

Estrés de pandemia “COVID-19” en comunicadores sociales de las regiones Junín y Huánuco

Stress during the "COVID-19" pandemic in social communicators in the Junín and Huánuco Region

Alderete Güere, Ernesto Gustavo, Alania Contreras, Rubén Darío, Llancari Morales, Rosario Ana

Facultad de Ciencias de la Comunicación, Universidad Nacional del Centro del Perú (UNCP), Huancayo-Perú.

Instituto de Facultad de Ciencias de la Comunicación de la Universidad Nacional del Centro del Perú, Huancayo-Perú.

Resumen: El objetivo del estudio fue determinar el nivel de estrés de pandemia de COVID-19 en comunicadores sociales de las regiones Junín y Huánuco, la investigación es de enfoque cuantitativo, nivel descriptivo y diseño no experimental, transversal, descriptivo simple, tuvo como muestra a 118 comunicadores, a quienes se aplicó en el contexto de la segunda ola de contagios el Inventario SISCO de estrés de pandemia cuyo autor es Arturo Barraza Macías (2020), para el procesamiento se utilizó la estadística descriptiva como la distribución de frecuencias, y medidas de tendencia central. En los resultados, se halló que predomina el nivel fuerte de estrés de pandemia (67,9 %) en la muestra, no hallándose diferencias significativas entre los comunicadores de ambas regiones. Se concluyó que los comunicadores sociales de las regiones de Junín y Huánuco presentaron estrés fuerte en el contexto de la segunda ola de contagios de la COVID-19, al ser profesionales considerados de primera línea en función de su riesgo de exposición.

Palabras clave: estrés; pandemia; COVID-19; agotamiento.

Abstract: The current situation marked by the pandemic, crisis and instability generates conditions that arise in many professionals and they experience emotional tension and frustration, which lead to increased levels of work stress and professional burnout in the social communicator. In this sense, the present research work aims to offer a global vision of stress in social communicators in the Junín and Huánuco Region of the central zone of Peru, during the pandemic, unleashed by the SARS COV-2 or COVID19 virus. The objective is to determine the level of stress in social communicators of the Junín and Huánuco Region, through a quantitative, descriptive and correlational study, considering a non-probabilistic sample. The SISCO inventory: Pandemic stress (COVID 19) will be used, as it will allow us to identify stress in the selected target group. The data processing will be carried out in the EXCEL spreadsheet and SPSS version 22 program.

Keywords: Stress. Pandemic. Covid19. Exhaustion.

1. Introducción

La pandemia generada por el virus SARS COV-2 o COVID19 es una situación de emergencia en la salud pública, cuyos impactos en las personas tendrían consecuencias en su salud mental. En este escenario, es importante analizar y describir las consecuencias de impacto psicológico en los comunicadores sociales relacionados al estrés, de tal manera que se puedan desarrollar estrategias que ayuden a reaccionar con destreza y conocimiento los efectos psicológicos que pudieran darse, por una situación, de aislamiento social, incertidumbre y exposición al virus, durante las actividades laborales.

Los profesionales de la comunicación social, se ven expuestos a la amenaza constante y potencial del contagio, dado a una serie de demandas o exigencias en el campo laboral, que pueden convertirse en estresores en algunos casos y en otros desencadenar el proceso de estrés de pandemia. Por lo tanto, se hace necesario conocer los niveles de estrés de los comunicadores sociales de la Región Junín y Huánuco, para tal efecto la pregunta de investigación es ¿Cuál es el nivel de estrés de los comunicadores sociales de la Región Junín y Huánuco?, cuyo objetivo es determinar el nivel de estrés en comunicadores sociales de la Región Junín, considerando si existen diferencias significativas, en el nivel de estrés entre la variable sexo, edad, especialidad, región y estado civil de los

comunicadores sociales de la Región Junín y Huánuco. Los resultados nos permitieron conocer el nivel de estrés y las estrategias que los comunicadores establecieron para enfrentar esta pandemia. Del mismo modo, la investigación aborda un campo no estudiado en el contexto regional.

