





ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN APODERADOS DURANTE EL CONFINAMIENTO POR LA COVID-19

Coping strategies for the powerful during the COVID-19 confinement

*Estratégias de coping para os poderosos durante o confinamento
COVID-19*

Javier Mella-Morambuena¹ , Yaranay López-Angulo² , Yennifer Sáez-Delgado³ 
& Milenko Del Valle⁴ 

¹ Departamento de Ciencias. Universidad Técnica Federico Santa María. Concepción, Chile. Correo: javier.mellan@usm.cl

² Escuela de Psicología, Facultad de Ciencias Sociales y Comunicaciones. Universidad Santo Tomás. Concepción-Chile. Correo: ylopez7@santotomas.cl

³ Escuela de Enfermería. Universidad Santo Tomás. Concepción-Chile. Correo: yennifer.sade@gmail.com

⁴ Departamento de Ciencias Sociales. Universidad de Antofagasta. Antofagasta-Chile. Correo: mdelvalle@uantof.cl

Fecha de recepción: 13 de junio de 2020.

Fecha de aceptación: 30 de junio de 2020

RESUMEN

INTRODUCCIÓN. El brote de COVID-19 ha provocado el autoaislamiento a nivel mundial, producto del período de cuarentena recomendado por instituciones internacionales como la Organización Mundial de la Salud. En consecuencia, la salud mental de las personas podría estar siendo afectada. Para hacer frente a la situación de confinamiento, las estrategias de afrontamiento se vuelven un posible mecanismo. **OBJETIVO.** Describir el uso de estrategias de afrontamiento en apoderados durante el confinamiento debido a la Pandemia COVID-19. **MÉTODO.** Se utilizó un diseño descriptivo transversal. Los participantes fueron 118 apoderados (responsable legal del estudiante) y se utilizó el instrumento COPE-28 el que fue digitalizado para ser aplicado. **RESULTADOS.** De las 11 estrategias de afrontamiento medidas, las que destacaron por una mayor frecuencia de uso fueron el apoyo emocional y el desahogo. **DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.** Este estudio exploratorio se considera un aporte en el contexto nacional y la región latinoamericana, dado que medir e identificar las estrategias de afrontamiento durante la COVID-19 en apoderados pueden ayudar a las instituciones educativas e investigadores a comprender las posibles consecuencias del COVID-19 entre los miembros de las comunidades escolares. Se orientan futuras investigaciones en el área.

Palabras claves: estrategias de afrontamiento, apoderados, familia, educación, COVID-19.



Mella-Norambuena, López-Angulo, Sáez-Delgado & Del Valle. Estrategias de
afrontamiento en apoderados durante el confinamiento por la COVID-19.
Número Especial Desafíos Humanos ante el COVID-19

Enero – Junio. 2020

<http://dx.doi.org/10.33210/ca.v9i2.324>



ABSTRACT

INTRODUCCIÓN. The bud of COVID-19 has triggered auto-isolation worldwide, a product from the period of quarantine recommended by international institutions such as the World Health Organization. In consequence, the mental health of people could be affected. In order to deal with the situation of confinement, the strategies of affronting have been proven possible. **OBJECTIVE.** Describe the use of coping strategies in possession during confinement due to the COVID-19 Pandemic. **METHOD.** A transversal descriptive design was used. The participants were 118 empowered (legal guardian of the student) and the COPE-28 instrument that was digitized to be applied is used. **RESULTS.** Out of the 11 measured coping strategies, those that have been highlighted by a greater frequency of use were the emotional support and the failure. **DISCUSIÓN AND CONCLUSIONES.** This exploratory study is considered a contribution in the national context and in the Latin American region, since measuring and identifying the coping strategies during COVID-19 in possession can help educational institutions and researchers to understand the possible effects of COVID-19 among members of school communities. Future investigations in the area are oriented.

Keywords: Keywords: coping strategies, parents, family, education, COVID-19.

