

1 - TÍTULO: ANÁLISIS TRANSVERSAL DE LA SITUACIÓN ACADÉMICO- EMOCIONAL AL INICIO DE LA PANDEMIA SARS-COV-2 (COVID-19) PERIODO PRIMAVERA 2020 DE LOS ALUMNOS DE LA FACULTAD DE CULTURA FÍSICA PERTENECIENTES A LA BENEMÉRITA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE PUEBLA.

1. -DRA. ALEJANDRA A. MARCIANO MENDOZA
2. -DRA. ELIZABETH SUÁREZ CASTILLO
3. -DRA. NAYELLI SALAMANCA MÉNDEZ
4. -DRA. TANIA ORDAZ RODRÍGUEZ

1. BENEMÉRITA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE PUEBLA. MÉXICO.
2. BENEMÉRITA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE PUEBLA. MÉXICO.
3. BENEMÉRITA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE PUEBLA. MÉXICO.
4. BENEMÉRITA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE PUEBLA. MÉXICO.

Correo electrónico: tania.ordaz@correo.buap.mx

doi:10.16887/91.a3.01

TITULO EN INGLES: CROSS-SECTIONAL ANALYSIS OF THE ACADEMIC-EMOTIONAL SITUATION AT THE BEGINNING OF THE SARS-COV-2 (COVID-19) PANDEMIC SPRING 2020 PERIOD OF THE STUDENTS OF THE FACULTY OF PHYSICAL CULTURE BELONGING TO THE BENEMÉRITA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE PUEBLA.

SUMMARY

This research took place due to the pandemic situation caused by the Sars-CoV-2 virus (COVID-19), so in the environment where the authors work, which is in the academic field of the higher level of the Faculty of Physical Culture belonging to the Benemérita Autonomous University of Puebla had drastic changes, at the time of going from a face-to-face modality to the virtual modality which aroused the concern of the authors to determine the educational-emotional affectation of the active students in the classroom. spring period 2020.

In the framework of the research, the authors designed a digital survey, where the objective was to know the perception of the sample regarding the achievement of academic objectives, the knowledge and use of virtual tools, both for them and their teachers from that period, and its emotional impact with respect to the effects of voluntary confinement and / or the alteration of stress and anxiety that could have aroused the pandemic in the student context.

Keywords: SARS-CoV-2, COVID 19, pandemic, virtual tools, emotions.

RÉSUMÉ

Cette recherche a eu lieu en raison de la situation pandémique causée par le virus Sars-CoV-2 (COVID-19), donc dans l'environnement où travaillent les auteurs, qui est dans le domaine académique du niveau supérieur de la Faculté de culture physique appartenant à la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla a connu des changements drastiques, au moment du passage d'une modalité face-à-face à la modalité virtuelle, ce qui a suscité le souci des auteurs de déterminer l'affectation éducative-émotionnelle des élèves actifs en classe période printemps 2020.

Dans le cadre de la recherche, les auteurs ont conçu une enquête numérique, dont l'objectif était de connaître la perception de l'échantillon concernant l'atteinte des objectifs académiques, la connaissance et l'utilisation d'outils virtuels, tant pour eux que pour leurs enseignants de cette période, et son impact émotionnel en ce qui concerne les effets de la séquestration volontaire et / ou l'altération du stress et de l'anxiété qui auraient pu provoquer la pandémie dans le contexte étudiant.

Mots-clés: SARS-CoV-2, COVID 19, pandémie, outils virtuels, émotions.

RESUMEN

La presente investigación tuvo lugar debido a la situación de pandemia provocada por el virus Sars-CoV-2 (COVID-19), por lo que en el medio donde se desempeñan las autoras, que es en el ámbito académico del nivel superior de la Facultad de Cultura Física perteneciente a la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla tuvo cambios drásticos, en el momento de pasar de una modalidad presencial a la modalidad virtual lo cual despertó la inquietud de las autoras para determinar la afectación educativo – emocional de los alumnos activos presenciales en el periodo de primavera 2020.

En el marco de la investigación las autoras diseñaron una encuesta digital, donde el objetivo era conocer la percepción de la muestra con respecto al alcance de los objetivos académicos, el conocimiento y manejo de herramientas virtuales, tanto para ellos como de sus docentes de ese periodo, y su afectación emocional con respecto a los efectos del confinamiento voluntario y/o la alteración del estrés y la ansiedad que pudieran haber despertado la pandemia en el contexto estudiantil.

Palabras clave: SARS-CoV-2, COVID 19, pandemia, herramientas virtuales, emociones.

RESUMO

Esta pesquisa ocorreu devido à situação de pandemia provocada pelo vírus Sars-CoV-2 (COVID-19), ou seja, no ambiente onde os autores trabalham, que se encontra no âmbito acadêmico do nível superior da Faculdade de Cultura Física pertencente para a Benemérita Universidad Autónoma de Puebla tiveram mudanças drásticas, na hora de passar da modalidade presencial para a modalidade virtual, o que despertou a preocupação dos autores em determinar a afetação educacional-emocional dos alunos ativos em sala de aula. . período da primavera de 2020.

No âmbito da pesquisa, os autores elaboraram um questionário digital, onde o objetivo era conhecer a percepção da amostra quanto ao cumprimento dos objetivos acadêmicos, o conhecimento e a utilização de ferramentas virtuais, tanto para eles quanto para seus professores daquele período, e seu impacto emocional no que diz respeito aos efeitos do confinamento voluntário e / ou alteração do estresse e ansiedade que poderiam ter despertado a pandemia no contexto estudantil.