2. Metodología

Se utilizó el método descriptivo, donde Hernández (2014) menciona que, la investigación descriptiva “busca especificar propiedades, características y rasgos importantes de cualquier fenómeno que se analice. Describe tendencias de un grupo o población” (p. 92).

Se analizó los componentes medibles sobre el estrés cuya estructura son estresores, síntomas y afrontamientos, luego se utilizó el método comparativo, lo cual nos permitirá comparar los resultados según sexo, edad y especialidad.

Tipo y nivel de investigación

La investigación es de nivel o alcance descriptivo – comparativo. Los estudios descriptivos de acuerdo a Hernández, Fernández y Baptista (2014) “... buscan especificar propiedades y características importantes de cualquier fenómeno que se analice; describen tendencias de un grupo o población” (p. 92)

Asimismo, esta investigación es de carácter cuantitativo porque, “busca explicar los fenómenos, e interesarse en las causas que originan éstos (principio de verificación) y se apoya en las técnicas estadísticas para el procesamiento de la información, la que se obtiene mediante los métodos empíricos: la observación, la encuesta, la entrevista y el experimento; y de esa manera llegar a las conclusiones que son altamente generalizables”. (Aguilar, 2014, p.21).

3. Resultados

El Inventario SISCO de Estrés de Pandemia presentó una confiabilidad en alfa de Cronbach de .90. La sección de estresores presenta una confiabilidad de .87, la de síntomas de .91 y la de estrategias de afrontamiento de .86, todas ellas en alfa de Cronbach. En ese sentido, las siguientes tablas representan en síntesis el trabajo desarrollado en la presente investigación.

Tabla 1

Nivel de estrés de pandemia y sus dimensiones

Dimensiones		Estrés de pandemia		Estresores		Síntomas		Afrontamiento	
		f	%	f	%	f	%	f	%
Muy leve	1% - 20%	7	6%	3	3%	14	12%	3	3%
Leve	21%-40%	12	10%	10	8%	16	14%	11	9%
Moderado	41%-60%	21	18%	16	14%	29	25%	17	14%
Fuerte	61%-80%	33	28%	32	27%	31	26%	37	31%
Muy Fuerte	81%-100%	45	38%	57	48%	28	24%	50	42%
Total		118	100%	118	100%	118	100%	118	100%

Como se puede observa, la tabla 1, está dividido en tres dimensiones relacionados y asociados con información sobre el estrés de pandemia y durante el periodo analizado se codificaron un total de 118 respuestas. Con relación a los estresores el nivel de estrés presentado es muy fuerte (48%) y las situaciones (estresores) que se presentan con mayor frecuencia son “Que algún miembro de la familia se contagie y no sea atendido adecuadamente” (51.7%) y “Que nuestro sistema de salud colapse” con un 45,8%.

De la misma manera con relación a los síntomas, el nivel de estrés es fuerte (26%). Los síntomas que más se presentan son la incertidumbre (28 %) y la ansiedad con 24,6%. Por otro lado, con relación a las estrategias de afrontamiento se puede observar que su aplicación tiene un nivel muy fuerte (42%). Las estrategias más utilizadas son: lavarse continuamente las manos (52.5%) e informarse en fuentes confiables (47,5%).

Tabla 2

Nivel de estrés de pandemia por edad

Edad		18 - 30		31 - 40		41 - 60		61 - más	
Dimensiones		f	%	f	%	f	%	f	%
Muy leve	1% - 20%	1	2%	0	0%	0	0%	1	17%
Leve	21%-40%	3	5%	2	5%	2	13%	1	17%
Moderado	41%-60%	11	19%	5	13%	3	19%	1	17%
Fuerte	61%-80%	24	41%	20	53%	5	31%	2	33%
Muy Fuerte	81%-100%	19	33%	11	29%	6	38%	1	17%
Total		58	100%	38	100%	16	100%	6	100%

Se puede observar que el nivel de estrés en los comunicadores sociales de Junín y Huánuco es fuerte (53%) sobre las edades comprendidas entre 31 a 40 años y muy fuerte (38%) entre las edades de 41 a 60 años.

