

Segundo Congreso Internacional de Ciencias Humanas "Actualidad de lo clásico y saberes en disputa de cara a la sociedad digital". Escuela de Humanidades, Universidad Nacional de San Martín, San Martín, 2022.

# El impacto socioemocional de la pandemia en los docentes durante el proceso de enseñanza y aprendizaje virtual.

Ayala, Fernanda, Badillo, Isabel, Mora, Mirna y Cortez, Arturo.

Cita:

Ayala, Fernanda, Badillo, Isabel, Mora, Mirna y Cortez, Arturo (2022). *El impacto socioemocional de la pandemia en los docentes durante el proceso de enseñanza y aprendizaje virtual. Segundo Congreso Internacional de Ciencias Humanas "Actualidad de lo clásico y saberes en disputa de cara a la sociedad digital". Escuela de Humanidades, Universidad Nacional de San Martín, San Martín.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/2.congreso.internacional.de.ciencias.humanas/149>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/eoQd/OAC>



Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons.  
Para ver una copia de esta licencia, visite  
<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.es>.

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.

**El impacto socioemocional de la pandemia en los docentes en el proceso de enseñanza y aprendizaje virtual**

Fernanda Ayala, Isabel Badillo, Arturo Cortez, Mirna Mora y María Ortega,  
Universidad del Azuay, Unidad Educativa Réplica “Juan Pío Montúfar”, Centro de Bachillerato Tecnológico Agropecuario “Generalísimo José María Morelos y Pavón”,  
Universidad Nacional de Paraguay, Universidad Autónoma de Nayarit

**Nota de los autores**

Facultad de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación, Carrera de Educación Básica y Especial

fernanda-ayala@hotmail.es

Unidad Educativa Réplica “Juan Pío Montúfar”

isamabadillo@outlook.es

Centro de Bachillerato Tecnológico Agropecuario “Generalísimo José María Morelos y Pavón”

arturo.cortez1@outlook.com

Universidad Nacional de Paraguay

mirnamora846@gmail.com

Universidad Autónoma de Nayarit

maría.arcega@unan.edu.mx

## Resumen

La pandemia por el Covid – 19 afectó a todos los países latinoamericanos en diferentes ámbitos como: salud, economía y educación. El presente artículo tiene como objetivo describir el impacto socioemocional del confinamiento en los docentes durante el proceso de enseñanza-aprendizaje virtual. Para este estudio, se empleó una metodología basada en la revisión documental y bibliográfica con aspectos descriptivos que predominan en lo cualitativo. En base a lo analizado, se puede concluir que las emociones de miedo, ansiedad y tristeza fueron las predominantes en los profesionales, ya que afrontaron diferentes retos y conflictos que involucraban sus contextos laborales y familiares en el período 2020 - 2021. Asimismo, el estrés por la constante presión se acentuó aún más debido al cambio en las rutinas diarias, sueño y ocio. Muchos profesores requirieron de una constante capacitación para familiarizarse con los entornos virtuales, lo que restó su tiempo para realizar actividades de recreación, que funcionaban como catalizadores emocionales. También, el poco seguimiento y casi nulo apoyo emocional por parte de autoridades encargadas del campo educativo, generó casos de estrés crónico que hasta ahora repercute en el cuerpo docente, pese haber regresado a la presencialidad en el 2022. Por lo tanto, es indispensable la creación de programas que promuevan el autocuidado de la salud socioemocional del profesorado de acuerdo a sus realidades locales, necesidades y particularidades personales, siguiendo las recomendaciones de la evidencia científica. Solo así, se podrá aminorar y enfrentar los efectos de la postpandemia en las dimensiones físicas, cognitivas y afectivas de toda la comunidad escolar.

