total de 14 puntos, lo cual se interpreta como ansiedad leve
 - Escala de resiliencia de Wagnild y Young. – se reflejan los siguientes resultados: Confianza en sí mismo un puntaje de 48, Ecuanimidad: puntaje de 20, Perseverancia puntaje de 43, Satisfacción personal puntaje de 25, Sentirse bien solo puntaje de 20, observando que la confianza en si mismo es la característica del paciente con mayor puntaje
- La escala de estrés percibido. – refiere que con una puntuación de 34 a menudo se encuentra estresado



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA



9. MATRIZ DEL CUADRO PSICOPATOLOGICO

FUNCIÓN	SIGNOS Y SÍNTOMAS
COGNITIVO	Dificultad para prestar atención, dificultad para memorizar, fatiga mental, preocupación por el futuro
AFECTIVO	Ansiedad, temor, estado de ánimo distímico
CONDUCTA SOCIAL - ESCOLAR	Enlentecimiento motor
SOMÁTICA	Cefalea, insomnio, estrés

9.1. FACTORES PREDISPONENTES:

Cada vez que empiezan los exámenes el paciente presenta malestares por la excesiva cantidad de tareas que envían.

9.2. EVENTO PRECIPITANTE: el retorno a clases

9.3. TIEMPO DE EVOLUCIÓN: 2 semanas

10. DIAGNÓSTICO ESTRUCTURAL

11. PRONÓSTICO
RESERVADO

12. RECOMENDACIONES

1. Deberá realizarse una evaluación psicológica para determinar la existencia de algún trastorno mental
2. Luego tomar en consideración las soluciones planteadas de la tabla 2.
3. Iniciar un tratamiento psicoterapéutico que focalice el desarrollo de habilidades de afrontamiento y técnicas de relajación
4. Incluir actividad física 2 a 3 veces por semana.

13. ESQUEMA TERAPÉUTICO



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA



HALLAZGOS	META TERAPÉUTICA	RESULTADOS ESPERADOS	FECHA
Preocupación por el futuro “Es posible que me contagie de COVID19 en el regreso a clases” “temor a colapsar”	Evaluar la evidencia de que tan real es la preocupación y que tan catastrófica es	Se pretende que los niveles de preocupación por el futuro disminuyan	29 de abril 2022
Estrés “actividades académicas”	Preparar al paciente para que identifique las consecuencias que puede llegar a tener la situación estresante, y como puede afrontarla	Se pretende que los niveles de estrés no excedan la capacidad de afrontamiento del paciente, provocando que el paciente no sea capaz de superar la situación.	6 de mayo 2022
Insomnio	Entrenar al paciente para el control y cuidado de estímulos que repercuten en el mantenimiento del sueño	se pretende que el paciente evite el consumo de sustancia o realice actividades que involucren agitación o uso de tecnología	13 de mayo 2022
Dificultad para manejar el estrés	Entrenar al paciente en habilidades de afrontamiento para la resolución de conflictos de manera asertiva	Se pretende que el paciente desarrolle la capacidad de elabora estrategias de afrontamiento para las situaciones que se le presentan en el día a día.	20 de mayo 2022