

El impacto socioemocional de la pandemia

Aplicación en los docentes durante el proceso de enseñanza y aprendizaje virtual

Fernanda Ayala

fernanda-ayala@hotmail.es

<https://orcid.org/0000-0001-8136-7864>

Isabel Badillo

isamabadillo@outlook.es

<https://orcid.org/0009-0008-1737-5796>

Arturo Cortez

arturo.cortez1@outlook.com

<https://orcid.org/0009-0000-0447-3268>

Mirna Mora

mirnamora846@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0002-2360-9524>

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 al análisis de la información, se puede concluir que las emociones de miedo, ansiedad y tristeza fueron las predominantes en los profesionales de la educación, 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. Una gran cantidad de profesores requirieron de una constante capacitación para familiarizarse con los entornos virtuales, lo que les restó tiempo para realizar actividades de recreación, que funcionan 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 repercuten en el cuerpo docente, pese a 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. De esta forma, se podrán aminorar y enfrentar los efectos de la postpandemia en las dimensiones físicas, cognitivas y afectivas.

Palabras clave

pandemia, confinamiento, emocional, docentes

Introducción

El presente trabajo aborda el impacto socioemocional de la pandemia en los docentes durante el proceso de enseñanza-aprendizaje virtual en los sistemas educativos de México, Paraguay y Ecuador. En estos contextos se busca analizar las dificultades y problemáticas que enfrentaron los profesionales de la educación, en un escenario de discusión aún en construcción, ya que todavía sigue la epidemia por el COVID-19 y las repercusiones solo han sido examinadas desde un panorama limitado en construcción constante.

En un estudio realizado por Medina *et al.* (2021) con una muestra de investigación de 11 850 docentes y 39 582 estudiantes del nivel de bachillerato de contextos urbanos y rurales mexicanos; se concluyó que estos dos actores en los aspectos pedagógico, psicológico y tecnológico afrontaron dificultades durante la pandemia, manifestando enojo, estrés ansiedad, preocupación continua e intranquilidad. Esto porque existía una percepción de no contar con redes de apoyo, siendo esta mayor en el caso de los profesores.

Algo semejante ocurrió en Paraguay, el incremento de casos de Covid generó cambios en la vida de las personas y en especial para los educadores, que no tenían infraestructura para las clases virtuales: muchos utilizaron lo poco o mucho que tenían a mano porque la señal de internet no cubre todo el país, lo cual producía en el docente estrés, impotencia y sobrecarga de trabajo para cumplir su labor.

Por su parte, en Ecuador el Ministerio de Educación activó el Plan Educativo COVID-19 que se puso en marcha de forma inmediata.

Gracias a la colaboración de Autoridades y docentes, todos se organizaron de la mejor manera para mantener direccionadas a las instituciones mediante los medios tecnológicos, y con gran responsabilidad los docentes asumieron su rol de una manera rápida y eficaz. Consiguieron tener conectados a gran cantidad de estudiantes haciendo uso de las diferentes aplicaciones que brinda el internet, como ha sido mayormente el uso de WhatsApp, la plataforma Zoom, Google Classroom, Teams, etcétera. De este modo, también se involucró a los padres de familia, quienes se convirtieron en protagonistas del aprendizaje de sus hijos.

El rol principal en el proceso de enseñanza-aprendizaje lo mantuvieron los docentes. Entre las actividades realizadas en el teletrabajo se destacan el mapeo y las actualizaciones en tiempo real, las conferencias web, la comunicación *live* y la producción de clases en video entre otros materiales para estudio remoto (Ribeiro *et al.*, 2020). En las primeras semanas de la cuarentena, las adaptaciones antes mencionadas se consideraron oportunas y positivas para el mantenimiento de los procesos educativos. No obstante, con la prolongación del confinamiento y la falta de seguimiento a los profesionales de la educación en lo que se refiere a la salud integral y las condiciones de trabajo, surgió la presencia de síntomas como: insomnio, irritabilidad, cansancio, ansiedad, estrés, etc., relacionados tanto con las condiciones de prestación de estos servicios como con la intensidad en que los mismos se demandaban.