**Palabras clave:** pandemia, confinamiento, emocional, docentes.

## EL IMPACTO SOCIOEMOCIONAL...

### **Las emociones y su importancia en el ámbito educativo durante la pandemia**

Todo proceso de aprendizaje involucra aspectos socioemocionales. Para enseñar no basta con que los docentes se hagan presentes en las clases, es necesario que tanto el cuerpo como la mente y los afectos, estén disponibles para enseñar-aprender y para el esfuerzo que estas actividades demandan. Para García (2012) “los profesores no enseñan en abstracto, dejando de lado sus propias emociones y sentimientos, sino que, ya sea de manera explícita o implícita, transmiten los mismos en cada acto pedagógico que desarrollan” (p. 14). Por tanto, es imprescindible reconocer la presencia de la dimensión emocional en el aprendizaje, ya que ayuda a actuar en relación a la motivación de los estudiantes, buscando favorecer su persistencia y el logro de los objetivos de desempeño en cada actividad (Gallardo, 2021).

El trabajo docente en tiempos de pandemia ha sido fundamental para lograr una contingencia socioemocional y la continuidad académica de los estudiantes. A pesar del cambio de la presencialidad a la virtualidad, “el profesorado siguió construyendo vínculos afectivos, socioemocionales y empáticos con los estudiantes y sus familias, ya que reconoció la importancia de la tolerancia y la flexibilidad, la apertura y el trabajo colaborativo en situaciones de conflicto” (Gervacio y Castillo, 2022). A partir de los entornos virtuales, ambos actores educativos se mantuvieron en contacto y comunicación; pero, en estos espacios no solo se compartieron conocimientos de las diferentes áreas del saber sino fortalezas resilientes ante diversas situaciones que se generaron por el Covid 19 (aislamiento, duelo, desempleo, cambio de roles familiares, la falta de habilidades tecnológicas, problemas económicos, etc.) de forma directa o indirecta.

### **Afectación del docente por el confinamiento debido al COVID - 19**

El personal docente no estuvo preparado para el confinamiento que se iba a declarar en la mayoría de países latinoamericanos por el COVID – 19. Esta medida adoptada por los Gobiernos se consideró para precautelar la salud; sin embargo, no se examinó las posibles consecuencias que ha posterior se podrían desarrollar y que aún son evidentes e invisibilizadas por quienes dirigen el ámbito educativo. Una de las principales, compromete a los profesionales de la enseñanza, quienes han sufrido un

## EL IMPACTO SOCIOEMOCIONAL...

fuerte impacto psicológico y emocional tras el confinamiento por la pandemia. Las problemáticas con las que se encontraron los docentes cuando, de un día para otro, se comunicó el cierre de los centros educativos fueron, entre otras, las siguientes:

- Conciliar la vida laboral y personal con hijos e hijas en casa y, en ocasiones, con un solo medio informático para una familia de varios miembros. Por tanto, la economía y convivencia familiar se tuvo que modificar y adaptar a esta nueva realidad, obligando a sus miembros a un sobreesfuerzo.
- Por otro lado, algunos docentes tuvieron que formarse de manera precipitada en el uso de las nuevas tecnologías para adaptarse a un contexto de educación telemática, ya que sus conocimientos eran los elementales para la presencialidad. También, la búsqueda y elaboración de material para estudiantes con y sin conectividad aumentaba la carga horaria y el estrés laboral.
- Extensión de la jornada laboral, ya que un gran número de docentes dedicaron más horas de actividad laboral durante el confinamiento que de manera presencial. Sin horarios definidos, unido al deseo de atender a todos los estudiantes y a sus familias, hizo que la dedicación fuese casi continuada con pequeños intervalos de descanso. La adaptación a la teleeducación, a ponerse al día con las nuevas tecnologías y a la comunicación con los progenitores, produjo en muchos casos que se sobrepase ampliamente el tiempo lectivo en casa, lo cual supuso un periodo de estrés continuado para una gran mayoría.

### **Emociones desarrolladas por los docentes durante el confinamiento**

No cabe duda, que las instituciones educativas son un lugar fundamental para el apoyo, el monitoreo de riesgos, la continuidad de los aprendizajes y el apoyo social para los estudiantes y sus familias (CEPAL-UNESCO, 2020). Bajo este panorama y durante el confinamiento, el docente adquirió un nuevo rol primordial que era el apoyar a la comunidad educativa en la prevención del Covid-19, brindando protección y contención emocional (Ministerio de Educación del Ecuador, 2020) de acuerdo a la diversidad de situaciones y necesidades de apoyo del alumnado. Para cumplir con esta “tarea”, requirió desarrollar habilidades vitales de adaptación y resiliencia emocional; sin embargo, si estas no fueron fomentadas o impartidas primeramente al profesorado, es muy probable