Palabras chave: SARS-CoV-2, COVID 19, pandemia, ferramentas virtuais, emoções,

Introducción

En el año 2020 la contingencia sanitaria provocada por la pandemia del virus **SARS-CoV-2** trajo como resultado una adecuación en la impartición de cátedra en la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla en los niveles medio superior y superior, poniendo a disposición una serie de herramientas virtuales para dar solución al tema de comunicación entre alumnos y maestros en el confinamiento voluntario que se estableció como decisión administrativa y operativa de esta.

Las herramientas virtuales disponibles en el periodo de primavera 2020, no respondían completamente a las necesidades de los docentes y alumnos, de tal manera que se tuvieron que utilizar las herramientas gratuitas de dominio público que hasta este punto se ofertaban en la web como: zoom, meet, Google classroom, Ed modo, entre otras. Estas herramientas virtuales fueron fundamentales para realizar la adecuación inmediata de la cátedra presencial a la virtualidad total.

En marzo de 2020 la OMS (Organización Mundial de la Salud) decretó que el contagio por el virus COVID-19, sería una pandemia mundial, por otro lado Aldama P. directora de OEI (Organización de Estados Iberoamericanos para la educación y la ciencia) y la subsecretaría de educación superior de la SEP (Secretaría de Educación Pública) refiere en el ciclo iberoamericano de especialistas realizado en septiembre de 2020, donde analizan la situación de la pandemia en la educación, “que el país tiene una matrícula de 4.5 millones en licenciatura y 384,600 en posgrado, y cerca de 400,000 profesores, los cuales dejaron de tener actividades presenciales por la pandemia”.

Las condiciones en las que se encontraba la educación superior en México antes del SARS-CoV-2 eran estables e incluso crecientes en cuanto a la inscripción, y se contaba con una baja deserción de estudiantes durante su periodo regular.

En Puebla siendo la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla la máxima casa de estudios, y que oferta las licenciaturas de Readaptación y Activación Física, así como la de Cultura Física, tuvo un impacto importante en esta transición de la modalidad presencial y semi presencial durante el periodo primavera 2020 a un escenario virtual provocado por la contingencia sanitaria en el periodo de primavera 2021, según estadísticas de seguimiento de alumnos activos en estas licenciaturas, de un total de 1,158 alumnos inscritos, al día de hoy permanecen activos 952 alumnos. Lo que significa que se tuvo una deserción de 17.78%.

Además de la deserción se considera otro tipo de factores como las emociones que afectan de manera directa e indirecta a alumnos y maestros, según Johnson M. 2020 en su publicación emociones, preocupaciones y reflexiones frente a la pandemia del COVID 19 realizada en Argentina, agrupa distintos sentimientos generados por la pandemia y destaca principalmente la incertidumbre, el miedo y la angustia, sin embargo, hay que entender lo que es un sentimiento y una emoción que son términos que se manejan en la presente investigación, siendo la emoción “un estado afectivo que se presenta en el ser humano brusca y súbitamente en forma de crisis de mayor o menor intensidad y duración. Esta se caracteriza por ser una privación en el ánimo, facilitándoles adaptarse a una circunstancia en relación con un lugar, objeto, persona, entre otros” según Pérez M. 2021, y desde el punto de vista médico una emoción es “estados funcionales dinámicos del organismo, que implican la activación de grupos particulares de sistemas efectores, visceral, endocrino y muscular y sus correspondientes estados o vivencias subjetivas” según Jiménez A. Inteligencia emocional. En: AEPap (ed.). Congreso de Actualización Pediatría 2019 realizado en Madrid. Por lo que podemos considerar que ambos factores son determinantes para un estado de ánimo durante la pandemia o el confinamiento voluntario que ha pasado la población universitaria.

Métodos

Para la realización de la presente investigación fue utilizado el método estadístico aplicado a los resultados de la encuesta digital, a los alumnos activos en el periodo de primavera 2020 de la Facultad de Cultura Física (Licenciatura en Cultura Física y Licenciatura Readaptación y Activación Física) de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla.

Muestra

A través del formulario Google se registraron 342 alumnos activos en modalidad presencial incluidos en el periodo de primavera 2020, de los cuales 5 alumnos respondieron dos ocasiones, por lo que se procedió a eliminar la respuesta duplicada, quedando un total de 337 en la muestra. Los géneros considerados fueron femenino y masculino de las carreras de la Facultad de Cultura Física de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla (Licenciatura en Cultura Física y Licenciatura Readaptación y Activación Física).

Materiales

Encuesta digital en plataforma virtual Google forms, computadora, Smart phone o similar y conexión a internet.

Instrumento

La herramienta que se utilizó para la recolección de datos fue una encuesta, que se diseñó con tres apartados diferentes, en el primero se solicita su percepción para conocer la afectación que tuvieron de pasar de la modalidad presencial a la modalidad virtual con respecto a objetivos académicos y aprendizajes. Las preguntas fueron: ¿Cuánto crees que te afectó pasar a la modalidad virtual? Las respuestas posibles fueron (4) me afectó mucho, (3) me afectó, pero fue manejable, (2) no hubo diferencia y (1) no me afectó; también se considera dentro del primer apartado, ¿Qué aprovechamiento consideras haber alcanzado con respecto a los objetivos de las asignaturas, donde las posibles respuestas fueron (5) 90-100%, (4) de 70-80%, (3) 50-60%, (2) 40 % y (1) 30% o menos.