RESUMO

INTRODUÇÃO. A lista de COVID-19 fornece o nível automático mundial, produzido pelo período de referência recomendado por instituições internacionais como a Organização Mundial da Saúde. Em consecução, o salud mental das pessoas pode estar afetado. Para acessar a situação de confinamento, as estratégias de afrontamiento se vuelven um mecanismo possível. **OBJETIVO.** Descreva o uso de estratégias de afrontamiento durante a confinamento debitado na Pandemia COVID-19. **MÉTODO.** Se utilizar um desenho descritivo transversal. Os participantes obtiveram 118 inscritos (responsável legal pelo estudo) e utilizaram o instrumento COPE-28, que digitalizou para ser aplicado. **RESULTADOS.** Das 11 estratégias de controle de medidas, as que destacan para um prefeito com maior frequência de uso, são o emocional e o emocional. **DISCUSSÃO E CONCLUSÕES.** Este estudio é considerado como um parceiro no contexto nacional e na região latino-americana, dado que mede e identifica estratégias de afrontamiento durante o COVID-19 e identifica as pessoas que são afetadas por instituições educacionais e investigadores que comprovem os possíveis efeitos do COVID-19 entre los miembros das comunidades escolares. Se orientan futuras investigaciones en el area.

Palavras-chave: estratégias de afrontamiento, apoderados, familia, educación, COVID-19.

INTRODUCCIÓN

La historia de la humanidad está marcada por el impacto negativo de varias epidemias con consecuencias devastadoras producto de enfermedades infecciosas [1]. Actualmente, muchos países de todo el mundo están luchando contra una nueva enfermedad que se ha convertido en una pandemia, el coronavirus (SARS-CoV-2), que generalmente causa una infección leve, pero puede convertirse en un trastorno transmisible grave e incluso mortal. Como COVID-19 tiene un alto potencial de infección y una tasa considerable de mortalidad, muchos países afectados han estado utilizando



la cuarentena para contener y controlar la propagación del SARS-CoV-2 [1]. Tiempos sin precedentes que requieren medidas extraordinarias [2].

Si bien la cuarentena puede segregar a las personas potencialmente expuestas al SARS-CoV-2 y, por lo tanto, en riesgo de COVID-19, en la actualidad puede estar causando problemas financieros, psicológicos y emocionales considerables en las personas. La cuarentena aumenta el autoaislamiento y puede conducir a un aumento de los trastornos del estado de ánimo, como por ejemplo con niveles más altos de ansiedad. Las estrategias para prevenir y reducir los niveles de ansiedad son fundamentales para reducir la probabilidad de que tales trastornos aumenten durante el período de cuarentena COVID-19 [1].

El afrontar o afrontamiento es un proceso complejo y multidimensional que se define como los esfuerzos cognitivos y conductuales que realiza una persona para el manejo/control tanto a demandas externas (ambiente, diversos estresores) como a las internas (características de la personalidad, estado emocional) y que son evaluadas como algo que excede los recursos o posibilidades de la persona [3]–[5]. Investigaciones recientes han resaltado la importancia del uso de estrategias de afrontamiento, tanto adaptativas como desadaptativas, como factores que influyen en diferentes variables psicológicas, cuyos resultados se han relacionado con resultados psicológicos positivos y negativos [4], [6].

Las estrategias de afrontamiento se han vinculado con la reducción de la ansiedad y la depresión, se consideran factores protectores que deben tenerse en cuenta en contextos de situaciones complejas para el ser humano, es decir para hacer frente a innumerables problemas [4]. Un estudio [7] demostró que la mayoría de las estrategias de afrontamiento activas se correlacionaron positivamente con la resiliencia (todas $p < .05$) y la mayoría de las estrategias de afrontamiento evasivas se correlacionó negativamente con la resiliencia ($p < .001$), así como los síntomas futuros de trastorno de estrés post traumático (TEPT). Además, todas las estrategias de afrontamiento evasivas, incluida la retirada social, se correlacionaron positivamente con los futuros síntomas de TEPT (todas $p < .01$). Las formas de afrontamiento que resultan adaptativas serían aquellas que consiguen disminuir el estrés fisiológico y mejorar la respuesta corporal (por ejemplo, mejorar la respuesta inmunitaria o disminuir el gasto cardiaco), minimizar las reacciones emocionales subjetivas negativas y amplificar las positivas, así como reforzar la autoestima, aumentar recompensas y disminuir castigos o resolver los problemas y mejorar el rendimiento y ajuste social [3].