## EL IMPACTO SOCIOEMOCIONAL...

que su nuevo rol haya sido cumplido de forma parcial; y, que diferentes conflictos impactaran su estado físico y emocional, detonando algunas emociones como:

- **Miedo:** al cambiar sus rutinas y tener que adaptarse a nuevas metodologías y realizar cambios en sus jornadas de trabajo.
- **Ansiedad:** es una emoción humana básica, como una legítima respuesta frente a una amenaza o peligro. El temor a contagiarse y transmitir el virus a sus seres queridos, provocó episodios de ansiedad en las personas, sin excepción en los profesionales de la educación.
- **Tristeza:** por no poder acompañar / cuidar a un ser querido víctima de la enfermedad. También, la impotencia de no poderlo despedir de la forma tradicional en el caso de fallecer. Asimismo, por no compartir espacios y fechas especiales con familiares.

El conjunto de estas emociones, el desgaste mental – cognitivo y la naturaleza humana propia de la actividad: provocó que el estrés laboral aumente en los docentes de manera alarmante durante la pandemia. Si bien, quienes ejercen esta profesión han estado siempre bajo constante presión, la misma se ha acentuado más desde el 2020. Según Rodríguez, Guevara y Viramontes (2017) “trabajar con personas usualmente genera más estrés que trabajar con cosas, debido a la carga afectiva y emocional que conlleva” (p.19). Un estudio realizado por la Organización Mundial de la Salud para evaluar las alteraciones sufridas en la salud mental y neurológica como consecuencia del Covid-19, entre junio y agosto de 2020 en 130 países de las seis regiones miembros, demostró que en “el contexto de la educación el 50,76% presentan desorden emocional relacionado con su estado civil, los niveles son mayores en las personas casadas. Esto puede atribuirse al conflicto entre sus roles en el trabajo y con sus familias” (Cardoso, 2017). También, en este grupo de profesionales se evidenció una marcada ansiedad moderada y un porcentaje considerable con un cuadro de ansiedad severa debido al cambio en las rutinas de ejercicio, sueño, ocio y recreación, así como por el factor familiar, pues el confinamiento dificultó la visita a familiares que incluso requerían del cuidado de terceros (Reyes y Trujillo, 2020).

## **La falta de apoyo socioemocional al docente durante y después del confinamiento**

La Organización Mundial de la Salud (OMS) a partir de la declaración de pandemia por el virus SARS CoV-2/COVID 19, recomendó la práctica de los primeros auxilios psicológicos (PFA), más aún en los profesionales que estaban en primera línea contra la enfermedad, con el fin de precautelar su salud mental. No obstante, la información estaba dotada para la utilidad de cualquier persona, ya que no requiere de un bagaje de conocimientos en Psicología.

Los PFA tienen como objetivo auxiliar al individuo a dar pasos concretos hacia el afrontamiento de la crisis, noticia, o evento traumático. Este soporte incluye el manejo adecuado de los sentimientos, el control de los componentes subjetivos de la situación y pasos para comenzar el proceso de afrontamiento del problema. Para Cevallos, Mena y Reyes (2021), el personal docente debió tener conocimiento de esta información desde el primer trimestre de la pandemia, no solo para autoayudarse sino para compartir esas pautas de apoyo humanitario con los estudiantes y sus familias. Esto debido a que la falta de conocimiento sobre la enfermedad generaba aún más: miedo, ansiedad, preocupación y estrés.

Según Ransing, Adiukwu, Pereira, Ramalho, Orsolini, Luiz y Gonzalez (2020), los primeros auxilios psicológicos (PFA) se resumen en 8 pautas generales:

1. Buscar información verídica, breve y general sobre la enfermedad COVID-19: etiología, modo de transmisión, sintomatología clínica.
2. Autocuidado y cuidado familiar: conductas de protección personal y familiar, familiarización con áreas seguras.
3. Información sobre la promoción y prevención de la salud mental.
4. Fuentes de información de sitios oficiales ya sea a través de televisión, dispositivos móviles, radio o material impreso.
5. Mantener en equilibrio las funciones biológicas esenciales como la alimentación, el descanso y el ejercicio.
6. Mantener contacto virtual con familiares o amigos u otras redes de apoyo, a través de plataformas virtuales u otros recursos digitales.