El segundo apartado se refirió a conocer las herramientas y conocimientos disponibles en ese semestre, tanto de alumnos como de los docentes, una de las preguntas dentro del apartado dos es: ¿qué preparación consideras que tuvieron tus docentes para el manejo de herramientas, contenidos digitales y virtuales? Siendo las respuestas (4) excelente manejo y dominio, (3) buen manejo y dominio, (2) manejo aceptable, pero no resaltante y finalmente (1) bajo dominio; la otra pregunta fue ¿consideras que como alumno contabas con todas las herramientas y medios tecnológicos para solventar los productos o tareas de las asignaturas? (dispositivo digital, smart phone, internet, computadora, datos móviles para celular, etc.) siendo las respuestas (4) si contaba con herramientas suficientes, (3) contaba con lo básico para solventarlos, (2) tuve acceso limitado en estos medios y la última alternativa (1) no cuento con esas herramientas ni medios. Otra de las preguntas consideradas en esta sección fue ¿qué nivel de conocimientos digitales y virtuales consideras que tuviste para enfrentar el desarrollo de las asignaturas de este semestre? (para realizar sesiones virtuales, manejo de plataformas digitales, realización de productos a distancia, etc.) las respuestas disponibles (3) buen nivel de conocimientos digitales y virtuales, (2) mediano nivel de conocimientos digitales y virtuales y (1) bajo nivel de conocimientos digitales y virtuales.

Y finalmente el tercer apartado se refiere a la afectación emocional de los alumnos, donde se encontraba la siguiente pregunta ¿puedes comentar abiertamente cómo te sentiste en este semestre con respecto a la contingencia, distanciamiento y desarrollo de tus sesiones en la universidad? donde las posibles respuestas fueron (5) mayor afectación y muestra de estrés (4) mediana afectación y desagrado, (3) manifiesta indiferencia, (2) muestra poca afectación y finalmente el (1) no respondió o no le afectó.

Consideraciones éticas

El protocolo de la presente investigación fue aprobado de manera virtual tanto por parte de las autoras, como de los participantes, no hubo trabajo presencial ni directo con los involucrados a causa del confinamiento voluntario causado por la pandemia (COVID-19).

Se garantiza que el almacenamiento y manejo de la información fue estrictamente confidencial, el formato realizado en Google forms fue habilitado únicamente para la recolección de datos para la presente investigación. Siguiendo el código de ética de la American Educational Research Association (Association, 2010). Además, también respeta el artículo 17, fracción I, del reglamento de la ley general de salud en materia de investigación en salud; Secretaría de salud 1987 donde se cataloga la investigación como no riesgosa para los participantes, finalmente se respeta el protocolo de protección de derechos y garantías de los participantes en la investigación según la American Psychological Association (Association A. P., 2010).

Análisis de resultados

A continuación, se muestran los resultados de la encuesta realizada a 337 alumnos activos en el periodo de primavera 2020.

1. Los resultados arrojados por la encuesta muestran que la afectación que tuvieron los alumnos del periodo primavera 2020 en la Facultad de Cultura Física, del 100% de los encuestados, el 64% considera que si les afectó pero fue manejable pasar de sus clases presenciales a la modalidad virtual, el 18% manifiesta que le afectó mucho al grado de sentir estrés, depresión, angustia ante este escenario, y el 10% de la muestra indica que no hubo diferencia logrando continuar con su aprendizaje y actividad académica, solo el 8% no refleja afectación alguna.