Respecto de los integrantes de las comunidades escolares, se han identificado investigaciones sobre estrategias de afrontamiento en diferentes participantes. Por ejemplo en padres/madres, un estudio se centró en explorar estrategias de afrontamiento en la crianza de padres/madres de niños con Trastorno del Espectro Autista (TEA), encontrando que las madres presentan estrategias centradas en la emoción en cambio los padres adoptan diferentes tipos de estrategias de afrontamiento [8]. Otro estudio en profesores, específicamente en educadores diferenciales se centró



en describir los mecanismos de afrontamiento utilizados donde los resultados indican que la mayoría emplea estrategias adaptativas para lidiar con el estrés [9]. También hay estudios en alumnos, por ejemplo, en universitarios describió los diferentes estilos de afrontamiento, encontrando en sus hallazgos que los estudiantes de pedagogía con mayores niveles de estrés utilizaron estrategias de afrontamiento de evitación; los estudiantes que estaban menos estresados y menos involucrados en la evasión cognitiva y más en el afrontamiento centrado en problemas, también fueron los estudiantes que lograron más logros académicos [10].

Respecto de la evidencia del uso de estrategias de afrontamiento en contexto nacional e internacional, se realizó un “*quick review*” en las bases de datos Scopus y Web of Science para identificar investigaciones empíricas. Se usaron para la búsqueda las palabras claves “*coping strategies*” y “*COVID-19*” en sus diferentes sinónimos (2019-nCoV, SARS-CoV-2, coronavirus, novel coronavirus). La búsqueda se realizó en los años 2019 y lo que va del año 2020. En total se identificaron 8 estudios (3 estudios en la base Web of Science y 3 estudios en la base Scopus); siendo eliminados 2 teóricos, uno por estar completo escrito en chino y el otro estaba duplicado en ambas bases. En total quedaron seleccionadas 3 investigaciones.

Los estudios seleccionados en esta mini revisión sistemática realizada en el contexto del presente estudio, describió los siguientes aspectos: (a) la indexación de la revista en el cual el artículo fue publicado, (b) el país donde se realizó el estudio, que permite identificarla región geográfica; (c) el área, que hace referencia a la disciplina donde se realizó el estudio, como salud, educación, ingeniería entre otros; (d) el objetivo del estudio, para dar cuenta del propósito de los autores con la investigación desarrollada; (e) el diseño de los estudios, para dar cuenta del alcance de la investigación; (f) el análisis de datos realizado; (g) el tamaño de la muestra; (h) el instrumento que se usó para medir las estrategias de afrontamiento, en este punto, si los autores mencionan referencias correspondientes al instrumento, estas se citan, pero no estarán al final de las referencias de este estudio, se debe ir a la fuente principal; (i) los resultados de los estudios, para dar cuenta de los principales hallazgos.

Este proceso de mini revisión sistemática permitió dar cuenta que no existe un estudio desarrollado en Chile y tampoco se identificó un estudio en otro país de Latinoamérica, referente a describir las estrategias de afrontamiento en apoderados de estudiantes de nivel primario y secundario de establecimientos públicos que se encuentran desarrollando clases en modalidad no presencial, dado que los estudiantes y sus familias se encuentran en confinamiento siguiendo las instrucciones de las autoridades. Las investigaciones encontradas que han sido desarrolladas durante el tiempo de pandemia han sido en China, Estados Unidos y Filipinas, cuyos participantes no han sido integrantes de comunidades escolares, sino del área de la salud, población general y Educación Superior, y aunque sus resultados confirman la importancia de las estrategias de afrontamiento, en Chile y Latinoamérica, no hay estudios al respecto (ver tabla 1).



Tabla 1. Mini revisión sistemática sobre estrategias de afrontamiento en tiempos de COVID-19