## EL IMPACTO SOCIOEMOCIONAL...

7. Fomentar la esperanza y el optimismo.
8. Identificación temprana de signos de bandera roja de deterioro de la salud mental.

En tiempos de confinamiento se considera pertinente que tanto educadores como familias sean capaces de convertirse en un soporte para la contención de sentimientos y emociones en niños y adolescentes para evitar que determinadas situaciones, como la acontecida puedan alterar la salud mental de las personas expuestas a la misma (González, Gutiérrez y Otero, 2022). Por tanto, para llevar a cabo esta compleja tarea, es clave que primero los adultos que pasan mayor tiempo con esta población se dispongan de un adecuado bienestar emocional, el cual depende en mayor grado "del contexto en que desarrollan su actividad, de las creencias sociales y de la regulación cultural del mundo emocional" (De Pablos, González y González, 2008, p. 48).

En varios países de Latinoamérica, no se brindó seguimiento y apoyo emocional oportunos a los docentes para protegerlos de las diferentes emociones y el estrés crónico que padecieron con el confinamiento por el Covid - 19. Muchas autoridades encargadas de los sistemas educativos, no afrontaron esta problemática y se centraron más en la recuperación académica y socioemocional de los estudiantes en la postpandemia. Si bien esta población es una prioridad, no se debe invisibilizar a los profesores, quienes también poseen su carga emocional propia a partir de sus historias personales y vivencias con el virus.

Por tanto, actualmente se requiere que las autoridades creen políticas que permitan realizar programas de ayuda emocional para todos los miembros de la comunidad educativa. Desarrollar estrategias de apoyo socioemocional a partir de lo vivenciado con la pandemia, dejará capacidad instalada para enfrentar de mejor manera futuras emergencias o crisis, ofreciendo recursos y habilidades para cada persona acorde a sus necesidades (Gallardo, 2021).



## Conclusiones

De este análisis documental se puede rescatar varias conclusiones. Primero, que el confinamiento por el COVID - 19 afectó de diversas formas a las personas en los distintos contextos en los cuales se desenvolvían, perjudicando principalmente su área socio – emocional a un nivel sumamente preocupante. En el ámbito educativo, cada miembro que la compone vivenció diferentes experiencias relacionadas con la pandemia, siendo la mayoría negativas. Bajo este panorama desalentador, el profesorado tuvo que lograr la continuidad académica de los estudiantes, al mismo tiempo que desarrollaba en ellos una contingencia socioemocional para evitar trastornos de salud mental. Es decir, se siguieron construyendo vínculos afectivos, empáticos y resilientes entre los dos actores, pese a la virtualidad. No obstante, este nuevo rol adquirido puso a prueba sus propios sentimientos y emociones, llegando incluso a reprimirlos durante los minutos de cada clase ya que, a pesar de las circunstancias personales, los educadores debían guardar “la compostura “y “ser profesionales”. Pero ¿quién los ayudaba cuando la cámara se apagaba?

Varios investigadores concuerdan que los maestros tuvieron dificultades para conciliar la vida laboral y personal, ya que tenían que ejercer ambos roles al mismo tiempo dentro de casa. Otros, debían destinar sus horas de descanso para formarse de manera precipitada con las nuevas tecnologías, pues sus conocimientos eran los básicos para responder en la presencialidad y no a la telemática. También, la búsqueda y elaboración de material a diario para los educandos con y sin conectividad empeoraba la situación y aumentaba la carga horaria. Asimismo, el irrespeto al tiempo laboral y de reposo, supuso periodos de estrés constante, ya que la desconexión con los miembros educativos (estudiantes, progenitores, autoridades o compañeros de trabajo) ocasionaba problemáticas difícilmente reversibles dependiendo del contexto; por ejemplo, el no desarrollarse una clase virtual por un error en el horario no comunicado por el tutor podía ser causante de una denuncia. Que, aunque parezca una exageración, se suscitaba y se transmitía en emisoras de radio.