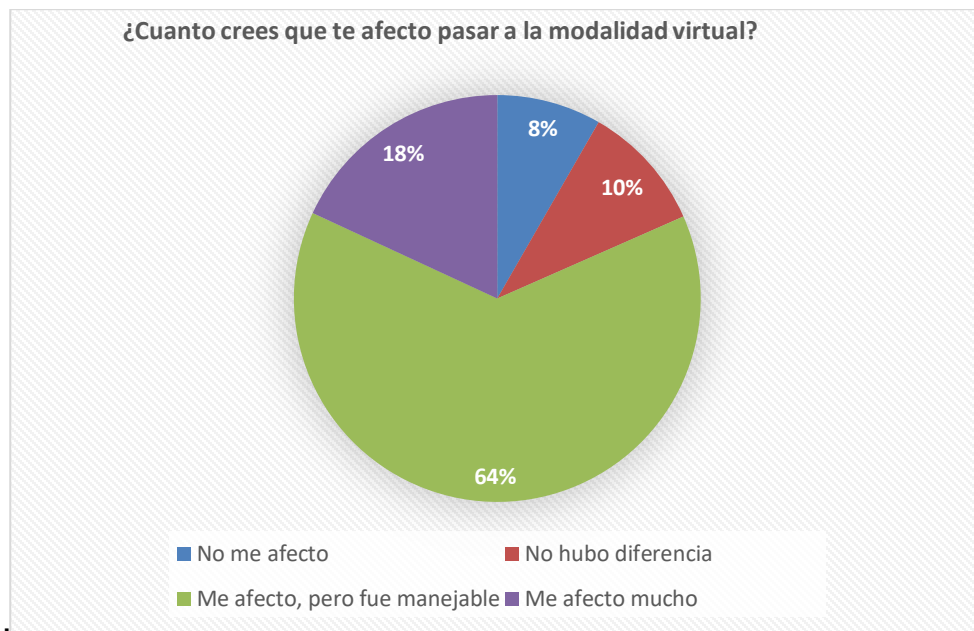


Gráfico 1 Pregunta 1

2. Por otro lado, se les pregunto qué porcentaje de aprovechamiento lograron alcanzar con respecto a sus objetivos académicos en ese periodo considerando todas las asignaturas; como se muestra en la gráfica 2, el 19% de la muestra consideró que el objetivo se alcanzó al 100%, el 17% señaló que logró el 90% de sus objetivos académicos, el 15% determinó que solo alcanzo el 80% de los objetivos, el 13% externó que solo alcanzo el 70% de estos, el 12% determinó que su avance fue del 60%, el 10% únicamente cree que alcanzo un 50% de los objetivos, el 8% indicó que alcanzo el 40%, tan solo un 6% precisó que su alcance de objetivos fue del 30% o menos, eso nos refleja que 280 de los alumnos encuestados considera haber alcanzado entre el 70% y 100% de los objetivos académicos, lo que se puede percibir favorable, y tan solo 57 alumnos reflejan haber logrado entre un 60% y un 30%, lo que podemos concluir de esta pregunta que el 83.08% de la muestra total si consiguió cumplir los objetivos académicos.

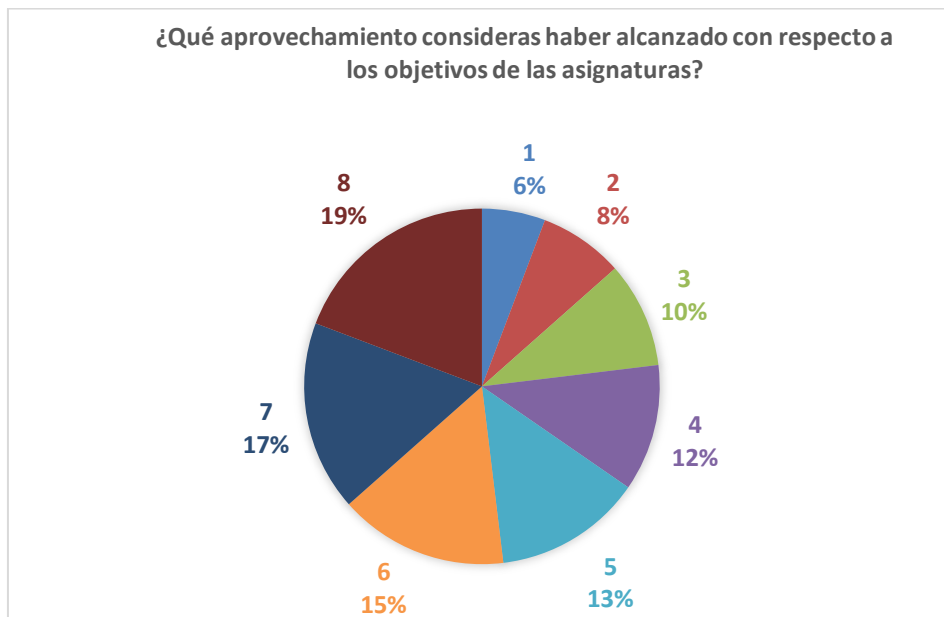


Gráfico 2 Pregunta 2

3. En la siguiente grafica se muestra la preparación que tuvieron los docentes en el manejo de herramientas, contenidos digitales y virtuales, el 18% de los docentes salieron evaluados con un manejo excelente de las herramientas, el 57% de los alumnos especificaron que los docentes tuvieron un buen manejo y dominio de herramientas, por otro lado el 20% manifestó un manejo y dominio aceptable, el 2% externó que te tuvo un bajo dominio y manejo de esas herramientas, y tan solo un 3 % no respondió la pregunta.

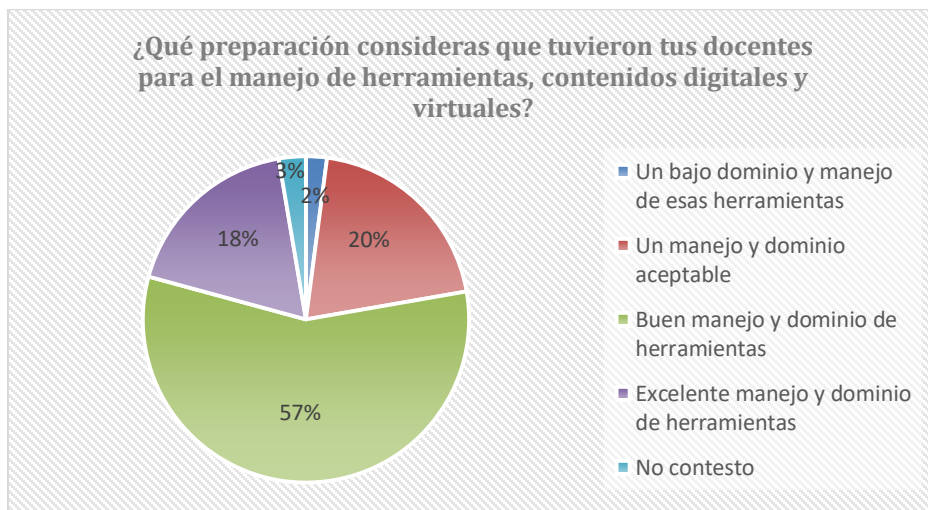


Gráfico 3 Pregunta 3

4. En la gráfica número 4, se muestra que el 44% que sí contaba con las herramientas necesarias para solventar los productos o tareas de las asignaturas, no así el 37% que solo contaba con las herramientas básicas de tecnología, por otro lado, el 19% manifiesta que tuvo acceso limitado a los medios y herramientas digitales, y resulta relevante que solo un alumno de los 337 encuestados externa que no contaba con las herramientas necesarias.