Cita	Indexación/ País/Área	Objetivo	Diseño/ Análisis	Muestra	Instrumento de estrategias de afrontamiento	Resultado
1 [11]	Scopus/ Estados Unidos/ No se define un área específica (Múltiples áreas)	Describir los niveles de estrés percibidos y los mecanismos de afrontamiento relacionados con la COVID-19, y si el afrontamiento está relacionado con el bienestar en personas con afección crónica o discapacidad.	Diseño de encuesta transversal/ Estadística descriptiva, correlación y regresión jerárquica.	269 mayores de 18 años con alguna discapacidad o afección crónica.	Brief COPE (Carver, 1997).	El estrés percibido relacionado con la COVID-19 se asoció positivamente con las estrategias de afrontamiento, incluidas la auto-distracción, la negación, el uso de sustancias, la desconexión conductual, la ventilación, la planificación, la religión y la autculpa. El afrontamiento activo, la negación, el uso del apoyo emocional, el humor, la religión y la autculpa se asociaron con el bienestar de los participantes después de controlar las características demográficas y psicológicas.
2 [12]	Scopus y WOS/ China/ Área salud	Investigar el impacto psicológico y las estrategias de afrontamiento del personal médico de primera línea durante el brote de COVID-19 entre enero y marzo de 2020.	Diseño observacional transversal/ Test chi-cuadrado χ^2 y estadística descriptiva.	534 profesionales médicos de primera línea.	Encuesta Adhoc con 11 preguntas y 4 opciones de respuestas de no importantes a las más importantes estrategias de afrontamiento (puntajes, 0 - 3).	Las estrategias, como las medidas de protección estrictas, el conocimiento de la prevención y transmisión del virus, las medidas de aislamiento social y la actitud positiva, dieron como resultado las puntuaciones más altas (puntuaciones medias <2.5). Buscar ayuda de familiares y amigos fue una medida de apoyo significativa (P <0.001).
3 [13]	Scopus y WOS/ Filipinas/ Educación Superior	Examinar el conocimiento, las actitudes, la ansiedad y las estrategias de afrontamiento de los estudiantes durante la pandemia de COVID-19.	Diseño transversal.	530 estudiantes universitarios y de escuela secundaria superior.	Un conjunto de preguntas adaptados de Akan et al. (2010), Khalid et al. (2016) y Roy et al. (2020).	Para conocer las formas de lidiar con la ansiedad durante la cogeneración COVID-19 los estudiantes respondieron estrategias comunes de afrontamiento personal, un 90.19% (478) siguieron estrictas medidas de protección personal y aproximadamente 80% evitan salir a lugares públicos para reducir la exposición a COVID-19.



Por lo anterior, la presente investigación se propuso describir el uso de estrategias de afrontamiento en apoderados durante el confinamiento debido a la Pandemia COVID-19. Este estudio responde al actual vacío de conocimiento respecto de las características de estrategias usadas por apoderados en tiempos de crisis sanitaria, aspecto crucial considerando que por el contexto los estudiantes desarrollan principalmente su estudio y aprendizaje desde el hogar, siendo sus apoderados protagonistas en esta nueva modalidad de procesos de enseñanza y aprendizaje.

MÉTODO

Este estudio utilizó un diseño descriptivo transversal.

Participantes

Los participantes fueron en total 118 apoderados (responsable legal del estudiante). De estos, 110 fueron mujeres (93%) y 8 hombres (7%).

Instrumento

Se utilizó el instrumento COPE-28 que corresponde a la versión española del Brief COPE de Carver [14]. Esta versión traducida y disponible en español considera 28 ítems y 11 subescalas: (1) Apoyo emocional; (2) Afrontamiento activo; (3) Uso de sustancias; (4) Humor; (5) Religión; (6) Autodistracción; (7) Negación; (8) Desahogo; (9) Autoinculpación; (10) Desconexión y (11) Reinterpretación positiva. Se responde en una escala ordinal tipo Likert de 4 alternativas de respuesta (de 0 a 3), entre “nunca hago esto” a “hago siempre esto” con puntuaciones intermedias. La consistencia interna de las escalas va desde $\alpha=.59$ a $.93$ [15].

Procedimiento y técnicas de análisis de datos

En Chile, durante el período de confinamiento por causa de la pandemia del virus SARS-CoV-2, se contactó a autoridades de las Direcciones Municipales Educativas, responsables de los establecimientos educativos, a los cuales se les informó del estudio y solicita su autorización. A los apoderados se les envió un link con la encuesta para responderla de forma no presencial, respetando el no contacto con otras personas. Se dio un período de 15 días para esperar las respuestas. Una vez cumplida la fecha, se descargó la matriz Excel con las respuestas de los participantes, y se preparó para los respectivos análisis estadísticos. Se realizó análisis descriptivo de los datos en el Software RStudio cuya versión es la 4.0.

Normas éticas de investigación

El instrumento digitalizado fue enviado por medio de un link a apoderados de establecimientos cuyas autoridades conocían el estudio y fueron informados de los objetivos y que este era anónimo, no implicaba riesgos para los participantes. A su vez, la encuesta en línea, en su primera hoja tenía un consentimiento informado, y sólo



aquellos apoderados que luego de leer este consentimiento seleccionaban la opción sí acepto participar del estudio, se desplegaban las preguntas del instrumento. En todos los casos eran mayores de edad.

