

Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, Ciudad de México, México.
ISSN 2707-2207 / ISSN 2707-2215 (en línea), marzo-abril 2025,
Volumen 9, Número 2.

https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i2

**AFECTACIONES DE CONDUCTA Y
SENTIMIENTOS DE PADRES E HIJOS EN LA
COLONIA VILLAS OXTANKA DE CHETUMAL,
Q. ROO EN LA POST PANDEMIA**

**BEHAVIORAL AFFECTS AND FEELINGS OF PARENTS AND
CHILDREN IN THE VILLAS OXTANKA NEIGHBORHOOD OF
CHETUMAL, Q. ROO IN THE POST-PANDEMIC PERIOD**

Arleth Monserrat Cortez Caamal
Universidad Vizcaya de Chetumal

DOI: https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i2.17326

Afectaciones de conducta y sentimientos de padres e hijos en la colonia Villas Oxtanka de Chetumal, Q. Roo en la post pandemia

Arleth Monserrat Cortez Caamal¹

carleth473@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0009-9580-6480>

Universidad Vizcaya de Chetumal

RESUMEN

En este artículo se da conocer las afectaciones de conducta y sentimientos que sufrieron los padres e hijos después de la pandemia, que por dos años consecutivos el mundo entero estuvo en cuarentena, por lo que hubo un gran impacto en las familias por el hecho de quedarse en casa las 24 horas del día, así como limitaciones de personas en los super mercados, el uso de gel anti bacterial y de cubrebocas, socializar por medio de mensajes o llamadas y redes sociales, ya que todos estaban en riesgo de contagiarse. El propósito de esta investigación es dar a conocer de qué manera afectó en la conducta y en los sentimientos, el hecho de estar encerrados y el uso excesivo del celular que trae como consecuencia la poca comunicación entre las familias. La población estudiada fueron chicos que actualmente viven con sus padres y su rango de edad es de 20 a 25 años, así como sus padres. Los resultados obtenidos fueron por medio de un formulario con la finalidad de saber qué tipo y cómo es la relación de nuestra población, de los cuales se tuvo que en alguna medida sí hubo una afectación considerable.

Palabras clave: conducta, sentimientos, padres, hijos, COVID

¹ Autor principal

Correspondencia: carleth473@gmail.com

Behavioral affects and feelings of parents and children in the Villas Oxtanka neighborhood of Chetumal, Q. Roo in the post-pandemic period

ABSTRACT

In this article we will show the impact of the behaviour and feelings that parents and their children suffered after the pandemic, that for two years consecutively the whole world had to stay at home, just like the limitations of the people at the supermarkets, the use of hand sanitizer and face mask, the socialize through messages, phone calls and social media, since everyone was at risk of getting infected. The purpose of this investigation is to announce in what way affected the behaviour and feelings the fact of having to stay locked up and also the excessive use of cellphones brings as consequence the low communication between members of the family. The population that had been studied were young people who live with their parents and has between twenty and twenty five years old, and also their parents. The results obtained were through a quizz, whit the aim of knowing what kind and how are the relationships in our community, of which resulted that in some level there was a considerable affectation.

Key words: behaviour, feelings, parents, children, covid/ pandemic

Artículo recibido 03 marzo 2025

Aceptado para publicación: 12 abril 2025



INTRODUCCIÓN

La pandemia afectó la vida de muchas personas en todo el mundo, pero la experiencia fue diferente en la etapa de desarrollo en la que se encontraban en ese periodo desde el inicio hasta el final del confinamiento. Antes de la pandemia las personas tenían libertad de salir, pasear, ir a las escuelas, a trabajar, viajar, entre otras cosas. sin embargo, nadie sabía que sus vidas cambiarían de un momento a otro, dio un giro inesperado el mundo y también todo en el ámbito de conductas, comportamientos, emociones y sentimientos en las personas, sobre todo en los jóvenes que estaban acostumbrados a un ritmo de vida diferente, sobre todo en la socialización.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, como se citó en Ruiz Velasco, 2021) "se les considera "jóvenes" a las personas de entre 15 y 24 años, por lo tanto (según la definición de la OMS) la juventud acaba a los 25 años. (párr.2)

En la etapa de la juventud existen diferentes cambios físicos y emocionales, los jóvenes antes de la pandemia mostraron que su conducta era con más participación en casa, tenían una rutina establecida, una de ellas era ir a la escuela o ir a entrenar algún deporte o al gimnasio, también la comunicación era regular, la mayoría se daba afecto físico y verbal, al igual que la interacción entre padres e hijos era buena ya que practicaban diversas actividades para estar tiempo juntos.