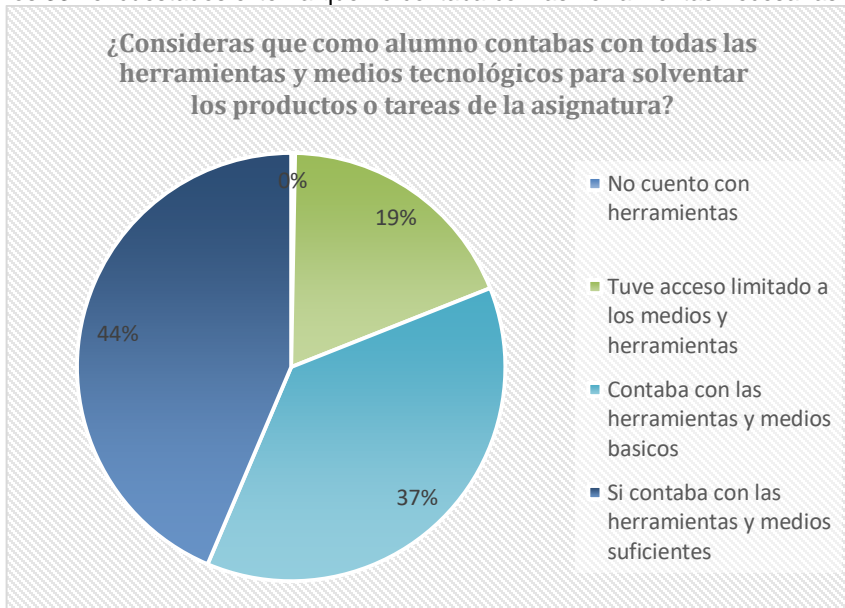


Gráfico 4 Pregunta 4

5. Para contar con un panorama de conocimientos digitales y virtuales que los alumnos tenían hasta ese momento, se les preguntó qué nivel de conocimiento tenían para desarrollar las asignaturas de ese semestre, lo cual reflejó que el 54% sentía contar con buen nivel, el 43% con un nivel medio y finalmente el 3% consideró que contaba con un bajo nivel de conocimientos digitales y virtuales.

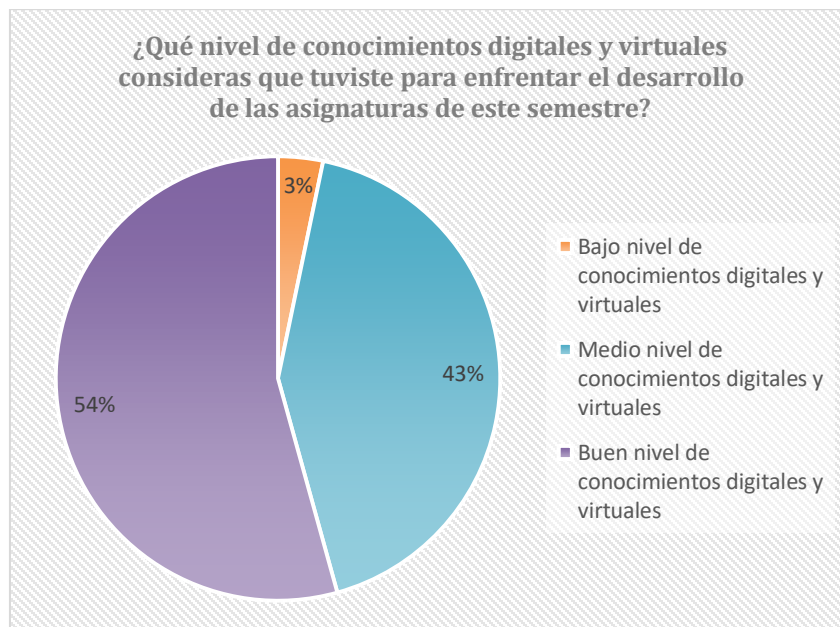


Gráfico 5 Pregunta 5

6. Finalmente, se les preguntó acerca de su sentir acerca de la contingencia, el distanciamiento y desarrollo de las sesiones en la universidad, donde el 43% muestra mayor afectación, el 19% manifiesta haber tenido mediana afectación, el 15% muestra poca afectación, el 12% muestra indiferencia ante esta situación y tan solo el 11% no respondió o no le afectó.