Ante lo expuesto, el interés de este trabajo se debe a que, en la mayoría de los casos en los países antes mencionados, solamente se abordaron las problemáticas educativas y emocionales del estudiantado, dejando de lado las del personal docente, como fueron:

- Duelo por pérdidas de familiares y amigos.
- Atención fuera del horario de trabajo (a autoridades, padres de familia y estudiantes).
- Cambio en el estilo laboral y de vida familiar.
- Problemas con la tecnología y la conectividad.
- Seguimiento diario de la asistencia a clases *online*.
- Envío de información recurrente a los distritos.
- Sobrecarga de tareas y demanda externa de trabajo.
- Tensión y agotamiento emocionales.

La gran mayoría de los esfuerzos docentes se han encaminado hacia adquirir competencias tecnológicas, adecuar el ambiente familiar a sus actividades laborales y modificar actividades de enseñanza-aprendizaje a distancia (Ramos *et al.*, 2020), pues se han visto forzados a combinar su propio manejo emocional y el uso adecuado de las herramientas con propósitos educativos (Reynosa *et al.*, 2020). Los cambios en el ambiente laboral y en el estilo de vida de las personas influyen en que experimenten estrés, miedo y ansiedad, los que llevan a posibles trastornos a largo plazo. Por lo tanto, al tomar medidas que ayuden a su abordaje, estas manifestaciones tendrán un menor impacto psicológico en las personas (Lorenzo *et al.*, 2020).

Existe poca literatura que abarque este fenómeno desde una mirada integradora, que incluya aspectos emocionales, sociales y demográficos de la vida en la pandemia desde la percepción del docente. Es importante que se planifique una estrategia para promover la contención socioemocional donde los principales beneficiarios sean los actores de la comunidad educativa, a fin de proponer ayuda eficaz y pertinente, propiciando otras investigaciones que puedan abordar las posibles soluciones a los problemas detectados en esta investigación.

El sistema educativo y todos los profesionales de la educación deben ser conscientes de que la enseñanza-aprendizaje solo podrá ser efectiva a partir de un equilibrio emocional y una adecuada salud mental de los actores educativos. De ahí la importancia del énfasis en el desarrollo de la competencia socioemocional y el autocuidado de la salud mental para mantener sistemas educativos resilientes y de bienestar.

En este estudio se aborda la teoría de Salovey y Sluyter (1997) que identifican cinco dimensiones básicas en las competencias emocionales: cooperación, asertividad, responsabilidad, empatía, autocontrol. Estas están basadas en el concepto de inteligencia emocional tal como la define Goleman (1995), que se divide en cinco dominios: autoconciencia emocional, manejo de las emociones, automotivación, empatía y habilidades sociales, los que a su vez incluyen la existencia de veinticinco competencias. El mismo Autor con otros investigadores, en más estudios sintetizan en tan solo cuatro dominios la capacidad emocional: conciencia de uno mismo, autogestión, conciencia social y gestión de las relaciones (Goleman *et al.*, 2002). Considerando lo anterior, se resalta que en buena medida, el clima de un aula depende de las habilidades sociales y emocionales del docente y de sus vínculos y relaciones empáticas con los estudiantes (Herrera *et al.*, 2016). Por consiguiente,

es importante realizar acciones encaminadas al reconocimiento y fortalecimiento de las dimensiones socioemocionales dentro y fuera de las clases, como una estrategia para fomentar ambientes escolares positivos y pacíficos (Barrientos, 2016).

Metodología

El problema de investigación se centra en que existe poca literatura en relación al impacto socioemocional de los docentes durante la pandemia. La mayoría de los artículos aborda el acompañamiento a los estudiantes y sus familias. Esto ha provocado que no se desarrollen protocolos para la prevención y el autocuidado de la salud mental dirigidos a los primeros.

Las preguntas de investigación que se plantean son:

- ¿Cuál es el impacto socioemocional de la pandemia en los docentes en el proceso de enseñanza-aprendizaje virtual?
- ¿Cómo afectó el confinamiento al docente durante la pandemia?
- ¿Cuáles fueron las principales emociones desarrolladas por los docentes durante el confinamiento?
- ¿Qué habilidades tuvieron que desarrollar los docentes para hacer frente al desafío?

El objetivo del presente trabajo es describir el impacto socioemocional de la pandemia en los docentes durante el proceso de enseñanza-aprendizaje virtual. La metodología que se utiliza es de revisión documental, bibliográfica y descriptiva con predominancia en lo cualitativo. La población de estudio son los docentes de México, Paraguay y Ecuador.