Tabla 3

Nivel de estrés de pandemia por área profesional

Área		Relaciones Públicas		Periodismo		Publicidad y MKT		Comunicación para el desarrollo		Producción Audiovisual		Otros	
Dimensiones		f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Muy leve	1% - 20%	0	0%	1	5%	0	0%	1	10%	0	0%	0	0%
Leve	21%-40%	1	4%	4	21%	1	4%	0	0%	0	0%	2	12%
Moderado	41%-60%	7	26%	4	21%	5	19%	2	20%	1	5%	1	6%
Fuerte	61%-80%	11	41%	8	42%	11	42%	4	40%	8	42%	9	53%
Muy Fuerte	81%-100%	8	30%	2	11%	9	35%	3	30%	10	53%	5	29%
Total		27	100%	19	100%	26	100%	10	100%	19	100%	17	100%

Los comunicadores sociales del área de periodismo, publicidad y producción audiovisual (42%) presentaron un nivel fuerte de estrés de pandemia.

Tabla 4

Nivel de estrés de pandemia según estado civil

Estado Civil		Soltero(a)		Casado o conviviente		Divorciado(a)		Viudo(a)	
Dimensiones		f	%	f	%	f	%	f	%
Muy leve	1% - 20%	1	1%	0	0%	0	0%	1	50%
Leve	21%-40%	4	5%	4	14%	0	0%	0	0%
Moderado	41%-60%	16	20%	3	11%	1	14%	0	0%
Fuerte	61%-80%	35	43%	12	43%	4	57%	0	0%
Muy Fuerte	81%-100%	25	31%	9	32%	2	29%	1	50%
Total		81	100%	28	100%	7	100%	2	100%

Según la tabla y estado civil los divorciados(as) soportaron un nivel de pandemia fuerte (57%). Asimismo, se observa que los casados o convivientes sobrellevaron un nivel de pandemia fuerte con 43%.

Tabla 5

Nivel de estrés de pandemia según sexo

		Masculino		Femenino	
Nivel de estrés		f	%	f	%
Muy leve	1% - 20%	2	4%	0	0%
Leve	21%-40%	6	13%	4	6%
Moderado	41%-60%	16	33%	17	24%
Fuerte	61%-80%	13	27%	30	43%
Muy Fuerte	81%-100%	11	23%	19	27%
		48	100%	70	100%

La variable sexo se pudo identificar la intensidad con cuatro estresores, dos síntomas y dos estrategias de afrontamiento, en estos casos las mujeres reportaron mayor nivel de estrés 43% en comparación con los varones que experimentaron 27% de estrés fuerte.

Tabla 6

Nivel de estrés de pandemia según regiones

Regiones					
Dimensiones		Junín		Huánuco	
		f	%	f	%
Muy leve	1% - 20%	2	3%	0	0%
Leve	21%-40%	5	7%	3	7%
Moderado	41%-60%	12	16%	8	19%
Fuerte	61%-80%	37	49%	14	33%
Muy Fuerte	81%-100%	19	25%	18	42%
Total		75	100%	43	100%

Los comunicadores sociales de la región Junín, sobrellevaron un nivel muyfuerte de estres (25%); y los de la región Huánuco soportaron un nivel de estres muy fuerte (42%).

4. Discusiones y conclusiones

Se realizó el análisis descriptivo que permitió establecer información relevante sobre el perfil demográfico.

El público objetivo encuestado reporta que las situaciones que más le estresan son: “Que algún miembro de la familia se contagie y no sea atendido adecuadamente” y “Que nuestro sistema de salud colapse”; es evidente, que durante los últimos años el sistema de salud a nivel nacional no tiene credibilidad, generando en el año 2020 una situación de incertidumbre y estresando a la población.

Con relación a los síntomas la población encuestada reporta que se le presentan con mayor intensidad “la incertidumbre” y “la ansiedad”: el primero suele cursar con duda lo desconocido, inseguridad al hecho, es por ello, que, la información precisa y clara es importante en este momento y el segundo normalmente es una manifestación psicofisiológica que tiene un individuo ante determinadas situaciones o estímulos captados como peligrosos o inseguros, ya sean reales o imaginarios, internos o externos (Bastida, 2013; Castillo, 2016). Ante ello, se infiere que, si la información no es clara, se crea en la población más confusión y la incertidumbre llega a la ansiedad y estrés.