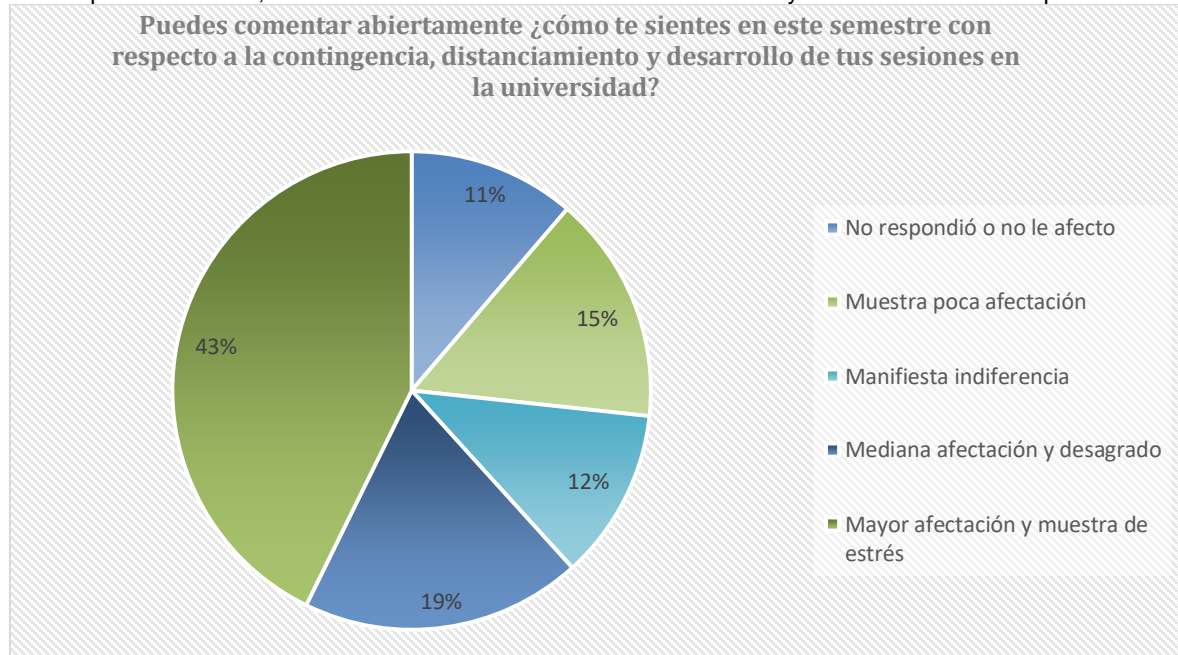


Gráfico 6 Pregunta 6

Discusión

Después de analizados los resultados de las encuestas donde obtuvimos el aporte de los alumnos para la presente investigación, podemos distinguir que efectivamente más de la mitad de la muestra se vio afectada por el cambio de modalidad presencial a la modalidad virtual, eso pone en manifiesto que los alumnos no estaban acostumbrados a trabajar con plataformas de aprendizaje en línea, donde la dinámica autogestiva es esencial para lograr los objetivos académicos e incluso administrativos de su vida universitaria.

Es importante mencionar que la UANL (Universidad Autónoma de Nuevo León) menciona que la educación superior en México enfrenta grandes desafíos como resultado de la pandemia de COVID-19, resalta el impacto directo en la salud, medidas sanitarias, como el confinamiento y la sana distancia, por mencionar algunas y esto conlleva a que se ha alterado radicalmente el proceso de enseñanza-aprendizaje. (Rogelio, 2019).

También plantea que las instituciones de educación superior (IES) deben seguir actuando con visión, determinación y compromiso social para cumplir nuestra misión educativa, científica y cultural, garantizar la continuidad del proceso educativo, preservar la salud física y emocional de estudiantes y profesores, sin embargo, el escenario que tenía la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla en 2019 así como algunas otras universidades de nivel superior estaba en desarrollo, ya que se contaba con una plataforma institucional para la impartición de educación semiescolarizada, pero no con la robustez para solventar las necesidades de toda la población inscrita en ese periodo, no dejemos de lado que hay universidades en situaciones mucho menos favorables y que de igual manera tuvieron que enfrentarse al mismo reto. Solo algunas instituciones en Puebla contaban con los medios, infraestructura, fortaleza académica y demás requerimientos para que, en corto plazo, solventarán exitosamente los escenarios, las herramientas, capacitación, cadenas de apoyo entre otras cosas, para que como indica atinadamente Garzón se cumpliera con la misión educativa.

(Eva Pérez Lopez, 2021) señala en su artículo de revista Educación a distancia en tiempo de COVID-19, que la educación a distancia (ED) posee la naturaleza así como el alcance complejo al implicar un amplia gama de formas no tradicionales de enseñanza y aprendizaje, lo que es una perspectiva valiosa para la presente investigación ya que es una enseñanza que ocurre lejos del lugar del aprendizaje, y además requiere el uso de tecnologías (Moore M.G, 2021), también comentan que implica la gestión flexible del tiempo y otorga mayor autonomía al alumnado, sin embargo, el nivel de comprensión de los contenidos puede depender de la autogestión del conocimiento de los mismos y eso no siempre es una habilidad desarrollada.

Existen evidencias que señalan que el cierre de centros educativos causado por el COVID-19 ha agrandado la desigualdad de oportunidades, de manera singular en aquellas familias que poseen un capital sociocultural y económico bajo (Eva Pérez Lopez, 2021), es por eso que los alumnos universitarios que tienen bajos recursos no pueden acceder a varios de los medios indispensables para la educación a distancia, por lo tanto se encuentran en desventaja y riesgo de la pérdida de su semestre o ciclo escolar.