Hallazgos

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 Retana (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 contención 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 los países latinoamericanos por el COVID-19. Esta medida adoptada por los gobiernos se consideró para precautelar la salud; sin embargo, no se examinaron las posibles consecuencias que *a posteriori* se podían 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 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 requeridos 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. No tener 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 así como ponerse al día con las nuevas tecnologías y la comunicación con los progenitores produjo en muchos casos que se sobrepasara ampliamente el tiempo lectivo en casa, lo cual supuso un período de estrés continuado para una gran mayoría.

Emociones desarrolladas por los docentes durante el confinamiento

No cabe duda de 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” (Comisión Económica para América Latina y el Caribe, 2020, p. 14). Bajo este panorama y durante el confinamiento, el docente adquirió un nuevo rol primordial que era el de 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 habilidades no le fueron primeramente fomentadas o impartidas, es muy probable que el docente haya cumplido su nuevo rol de forma parcial, y que diferentes conflictos impactaran su estado físico y emocional detonando en él 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 que opera como una legítima respuesta frente a una amenaza o peligro. El temor a contagiarse y a transmitir el virus a sus seres queridos provocó episodios de ansiedad en las personas, de lo que no quedaron exentos los profesionales de la educación.
- **Tristeza:** por no poder acompañar/cuidar a un ser querido víctima de la enfermedad. También, la impotencia de no poder despedirlo 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 aumentara 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 *et al.* (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, p. 52). También en este grupo de profesionales se evidenciaron 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, 2021).

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 Psychological First

Aid, por sus siglas en inglés), 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 de utilidad para cualquier persona, ya que no requiere de un bagaje de conocimientos en psicología.

Los PFA tienen como objetivo auxiliar al individuo para 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 *et al.* (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 *et al.* (2020), los PFA se resumen en ocho 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.
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 (Otero *et al.*, 2022). Por tanto, para llevar a cabo esta compleja tarea, es clave que primero los adultos que pasan mayor tiempo con esta población 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 *et al.*, 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.

Conclusiones

De este análisis documental se pueden extraer 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 socioemocional a un nivel sumamente preocupante. En el ámbito educativo, cada miembro que lo 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 contención 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 en 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 en las nuevas tecnologías, pues sus conocimientos eran los adecuados para responder en la presencialidad, pero no en un contexto de telemática. También la búsqueda y elaboración a diario de material 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 períodos 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. Esto, aunque parezca una exageración, se suscitaba y se transmitía por emisoras de radio.

Entre las emociones experimentadas por los educadores estaban: el miedo por el cambio en las rutinas y por 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 naturaleza humana propia de la actividad provocó que el estrés laboral aumentara 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 dirigidas 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 de que 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 segui-

miento 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 socioemocionales para cada persona acorde a sus necesidades.

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).