Se sabe que hubo un gran impacto ante las familias en el cambio de rutina durante la pandemia uno de los cambios que más se manifestó de los padres es que sentían estresados y otros tranquilos, pero cada uno logró pasar de diferente manera la pandemia ya que para unos hubo acercamiento hacia sus familiares y otros tuvieron mucho alejamiento, ya que hay padres que conocen muy poco a sus hijos, debido a que ellos no les tienen suficiente confianza, y no hay mucho contacto físico, por lo que, los jóvenes en ocasiones tomaron diferentes alternativas por tenerle confianza a terceras personas, lo que los lleva a presentar cambios significativos en su comportamiento, así como en sus sentimientos.

“En el ámbito de la psicología, se entiende que la conducta es la expresión de las particularidades de los sujetos, es decir, la manifestación de su personalidad”. (Sposob, 2025, párr. 1). Por ello, es necesario investigar esos cambios que se presentaron después de la pandemia para entender el actual comportamiento de los jóvenes, los cuales no demuestran mucho afecto hacia los demás.



Esta investigación se realiza con la finalidad de dar a conocer las afectaciones que dependieron de diversos factores en donde las personas demostraron cambios de conducta, más de los jóvenes postpandemia, lo que generó una mala comunicación, ya que el uso de dispositivos móviles aumentó, tanto que pasaban por más de 10 horas al día en el teléfono, sin importarles que se desvelaran.

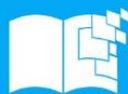
Por otro lado, la comunicación se volvió más sencilla, sentían así el día más entretenido, averiguaban cosas nuevas y tenía mucho entretenimiento, entre otras cosas, por lo que llevó a ya no platicar con sus padres o familiares, y si lo hacían era por medio de su dispositivo móvil. Algunos de esos cambios se reflejaron en la desesperación, la angustia por ser infectados o hubo un desarrollo de estrés y ansiedad en personas cada vez más jóvenes. La idea de morir o de que algún familiar cercano pasara por eso tuvo mucha influencia en sus emociones, así como la falta de dinero, dado que hubo muchos despidos porque las empresas no podían sostenerse por sí solas.

En una investigación realizada durante la pandemia, se tiene que:

A los jóvenes les preocupó más el contagio de sus seres queridos que enfermarse ellos. La muerte no fue una gran preocupación en esta población, pero sí el dinero; pues un tercio manifestó miedo a morir, pero a la mayoría le preocupaba más la situación económica. Los entrevistados informaron sufrir incertidumbre, angustia, frustración, tristeza y enojo. (Esparza Meza, et. al., 2022, p. 11)

También una de las cosas que generó este de cambio de conducta fue la socialización, la pandemia cambió la manera de socializar debido a que no se tenía otra opción de comunicación, más que el celular, esto contrajo a que los jóvenes se veían desmotivados por la manera en la que clases eran de modalidad online, y esto generó que haya atrasos escolares, poca convivencia y actividades poco participativas, al igual que muchos chicos se graduaban de las escuelas y no tuvieron su fiesta de graduación o la ceremonia clásica rodeada de sus compañeros y familiares, como última vez que podrían estar todos juntos.

Para muchos fue muy abrumador haberlo festejado en casa, por otra parte, muchas familias estaban por salir de viaje, pero en todo el mundo fue declarado aislamiento, cierre de aeropuertos, terminales, entre otros. Muchos países determinaron que haya un distanciamiento social, por lo que privaba de habilidades sociales, pláticas físicas cercanas y contacto físico. Aunque el haber utilizado las medidas sanitarias no



fue impedimento para que muchos fortalezcan sus vínculos, fue muy difícil no tener un acercamiento físico, como abrazos, caricias, besos, lo que en su momento era completamente normal.

Ante una crisis mundial, muchos aprendieron hacer empáticos, por las diversas cuestiones presentadas, saber que todos pasaron de diferente manera el proceso del confinamiento de una manera de diferente, algunos se sentían cómodos en sus hogares, pero por otro lado se sintieron, ansiosos y estresados.

Ante la pandemia por COVID-19, el conjunto de condiciones de riesgo a la salud mental a corto plazo incluye situaciones de estrés agudo emocional característicos de una respuesta adaptativa y de preparación natural de las personas ante los riesgos de perder la vida. Asimismo, incluye las condiciones traumáticas asociadas a la emergencia sanitaria debido a los fallecimientos y la imposibilidad de establecer ritos funerarios, los cuales cumplen un papel fundamental en la aceptación y transición de las pérdidas. (Morales, 2022, párr. 7)

Todo este cúmulo de emociones repercutió de manera general a grandes y pequeños, porque era una realidad que nadie estaba preparado para eso, y hoy se ve reflejada en una sociedad en donde la mayoría de los chicos pandemia, no saben socializar, ni trabajar en equipo. Ese distanciamiento hizo darle paso a la tecnología y depender de ella.