La importancia de contar con las TIC's tanto alumnos como profesores era esencial para el proceso enseñanza-aprendizaje en el cumplimiento de los programas de las asignaturas en el periodo primavera 2020, desde el punto de vista emocional, hubo una afectación importante pero manejable según lo que reflejan las encuestas ante el cambio de la modalidad presencial a la modalidad virtual, las emociones manifestadas principalmente fueron estrés y ansiedad; se distinguen algunos de los factores principales detonantes como son, la falta de comunicación interinstitucional, falta de convivencia con sus compañeros, problemas de conectividad, incursión en diferentes tareas tanto laborales como familiares, entre otras. (Velázquez, 2020) en su artículo donde estudia el estrés académico en estudiantes universitarios asociado a la pandemia por COVID-19 nos deja en claro que los alumnos "muestran una disminución de la motivación y del rendimiento académico con un aumento de la ansiedad y dificultades familiares, especialmente para estudiantes de escasos recursos económicos en una universidad pública del sur de México", y coincide con los resultados de la presente investigación, donde los alumnos foráneos son los más afectados por sus propias situaciones socio económicas, ya que la tecnología y conectividad web están limitadas, no solo eso sino que además el estrés es creciente porque para cada asignatura se deben de cumplir con productos, actividades, lecturas, etc., para llevar la continuidad del curso y ellos se ven severamente afectados y presionados para descargar y trabajar off line, cuando no todas las actividades tienen esa característica.

Es determinante para un alumno universitario que su entorno le permita la concentración para cumplir con las tareas y actividades exigida en su vida académica, sin embargo, como comparte (Macías, 2020) en su libro El estrés de pandemia (COVID 19) en población mexicana, la población en general ha estado en un estado de estrés general, menciona que los estresores de mayor frecuencia son: "Que los hospitales no tengan los recursos para atender a los enfermos, que nuestro sistema de salud colapse; por su parte los síntomas que más se presentan son la ansiedad y la falta de sueño" como puede verse claramente, el estrés es multifactorial, (L., 2001), comentan que apoyados en una perspectiva transaccionalista del estrés, distinguen entre dos tipos de estresores mayores y menores, donde comentan que los primeros tienen una presencia objetiva que no depende de la percepción del sujeto y su repercusión hacia la persona es siempre negativa, en el caso de los alumnos y la situación de la pandemia causada por el COVID-19 tiene profunda injerencia en el estrés ya que está inmerso en un mar de información y desinformación a nivel mundial que ametralla los medios de comunicación todos los días; por otro lado están los estresores menores, los cuales dependen esencialmente de la percepción del sujeto, y es el alumno mismo quien a través de su valoración le otorga la importancia a este estresor y lo afecta en la medida de esta.

Continuando con las afectaciones emocionales de los alumnos, en la presente investigación también resaltaron las respuestas de ansiedad causadas por el confinamiento voluntario, entendiéndola como la define (Barcelona, 2021) es un indicador de una enfermedad subyacente cuando los sentimientos se vuelven excesivos, en todo momento e interfieren con la vida cotidiana, por otro lado (Sierra, 2003) comentan que ansiedad alude a la combinación de distintas manifestaciones físicas y mentales, que no son atribuibles a peligros reales, sino que se manifiestan en forma de crisis o bien como un estado persistente y difuso pudiendo llegar al pánico, como se puede ver hay similitudes en los trastornos o síntomas en las personas que lo padecen, finalmente (Cordova Castañeda Alejandro y Cols, 2010) comparten que la ansiedad es un estado emocional displacentero que se acompaña de cambios somáticos y psíquicos, que pueden presentarse como una reacción adaptativa, o como síntoma o síndrome que acompaña a diversos padecimientos médicos y psiquiátricos, todo esto lo podemos reconocer en la población en general, sin embargo, la importancia mayor para la presente investigación es la población de alumnos universitarios quienes respondieron la encuesta realizada donde manifestaciones más notables fueron enojo, frustración, depresión, entre otras. Todas estas emociones son de gran valor para la presente investigación ya que en un futuro los resultados se usarán para generar canales de apoyo especializado a los alumnos de acuerdo a sus necesidades y el nivel de afectación presentado por la pandemia causada por el virus Sars-CoV-2.

Conclusiones

En la presente investigación se pudo concluir que debido la pandemia provocada por el COVID-19 a nivel mundial, la parte académica fue una de las más afectadas ya que tuvo que pasar abruptamente de la modalidad presencial a la modalidad virtual, eso provocó diversas dificultades tanto en el aprovechamiento académico de los alumnos como en el contexto de enseñanza de los docentes, que como quedó claro en el análisis de resultados, no solo una parte de los docentes contaban con un escaso conocimiento de los entornos virtuales sino que también un porcentaje significativo de los alumnos eran ajenos a ellos.

Sin embargo, a pesar de todas las circunstancias desfavorables provocadas por el confinamiento voluntario, distanciamiento social y demás factores que afectaron el proceso de enseñanza – aprendizaje, se concluye que tanto docentes como alumnos de la Facultad de Cultura Física tuvieron un alto compromiso para el cumplimiento de los programas y contenidos en ese semestre, obteniendo un resultado favorable según la percepción de la muestra. Esto ha provocado que la universidad facilitara una plataforma institucional que brinda todas las herramientas y capacitaciones en general para continuar con el progreso académico.