En lo que refiere a las estrategias de afrontamiento, la población encuestada reporta como las más utilizadas “Lavarse continuamente las manos” e “Informarme en fuentes confiables”; ambas estrategias corresponden a un afrontamiento activo de resolución de problemas (Krzemien, Monchiatti & Urquijo, 2005). Esto obedece, a la aceptación del cambio de vida ante una pandemia, que permite afrontar y orienar adecuadamente las actitudes y comportamientos que se deben tener en cuenta.

El nivel de estrés reportado por los comunicadores sociales de la región Junín y Huánuco, se presentan con una media de 3.49 que trasformada en porcentaje equivale a un 67.1%; este resultado convertido a través del indicativo (tabla de baremo) nos permiten afirmar que se presenta con un nivel fuerte de estrés de pandemia en dicha población. Los comunicadores sociales del área de periodismo, publicidad, marketing y producción audiovisual, cuyas edades comprendidas entre 31 a 40 años son los que soportaron un nivel fuerte de estrés y los de la región Huánuco un nivel de estres muy fuerte.

Los comunicadores sociales de Junín y Huanuco, experimentaron, fuertes niveles de estrés con manifestaciones de incertidumbre y ansiedad, debido a que, se encuentran expuestos, por el mismo hecho que, su trabajo los obliga a cumplir con sus comisiones vinculados estrechamente con las noticias que genera el virus Covid 19.

Referencias bibliográficas

- Aguilar, F. M. (2014). «Métodos y técnicas de investigación cualitativa y cuantitativa en Geografía». Paradigma: Revista de Investigación Educativa.
- Bastida, A. M. (2013). MIEDOS, ANSIEDAD Y FOBIAS: DIFERENCIAS, NORMALIDAD O PATOLOGÍA. <http://www.psicologia-online.com/infantil/miedos-ansiedad-yfobias>.
- Barraza, A. (2020). El estrés de pandemia (COVID 19) en población mexicana. México: Centro de Estudios Clínica e Investigación Psicoanalítica S.C.
- Castillo, C., Chacón, T. & Díaz, G. Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud. Investigación en Educación Médica. 2016. 5(20):230-237. <https://doi.org/10.1016/j.riem.2016.03.001>
- Lozano, A. (2020). Impacto de la epidemia del Coronavirus (COVID-19) en la salud mental del personal de salud y en la población general de China. Rev Neuropsiquiatr. 2020; 83(1):51-56 DOI: <https://doi.org/10.20453/rnp.v83i1.3687>
- Gorbalenya, B. & otros (2020). The species Severe acute respiratory syndrome-related coronavirus: classifying 2019-nCoV and naming it SARS-CoV-2. Nat Microbiol 2020;5:536-544. <https://doi.org/10.1038/s41564-020-0695-z>.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). Metodología de la investigación (6 ed.). Mexico D.F.: Mc Graw Hill.
- Urquidi, L. & Rodríguez, José. (2010). Estrés en profesorado universitario mexicano. Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación". 2010, 10(2), 1-21[fecha de Consulta 10 de febrero de 2021]. Issn:.. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44717910006>
- Krzemien, D., Monchietti, A., & Urquijo, S. (2005). Afrontamiento activo y adaptación al envejecimiento en mujeres de la ciudad de Mar del Plata: una revisión de la estrategia de autodistracción. Interdisciplinaria, 22(2), 183-210. Recuperado de: http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1668-70272005000200004&lng=es&tlng=es.
- Zapata, O. (2005). La aventura del pensamiento crítico: Herramientas para elaborar tesis e investigaciones socioeducativas. México: Pax México, 2005. Disponible en: https://book.google.co.cr/books?id=i339_F3C1RIC&pg-PP1&hl-es&source-gbs_selected_pages&cad. ISBN: 968-860-4860