RESULTADOS

El propósito de la presente investigación fue describir las estrategias de afrontamiento de apoderados en tiempos de pandemia por la COVID-19. En la tabla 2 se observan los estadísticos descriptivos correspondiente al promedio, la desviación estándar, los valores mínimos y máximos, y la asimetría y curtosis de las dimensiones que dan cuanta de las estrategias de afrontamiento que componen la escala COPE-28.

En cuanto a la asimetría y la curtosis, las distribuciones de cada escala estuvo dentro del rango esperado teóricamente de ± 2 [16], [17]. Los mínimos y máximos también se encuentran dentro de los esperado, dado que la escala Likert va de 0 a 3 puntos, y consecuentemente el rango es adecuado, dado que en ningún caso supera el valor de 3.

La tabla 2 también muestra que de las 11 estrategias de afrontamiento las que muestran una media más alta son las estrategias de apoyo emocional ($M=2.32$; $DE=0.32$) y desahogo ($M=2.18$; $DE=0.39$). Es decir, por ejemplo, el ítem 9 “*consigo apoyo emocional de otros*” de la escala de apoyo emocional y el ítem 12 “*digo cosas para dar rienda suelta a mis sentimientos desagradables*” de la escala desahogo, las respuestas de los participantes se encontraron entre “frecuentemente hago esto” y “hago siempre esto”. El resto de las estrategias de afrontamiento estuvieron entre “pocas veces hago esto” y “frecuentemente hago esto”.

Tabla 2. Estadísticos descriptivos escala de estrategias de afrontamiento

	M	DE	Min	Max	Rango	Simetría	Curtosis
Apoyo emocional	2.32	0.32	1,00	3.00	2.00	-0.13	-1.08
Afrontamiento activo	1.46	0.28	0,75	2.00	1.25	0.02	-0.37
Uso de sustancias	1.45	0.46	0,00	2.50	2.50	-0.72	0.94
Humor	1.46	0.47	0,50	3.00	2.50	0.41	0.22
Religión	1.42	0.45	0,00	2.00	2.00	-0.95	1.43
Autodistracción	1.47	0.46	1,00	3.00	2.00	0.77	0.39
Negación	1.47	0.45	0,00	2.50	2.50	-0.56	0.77
Desahogo	2.18	0.39	0,50	3.00	2.50	-0.36	-0.38
Autoinculpación	1.24	0.50	0,00	2.50	2.50	-0.13	0.11
Desconexión	1.33	0.42	0,50	2.00	1.50	-0.17	-0.58
Reinterpretación positiva	1.31	0.45	0,00	2.00	2.00	-0.45	-0.01

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Sin duda la Pandemia COVID-19 iniciada el 2019 y que aún continúa sin poder ser mitigada, ha impactado en la salud mental de las personas. Este estudio describió las estrategias de afrontamiento de apoderados de estudiantes de escuelas municipales en Chile. Los resultados revelan que las estrategias de afrontamiento más usadas por los apoderados son el apoyo emocional y el desahogo, la primera, hace referencia al esfuerzo de los apoderados por conseguir apoyo emocional y la segunda, indica el aumento de conciencia sobre el propio malestar, lo cual va acompañado de una tendencia a descargar los sentimientos.

Aunque estos resultados son iguales a estudios previos disponibles en la literatura, por ejemplo, un estudio [11] el cual tuvo como objetivo describir los mecanismos de afrontamiento relacionados con COVID-19 en personas con afecciones crónicas y discapacidades, encontrando en sus resultados que las estrategias más usadas son la autodistracción ($M=2.66$; $DE=0.75$), el afrontamiento activo ($M=2.52$; $DE=0.79$), religión ($M=2.62$; $DE=0.85$), y apoyo emocional ($M=2.47$; $DE=0.90$). De estas cuatro estrategias, coincide que en el presente estudio el apoyo emocional fue el más usado, sin embargo, el desahogo no apareció dentro de las más altas ($M=1.96$; $DE=0.95$).

En general, los recursos y esfuerzos empleados por las personas pueden distinguirse en afrontamiento cognitivo, de apoyo social, bloqueo de afrontamiento y apoyo emocional. Como se observa en la tabla 2, dentro de las respuestas individuales al estrés, existe variabilidad en las respuestas [15], siendo las estrategias de afrontamiento menos utilizada por la muestra: (1) la reinterpretación positiva, es decir, no es usual, en la muestra explorada, buscar el lado bueno y favorable del problema e intentar crecer a partir de la situación, y (2) emplear la desconexión conductual, reducir los esfuerzos para tratar con el estresor para lograr metas con las cuales se interfiere al estresor. Ambas estrategias de afrontamiento pudieran ser las menos empleadas debido a las medidas de confinamiento por COVID-19; el estudio de dicha relación se sugiere abordar en investigaciones futuras.