Finalmente, las emociones que manifestó la muestra fueron estrés y ansiedad en su mayoría, por lo que será necesario establecer canales de apoyo a distancia tanto para alumnos como para docentes, ya que aproximadamente 145 sujetos de la muestra determinó que le afectó mucho esta situación derivada de la pandemia por Sars-CoV-2, sin embargo, a pesar de tener las estrategias por parte de la universidad para apoyar a los alumnos, la situación provocó que se incrementaran la cantidad de solicitudes de ayuda psicológica con las instancias correspondientes, se intenta con la presente investigación hacer conciencia en este punto y promover o incrementar los canales de atención.

Bibliografía

- Arguedas, C. (2003). LA EXPRESIÓN CORPORAL Y LA TRANSVERSALIDAD. *Redalyc*, 1.
- Arguedas, C. (2003). LA EXPRESIÓN CORPORAL Y LA TRANSVERSALIDAD. *Redalyc*, 1.
- Arraigada, M. T. (2006). EL VALOR DE LA EMOCIÓN EN EXPRESIÓN CORPORAL DESDE LAS. *kronos La revista científica de actividad física y deporte*, 26.
- Association, A. E. (10 de 11 de 2010). <https://www.aera.net>. Obtenido de https://www.aera.net/uploadedFiles/About_AERA/Ethical_Standards/EthicalStandards.pdf.
- Association, A. P. (2010). *Manual of the American Psychological Association*. Washington.
- Barcelona, C. (s/d de 2 de 2021). *Clinica Barcelona*. Obtenido de www.clinicabercelona.org
- Carreño, A. M. (2010). El ritmo en la Educación Musical. *Inovacion y experiencias educativas* , 1,2.
- Cordova Castañeda Alejandro y Cols. (2010). *Diagnóstico y tratamiento de los trastornos de ansiedad en el adulto*. México: Cenetec.
- Eva Pérez Lopez, A. V. (2021). Educación a distancia en tiempos de COVID 19: análisis desde la perspectiva de los estudiantes universitarios. *Revista Iberoamericana de educación a distancia*, 33-35.
- Inmaculada Garcia Sanchez, R. P. (2011). Iniciación a la danza como agente de la expresión corporal en la educación física actual. *Nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación* , 33.
- L., C. C. (2001). *Estrés. Entenderlo es manejarlo*. . México: Alfa Omega.
- Lozano, S. G. (2006). los Contenidos de expresión corporal. *redalyc.org*, 45,46.
- Macías, A. B. (2020). *El estrés de pandemia (COVID 19) en población Mexicana*. CDMX: Centro de Estudios Clínica e Investigación Psicoanalítica S.C.
- Makri, V. D. (10 de julio de 2017). *Online communication and interaction in distance higher education: A framework study of good practice*. Obtenido de <http://educationaltechnologyjournal.springeropen.com/>
- Moore M.G, K. G. (10 de marzo de 2021). *Distance Education: a systems view on line learning*. Obtenido de [tackling coronavirus: www.oecd.org/coronavirus](http://www.oecd.org/coronavirus)
- Pulido, M. d. (2010). La educación musical en la etapa infantil . *Inivacion y experiencias educativas* , 1.
- Ramos, B. L. (2004). Diferentes interpretaciones del ritmo como contenido de la expresión corporal. *Efdeportes*, 1.
- Rogelio, G. R. (4 de septiembre de 2019). *CienciaUANL*. Obtenido de <http://cienciauanl.uanl.mx/?p=10377>
- Ruano, T. (2006). EL VALOR DE LA EMOCIÓN EN EXPRESIÓN CORPORAL DESDE LAS. *Cronos didactica* , 24.

Schinca, M. (2002). *Técnica y expresión del movimiento*. España: CissPraxis.

Sierra, J. C. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Mal-estar E subjetividad*, 51.

Torrents, C. (abril 2009). Las consignas en la expresión corporal: una puerta. *Didáctica de la Educación Física • núm. 30 •*, pp. 111-120 •.

Velázquez, L. G. (16 de 10 de 2020). *Estrés académico en estudiantes universitarios asociado a la pandemia por COVID-19*. Obtenido de <https://espacioimasd.unach.mx/index.php/Inicio/article/view/249>

Zamorano, M. Á. (2006). *Historia de la expresión corporal*. Barcelona España: INDE, 2006.

Índice de gráficos

Gráfico 1 Pregunta 1	8
Gráfico 2 Pregunta 2	8
Gráfico 3 Pregunta 3	9
Gráfico 4 Pregunta 4	9
Gráfico 5 Pregunta 5	10
Gráfico 6 Pregunta 6	10

Editor Chefe: Dra. Tania Ordaz Rodríguez, dirección: 121 poniente #112, Col. Granjas Puebla. C.P. 72490 Puebla, México, Cel. 2221 285999
E-Mail: tania.ordaz@correo.buap.mx.

Editor Chefe: Dra. Elizabeth Suárez Castillo, Dirección: Calle pino #19, Fracc. Garzas 3. Col. José Ángeles, San Pedro Cholula, Puebla, México.
cel. 2221 140547, E-Mail: elizabeth.suarez@correo.buap.mx.

Editor Científico: Dra. Alejandra A. Marciano Mendoza, Dirección: Cerrada Azharez 8709-302, UH. Dr. Mateo de Regil Rodríguez, CP. 72460, Puebla, México Tel: 2221 564894, E-mail: alejandra.marciano@correo.buap.mx

Editor Científico: Dra. Nayelli Salamanca Méndez, Dirección: Calle Sonora 10164. Col. Popular Castillotla, cel. 2222 930522, E-mail: nayelli.salamanca@correo.buap.mx