Entre las emociones experimentadas por los educadores estaban: el miedo por el cambio en las rutinas y al tener que adaptarse a nuevas metodologías; la ansiedad por el temor a contagiarse y transmitir el virus a sus familiares y la tristeza por la pérdida de un ser cercano. El conjunto de estas emociones, el desgaste mental – cognitivo y la

## EL IMPACTO SOCIOEMOCIONAL...

naturaleza humana propia de la actividad provocó que el estrés laboral aumente en los docentes de manera alarmante durante y después del confinamiento. En este marco y en base a los diferentes resultados de varios estudios, es imprescindible que se desarrollen más investigaciones que propongan estrategias de apoyo psicológico a nivel individual e institucional dirigidos a los profesionales de la enseñanza con el objetivo de cuidar su salud mental, ya que su exposición a riesgos laborales ya era significativa antes de la pandemia, según algunos materiales consultados. El profesorado no es inmortal. Es necesario dejar de lado la absurda percepción, en la cual los educadores son vistos como seres que han logrado su máximo nivel de desarrollo y que, por consiguiente, deben olvidarse de sí mismos para enfocarse en el alumnado, en los resultados y en los centros escolares. Desde luego, dicha postura está por completo alejada de la realidad.

Por consiguiente, en los contextos educativos no deben faltar programas de salud mental para todos los miembros de la comunidad educativa, ya que como aseguran algunos expertos estos espacios son ideales para la detección y atención temprana de trastornos emocionales. Obviamente, estos requerirán de evaluaciones periódicas para identificar el alcance real obtenido en cada actor escolar. Solo un seguimiento adecuado, directo y crítico de estos programas, asegurará que las instituciones se encuentren preparadas de mejor manera para futuras emergencias o crisis, ofreciendo recursos y habilidades socio-emocionales para cada persona acorde a sus necesidades.

## Referencias

- Ayuso, J. (2006). Profesión docente y estrés laboral: una aproximación a los conceptos de estrés laboral y burnout. *Revista Iberoamericana de Educación*, 226-242.  
[https://rieoei.org/histórico/de\\_los\\_lectores/1341Ayuso.pdf](https://rieoei.org/histórico/de_los_lectores/1341Ayuso.pdf)
- Cevallos, A., Mena, P., & Reyes, E. (2021). Salud mental docente en tiempos de pandemia por covid-19. *Revista de Investigación y Desarrollo I+D*, 14, 132 – 138. <https://revistas.uta.edu.ec/erevista/index.php/dide/article/view/1334>
- De Pablos, J., González, T., & González, A. (2008). El bienestar emocional del profesorado en los centros TIC como factor de innovación educativa. *RELATEC - Revista Latinoamericana de Tecnología Educativa*, 7(2), 45-55.  
<https://relatec.unex.es/article/view/459/343>
- Gallardo, G. (2021). Sostener, Cuidar y Aprender: Lineamientos para el Apoyo Socioemocional en las Comunidades Educativas.  
<https://www.unicef.org/chile/media/5701/file/Sostener%20cuidar%20.pdf>
- García Retana, J. (2012). La educación emocional, su importancia en el proceso de aprendizaje. *Revista Educación*, 36 (1), 1-24.  
<https://www.redalyc.org/pdf/440/44023984007.pdf>
- Gervacio Jiménez, H., & Castillo Elías, B. (2022). Impactos socioemocionales, estrategias y retos docentes en el nivel medio superior durante el confinamiento por COVID-19. *RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 12(24). <https://doi.org/10.23913/ride.v12i24.1133>

## EL IMPACTO SOCIOEMOCIONAL...

Mora Mora, C., Bonilla Guachamín, G., & Bonilla Guachamín, J. (2021). Impacto de la pandemia de covid-19 en los docentes: burnout, ansiedad y depresión. *Runae*, (6), 41 - 60. <https://revistas.unae.edu.ec/index.php/runae/article/view/488>

Otero-Mayer, A., González-Benito, A., Gutiérrez-de-Rozas, B. (2022). Implicaciones emocionales en maestros de Educación Infantil y las familias en pandemia en España. *MENDIVE*, 20 (1), 255 – 259. <https://mendive.upr.edu.cu/index.php/MendiveUPR/article/view/2802>