Sin duda, este estudio exploratorio se considera un aporte en el contexto nacional y la región latinoamericana, dado que medir e identificar las estrategias de afrontamiento utilizadas por apoderados durante el periodo de COVID-19, también puede ayudar a las instituciones educativas e investigadores a comprender los posibles consecuencias de esta pandemia entre los miembros de las comunidades escolares [11].

Como limitación de este estudio se encuentra el tamaño de la muestra. Dada las condiciones de aislamiento físico no se logró una recolección más amplia de datos. Los apoderados de estudiantes de establecimientos municipales han señalado dificultades de conectividad para acceder a la encuesta. Otra limitación de esta investigación fue la no incorporación de elementos sociodemográficos para caracterizar en este aspecto a los participantes.



Futuros estudios podrían superar las limitaciones mencionadas, por una parte, se puede alcanzar muestras más grandes y por otra, se pueden incluir aspectos sociodemográficos importantes a ser explorados para comprender de forma más profunda los impactos de la pandemia en comunidades educativas.

FUENTES DE FINANCIAMIENTO

Esta investigación no fue financiada.

DECLARACIÓN DE CONFLICTO DE INTERÉS

Los autores declaran la no existencia de conflicto de interés alguno.

APORTE DEL ARTÍCULO EN LA LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Este estudio se considera una contribución en la línea de investigación respecto a la pandemia COVID-19, no sólo una contribución para comprender los efectos de la COVID-19 en territorio nacional, sino también entrega antecedentes para orientar a la investigación en la región latinoamericana.

DECLARACIÓN DE CONTRIBUCIÓN DE CADA AUTOR

Javier Mella digitalizó el instrumento de medida para ser aplicado en formato online, gestionó las autorizaciones, contactos con los participantes y envió del link, además realizó los análisis estadísticos. Yaranay López contribuyó en el marco teórico de este estudio y la discusión. Yennifer Sáez realizó la mini revisión sistemática que se incorporó en el marco teórico de este estudio y la aplicación de normas de la revista. Milenko Del Valle redactó los resultados y revisó el consolidado del manuscrito completo.

AGRADECIMIENTOS

Agradecemos a los apoderados que aceptaron participar de este estudio, su colaboración es imprescindible para poder desarrollar los estudios investigativos.

REFERENCIAS

- [1] R. Borges and C. Barbosa, "Exergames as coping strategies for anxiety disorders during the COVID-19 quarantine period," *Games Health J.*, vol. 9, no. 3, pp. 147–149, 2020, doi: 10.1089/g4h.2020.0060.
- [2] A. Balasubramanian, V. Paleri, R. Bennett, and V. Paleri, "Impact of COVID-19 on the mental health of surgeons and coping strategies," *Head Neck*, no. 5, pp. 1–7, 2020, doi: 10.1002/hed.26291.
- [3] M. Campos, J. Iraurgi, D. Páez, and C. Velasco, "Afrontamiento y regulación emocional de hechos estresantes: un meta-análisis de 13 estudios," *Boletín Psicol.*, no. 82, pp. 25–44, 2004.
- [4] D. Simpson, L. Suarez, L. Cox, and S. Connolly, "The role of coping strategies in