No todo fue tan malo, para algunos hubo un acercamiento en sus casas con su familia, porque trabajaban desde casa, y los hijos, tomaban clase en línea, aunque todos tuvieron que adaptarse a esos cambios, porque no en todos se presentaban las mismas oportunidades, eso también repercutió en la convivencia, la conducta y los sentimientos.

METODOLOGÍA

Esta investigación es de tipo mixto, es decir, cualitativo y cuantitativo. Es cualitativo porque los datos recolectados se gestionaron a base de preguntas y respuestas, siendo que, en el método cuantitativo al término de las encuestas respondidas, muestra un porcentaje en la gráfica exacto para saber con más claridad el índice de personas que se vieron afectadas de esa problemática.

Esta metodología tiene un enfoque explicativo, porque se recolecto datos con preguntas cerradas para conocer la afectación que tuvo conforme a lo del COVID, en el comportamiento de los hijos antes, durante y después de la pandemia, las relaciones entre los padres entre los hijos, entre otras cosas. Este



enfoque es un diseño de investigación en el que se recolectan datos sobre cómo fue el proceso en casa con el COVID.

Se realiza dos encuestas, la primera con 10 preguntas a 19 jóvenes de 20 a 25 años y la segunda con 12 preguntas a 17 padres de familia. Las 2 encuestas se realizaron en la colonia Villas Oxtanka, Chetumal Q. Roo, México, y se envió por medio de WhatsApp en el enlace de Google forms.

Posteriormente con información recabada de manera bibliográfica se analizan los resultados cualitativos de esta investigación para determinar y mediar el grado de afectación que tuvo la población estudiada.

RESULTADOS

“El COVID-19 es una enfermedad causada por el coronavirus SARS-CoV-2. Por lo general, se propaga entre personas que están en contacto directo”. (OMS, 2023) De manera afectó a gran parte de la población en todo el mundo, se tuvo que usar medidas sanitarias para evitar el contagio, y que se siguiera propagando.

La pandemia llegó de manera inesperada que marcó un antes y un después en la vida de las personas. De un día para otro cambió tanto la rutina como la manera de relacionarse, teniendo que evitar de manera definitiva durante el confinamiento el contacto físico como, besos y abrazos.

Si bien las relaciones familiares positivas constituyen un sostén protector hacia la madurez, el confinamiento obligó a los jóvenes a permanecer en casa. Durante la pandemia, la familia tuvo que reorganizar sus formas de convivencia, en muchos casos positivas, pero en otras familias aparecieron se agravaron los existentes. (Lacomba-Trejo et al., 2020; Lee, 2020; Robles Mendoza et al., 202, citados es Esparza Meza, 2022, pp. 5-6)

A continuación, se muestran los resultados analizados con base a la población estudiada, en donde se dividen los hallazgos antes, durante y después de pandemia, para que al final se dé a conocer todo el cambio que hubo en ese tiempo y que hoy en día está afectando esos cambios de conducta y sentimientos.

Antes de pandemia

Se dice que el contacto físico es una forma de comunicación que va más allá de las palabras. Desde un cálido abrazo hasta un apretón de manos firme, el contacto físico tiene un increíble poder de fortalecer las relaciones, mejorar la salud y el bienestar. “Los abrazos influyen directamente en la bioquímica del cerebro. Al abrazar, el cerebro libera oxitocina, conocida como la (hormona del amor), que reduce el



cortisol, la hormona del estrés, y genera calma y bienestar”. (García, 2025, párr.3). Es por ello que, el ser humano tarde o temprano demanda un poco de contacto, dado que esto ayuda a la socialización y sobre todo a sentir amor o cariño por alguien.

En este sentido, antes de la pandemia, de acuerdo con la encuesta aplicada los resultados han mostrado que el 47.1% de los padres les daban un beso al día, en contra posición que el 17.6% no les da ninguno de los dos, en muchos momentos de nuestra vida se conoce el “efecto espejo”, cabe mencionar que este se refiere a cómo las personas se reflejan con otras, sus comportamientos, emociones, actitudes, etc., pero se refleja más con quién se comparte gran parte de la vida, es decir que el primer resultado es alto lo que se define que los padres han tenido un contacto muy cercano sobre darle cariño a sus hijos de esta manera, se entiende que hay padres presentes, por lo contrario el segundo porcentaje muestra que por ninguna parte hay este contacto o si lo hay es muy escasa, y cuando se trata de la etapa difícil de la juventud o adolescencia es más, dado que presentan un alejamiento gradual entre padres e hijos.