Referencias bibliográficas

- Barrientos, A. (2016). *Habilidades sociales y emocionales del profesorado de educación infantil relacionadas con la gestión del clima de aula* (Tesis doctoral). Universidad Complutense de Madrid. <https://eprints.ucm.es/40450/>
- Cardoso, A. (2017). La presencia de estrés en el profesorado según sexo y contexto laboral. *Revista de Psicología*, 43-57. http://www.scielo.org.bo/pdf/rip/n18/n18_a05.pdf
- CEPAL. (2020). *La educación en tiempos de la pandemia de Covid 19. Informe COVID-19 CEPAL – UNESCO*. Comisión Económica para América Latina y el Caribe. <https://repositorio.cepal.org/server/api/core/bitstreams/c29b3843-bd8f-4796-8c6d-5fcb9c139449/content>
- Cevallos, A., Mena, P. y 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. y 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, mayo). *Sostener, Cuidar y Aprender: Lineamientos para el Apoyo Socioemocional en las Comunidades Educativas*. UNICEF <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. y 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>
- Goleman, D. (1995). *Inteligencia Emocional*. Kairós.
- Goleman, D., Boyatzis, R. y McKee, A. (2002). *El líder resonante crea más*. Plaza y Janés.
- Herrera, L., Buitrago, R. y Ávila, A. (2016). Empathy in future teachers of the Pedagogical and Technological University of Colombia. *New Approaches in Educational Research*, 5(1), 30-37. <https://doi.org/10.7821/naer.2016.1.136>
- Lorenzo Ruiz, A., Díaz Arcaño, K. y Zaldívar Pérez, D. (2020). La Psicología como Ciencia y Profesión en el Afrontamiento del COVID-19. *Revista Caribeña De Psicología*, 4(2), 153-165. <https://doi.org/10.37226/rcp.v4i2.4815>
- Medina, L., Chao, C., Garduño, E., Baptista, P, González, M. Covarrubias, C., Rivera, M., Medina, L., Montes, L., Sanchez, L. y Ojeda, J. (2021). El impacto de la pandemia en la educación media superior mexicana: un análisis desde lo pedagógico, psicológico y tecnológico. *Revista Iberoamericana de Educación*, 86(2), 125-146. <https://doi.org/10.35362/rie8624356>
- Ministerio de Educación del Ecuador. (2020). *Plan Educativo COVID 19*. https://siteal.iiiep.unesco.org/sites/default/files/sit_accion_files/ecuador_-_avances_plan_educativo_covid-19_-_2_abril.pdf
- Otero, A., González, A. y Gutiérrez, 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>
- Ramos, V., García, H., Olea, C., Lobos, K. y Sáez, F. (2020). Percepción docente respecto al trabajo pedagógico durante la COVID – 19. *Revista de divulgación científica de la Universidad Tecnológica Indoamérica CienciAmérica*, 9(2). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7746441>
- Ransing, R., Adiukwu, F., Pereira-Sanchez, V., Ramalho, R., Orsolini, L., Teixeira, A. L. S., Gonzalez-Diaz, J. M., Pinto da Costa, M., Soler-Vidal, J., Bytyçi, D. G., El Hayek, S., Larnaout, A., Shalbfafan, M., Syarif, Z., Nofal, M. y Kundadak, G. K. (2020). Mental Health Interventions during the COVID-19 Pandemic: A Conceptual

- Framework by Early Career Psychiatrists. *Asian journal of psychiatry*, 51, 102085. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102085>
- Reyes, N. y Trujillo, P. (2021). Ansiedad, estrés e ira: El impacto del Covid 19 en la salud mental de estudiantes universitarios. *Revista Investigación y Desarrollo I + D*, 13, 6 – 14. <https://revistas.uta.edu.ec/erevista/index.php/dide/article/view/999/1610>
- Reynosa., E., Rivera, E., Rodríguez, G. y Bravo, R. (2020). Adaptación docente educativa en el contexto COVID-19: una revisión sistemática. *Revista Conrado*, 11(77), 1–9. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442020000600141
- Ribeiro, B., Scorsolini, F. y Dalri, R. (2020). Ser docente en el contexto de la pandemia de COVID-19: reflexiones sobre la salud mental. *Index de Enfermería*, 29(3), 137-141. http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962020000200008&lng=es&tlng=es
- Rodríguez, J., Guevara, A. y Viramontes E. (2017). Síndrome de burnout en docentes. *IE Revista de Investigación Educativa de la REDIECH*, 8 (14), 45 – 67. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=521653267015>
- Salovey, P. y Sluyter, D. (1997). *Emotional Development and Emotional Intelligence. Educational Implications*. Basic Books.

Autores

Fernanda Ayala

Magíster en Innovación en Educación por la Universidad Politécnica Salesiana. Diplomada en Lectura, Escritura y Educación en FLACSO, Argentina. Licenciada en Ciencias de la Educación mención Educación Básica y Especial por la Universidad del Azuay. Docente en Preuniversitario Harrison, Cuenca-Ecuador.

Isabel Badillo

Magíster en Docencia y Currículo por la Universidad Técnica de Babahoyo. Docente de Matemáticas de la Unidad Educativa Réplica Juan Pío Montúfar, Quito-Ecuador.

Arturo Cortez

Maestro en Educación por la Universidad Interamericana para el Desarrollo. Docente en el Bachillerato Tecnológico Agropecuario No 57 José María Morelos y Pavón, Álamo, Veracruz-México.

Mirna Mora

Licenciada en Comunicación para el Desarrollo y Especialista en Didáctica Universitaria por la Universidad Nacional de Pilar, Paraguay. Licenciada en Ciencias de la Educación por la Universidad privada Metropolitana de Asunción, Paraguay. Docente jubilada del Ministerio de Educación y Cultura de Paraguay.