- understanding the relationship between parental support and psychological outcomes in anxious youth,” *Child Adolesc. Soc. Work J.*, vol. 35, no. 4, pp. 407–421, 2018, doi: 10.1007/s10560-018-0531-y.
- [5] R. Lazarus and S. Folkman, *Stress, Appraisal, And Coping*, Springer p. 1984.
- [6] M. Abel, “Humor, stress, and coping strategies,” *Humor*, vol. 4, no. 2002, pp. 365–381, 15AD.
- [7] N. Thompson, D. Fiorillo, B. Rothbaum, K. Ressler, and V. Michopoulos, “Coping strategies as mediators in relation to resilience and posttraumatic stress disorder,” *J. Affect. Disord.*, vol. 225, pp. 153–159, 2018, doi: 10.1016/j.jad.2017.08.049.
- [8] T. Pepperell, J. Paynter, and L. Gilmore, “Social support and coping strategies of parents raising a child with autism spectrum disorder,” *Early Child Dev. Care*, vol. 18, no. 10, pp. 1392–1404, 2018, doi: 10.1080/03004430.2016.1261338.
- [9] E. Cancio, R. Larsen, S. Mathur, M. Estes, B. Johns, and M. Chang, “Special education teacher stress: Coping strategies,” *Educ. Treat. Child.*, vol. 41, no. 4, pp. 457–482, 2018, doi: 10.1353/etc.2018.0025.
- [10] J. Gustems-Carnicer, C. Calderón, and D. Calderón-Garrido, “Stress, coping strategies and academic achievement in teacher education students,” *Eur. J. Teach. Educ.*, vol. 42, no. 3, pp. 375–390, 2019, doi: 10.1080/02619768.2019.1576629.
- [11] E. Umucu and B. Lee, “Examining the impact of COVID-19 on stress and coping strategies in individuals with disabilities and chronic conditions,” *Rehabil. Psychol.*, pp. 1–7, 2020, doi: 10.1037/rep0000328.
- [12] H. Cai *et al.*, “Psychological impact and coping strategies of frontline medical staff in Hunan between January and March 2020 during the outbreak of coronavirus disease 2019 (COVID) in Hubei, China,” *Med. Sci. Monit.*, vol. 26, pp. 1–16, 2020, doi: 10.12659/MSM.924171.
- [13] E. Baloran, “Knowledge, attitudes, anxiety, and coping strategies of students during COVID-19 pandemic,” *J. Loss Trauma*, vol. 0, no. 0, pp. 1–8, 2020, doi: 10.1080/15325024.2020.1769300.
- [14] C. Carver, “You want to measure coping but your protocol’s too long: Consider the brief COPE,” *Int. J. Behav. Med.*, vol. 4, no. 1, pp. 92–100, 1997.
- [15] C. Morán, R. Landero, and M. González, “COPE-28: Un análisis psicométrico de la versión en Español del brief COPE,” *Univ. Psychol.*, vol. 9, no. 2, pp. 543–552, 2010.
- [16] P. Royston, “Which measures of skewness and kurtosis are best?,” *Stat. Med.*, vol. 11, no. 3, pp. 333–343, 1992.
- [17] J. Béjar, “Maximos y minimos de los coeficientse de asimetria y curtosis en poblaciones finitas,” *Trab. Estad.*, vol. 3, no. 2, pp. 3–11, 1952.




NOTA BIOGRÁFICA




Javier Mella-Norambuena. **ORCID iD**  <https://orcid.org/0000-0002-4288-142X>
Es docente de la Universidad Técnica Federico Santa María, Concepción, Chile. Es profesor, Licenciado en Educación y Magíster en Psicología de la Salud por la Universidad de Concepción, Chile. Su línea de investigación son las variables cognitivo motivacionales de los procesos de enseñanza y aprendizaje; y las variables de salud mental en comunidades educativas.




Yaranay López-Angulo. **ORCID iD**  <https://orcid.org/0000-0002-3331-6875>. Dra (c) Psicología, Universidad de Concepción, Chile. Licenciada en Psicología, y Magister en Psicología Educativa, Universidad de La Habana, Cuba. Líneas de investigación: variables psicoeducativas y cognitivo-motivacionales asociadas a los procesos de enseñanza-aprendizaje; identidad de genérico-profesional. Actualmente es investigadora y académica en la universidad Santo Tomás, Concepción, Chile.





Yennifer Sáez-Delgado. **ORCID iD**  <https://orcid.org/0000-0002-4722-8702>
Es Enfermera, titulada de la Escuela de Enfermería de la Universidad Santo Tomás, Concepción, Chile. Su línea de investigación es la salud mental de profesionales de la salud y de integrantes de las comunidades educativas.



Milenko Del Valle. **ORCID iD**  <https://orcid.org/0000-0003-3739-1001>
Es Doctor en Psicología por la Universidad de Concepción Chile. Actualmente es Académico del Departamento de Ciencias Sociales de la Facultad de Ciencias Sociales, Artes y Humanidades de la Universidad de Antofagasta, Chile. Sus líneas de investigación son la Psicología Cognitiva, Variables Cognitivo-motivacionales, neuropsicología cognitiva y la Educación Superior.



This work is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 International License. To view a copy of this license, visit <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/> or send a letter to Creative Commons, PO Box 1866, Mountain View, CA 94042, USA.