Durante la adolescencia sufren por cambios físicos, emocionales y mentales, en el que se enfrentan a una perspectiva de vida diferente, pues la motivación juega un papel importante en ella, de esta manera el 68.4% de los hijos, comenta que sus padres les dicen que están orgullosos de ellos, esto demuestra que tienen una gran relación lo que los motiva, y de esta forma es un gran impulso para alcanzar sus metas.

Del lado contrario el 21.5% le gustaría que se lo dijera, porque sus papás no siempre se lo expresan, y aunque no están físicamente mucho tiempo con ellos, sí les gustaría que por algún medio se los pudieran externar. En un porcentaje menor del 10.5% no le da importancia que sus padres les diga que están orgullosos de ellos, esto puede sugerir que les da igual, tal vez por no haber tenido una relación tan estrecha con sus padres, lo que deja al descubierto que aun antes de la pandemia no se tenía una buena comunicación entre padres e hijos. Muchas de las ocasiones se pueden sentir no escuchados o realmente no son escuchados, que esto lastimosamente lleva a que tengan dificultades sociales, sentirse muy sensibles o desmotivados en alguna meta.

Por otro lado, cuando se trata de expresar con palabras el cariño o amor a los demás, como decir, “te amo”, se observa que el 42.1% de los hijos les dicen muchas veces a sus padres y el 26.3% muy pocas veces, de esta manera se piensa que aunque los jóvenes hoy en día ya no se acercan mucho de esa forma



con sus padres, puede ser que de otra manera sí, como con pequeños gestos de ayuda o cierto contacto de vez en cuando, además de que el uso del celular ha hecho que muchos usuarios expresen más sus emociones o sentimientos por medio de emoticones o stickers, así como memes u otros.

Los teléfonos móviles inteligentes (smartphone), las redes sociales o el WhatsApp se han convertido en tecnologías prioritarias de comunicación entre los jóvenes; quienes son expertos en texting, lo prefieren por ser gratuito o de bajo costo y porque amplía los márgenes de disponibilidad y contacto entre los pares, la familia y las parejas. (Rodríguez y Rodríguez, 2016, párr. 23)

Por otro lado, los padres mencionaron en un 23.5% se los dicen mucho a sus hijos y el 5.9% no se los dicen nunca. y ¡sí! aun así hay un porcentaje que nunca les dicen que los aman y no hay contacto físico como besos y abrazos, aunque eso no quiere decir que no haya afecto o no haya una buena relación. El vínculo de padres e hijos es importante en la vida de cualquier persona, sin embargo en algunas ocasiones familiares hay hijos que no sienten el amor hacia sus padres o viceversa, existen muchos factores por los que existe este tipo de afectaciones, que podría ser conflictos no resueltos, malos tratos de los padres hacia los hijos de pequeños que pueden generar traumas, falta de comunicación, que no está el padre o la madre presente, entre otras cosas más. Sería de suma importancia explorar en lo profundo del por qué sucede. pero para poder cambiar esta afectación, es, sanar las heridas emocionales en el que se puede acudir a terapia familiar, la empatía, el dialogo y el perdón familiar es una de las cosas vitales para unir lazos afectivos y mejorar las relaciones de estos. A pesar de esto, hay diferentes formas de expresar el amor.

“Los cinco lenguajes del amor se fundamentan en la teoría propuesta por el Doctor Ph.D Gary Chapman, la cual establece que cada persona tiene una manera diferente de mostrar su amor”. (Lugo, 2024, párr. 3) Seguidamente las 5 diferentes formas de exponer el amor hacia nuestros familiares, amigos o personas de nuestro alrededor son las siguientes:

- Palabras de afirmación
- Recibir obsequios
- Tiempo de calidad
- Actos de servicio
- Contacto físico



La forma en la que los hijos demuestran el amor hacia sus papas, un 36.8% les dedican tiempo cuando hacen convivios, salir a fiestas, a comer, escucharles, esto genera una buena relación porque hay contacto verbal que de alguna manera hablando comparten su necesidades o relatos de su día a día que crea una fuente de conexión, por otro lado, un 21.1% lo expresa dando regalos esta acción es muy bonita pero engañosa pues, hay personas en las que solo por dar regalos sienten que ya dieron todo y es suficiente, en este caso este tipo de afecto no siente la necesidad de convivencia. El 26.3% estar presente, cuando se habla de esto de “ estar presentes” se refiere al aquí y ahora, es decir, que, aunque estén lejos o cerca siempre están pendiente uno del otro, que no importa lo que pase siempre van a tener ese vínculo cercano.

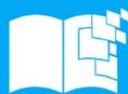
En la encuesta de los padres el 15.8% abrazándolos es su forma de mostrar amor, y esto evidencia cómo si hay una conexión, pero no garantiza confianza, dar cariño de esta forma es importante para el ser humano, y más con el contacto físico.

Con estos resultados se puede observar cómo antes de pandemia existía un vínculo cercano entre los padres e hijos, lo que supone que eso debe cambiar durante la pandemia, porque fue un cambio radical y fue una cuestión de adaptación para todos.

Durante pandemia

En el tiempo del confinamiento fueron muchas cosas las que cambiaron, desde la manera en la que se comunicaban las personas, hasta las modalidades de escuela y trabajo, lo que trajo consigo una manera diferente de socializar, adaptando cada uno la forma que mejor le convenía, ya que algunos no estaban familiarizados con el internet, los celulares o algún otro dispositivo, esto trajo un problema en el cuidado de la salud mental para muchos, porque empezaron a desarrollar ansiedad, estrés o depresión por no saber nivelar sus emociones y sentimientos.

En la etapa inicial del proceso de transición se observa un impacto en la salud mental de las personas en el que destacan sentimientos negativos como el temor, quejas, miedo e incertidumbre provocando que las personas afronten esta situación mediante sentimientos positivos como el apoyo entre los integrantes de la familia, la asimilación de la situación y el reconocimiento del porque es importante realizar cambios en la dinámica y en las rutinas familiares, así como laborales para poder hacer frente a la pandemia, estos cambios pueden llegar a generar actitudes negativas como estrés y frustración lo que



da paso a la segunda etapa denominada adaptación donde se busca un ajuste familiar haciendo cambios en el comportamiento, los roles y rutinas, alcanzando la tercera etapa de la transición en la familia denominada adopción, en esta etapa la familia ha pasado por repercusiones en su vida diaria, lo que ha permitido adquirir (apropiarse o aprehender) de hábitos, costumbres y estructuras que resuelven las necesidades de la vida cotidiana y ayuda a poder cumplir las necesidades de la familia ante la nueva normalidad. (Pedraza et. al., 2023, párr. 16)

La pandemia impactó en la economía, aquí la importancia de este tema, es que durante la pandemia muchas familias emprendedoras, perdieron negocios o trataban de mantenerlo al alza, pero a muchos los corrieron de sus trabajos y otros padres mantenían una buena economía, pues probablemente tenían un trabajo seguro, a los padres que no tenían un trabajo seguro les contrajo afectaciones para buscar de qué manera generar, para estar bien con su familia, ya que en pandemia nadie quería salir de sus casas, la cuarentena estuvo por mucho tiempo por lo que lleva un estrés mental y sentimentalmente a algunas familias, en este caso el 52.2% de los padres se sintieron tranquilos en casa durante y después de pandemia a lo que pudo tener ventaja por el hecho de estar con su familia, el 17.6% estaban estresados, interviene mucho en la parte económica y salud, pues teniendo a familiares enfermos es una responsabilidad al igual que mantenerlos en plena pandemia.

Una de las diversas afectaciones hacia los hijos es que disminuyó el contacto físico, pero había de cierta manera comunicación durante este periodo, pues la convivencia en el hogar entre los padres e hijos reconoce que el 35.3% conoce demasiado los gustos de sus hijos este porcentaje muestra que hay comunicación y se dan mucha importancia, por lo que el 5.9% los conoce muy poco pues habrá muchas razones que suele suceder y en este caso se observa la poca comunicación que tienen o convivencia, aún así aunque la comunicación es poco, existe.

La pandemia dio un giro total es cuestión de comunicación ya que normalmente se comunicaba de forma verbal, aunque las personas infectadas se comunicaban entre una puerta o celular, por el hecho que no debía de haber contacto, ahora con las facilidades de la tecnología y con las redes sociales hace esto una gran controversia, hay jóvenes que se integraron y otros no. El 35.3% en cuestión de cómo se relacionan con sus hijos fue por medio de platicar e invitándolos a comer, esto en pandemia fue diferente, porque al no salir, comían en horas determinadas, cuando estaban todos reunidos.



Por otro lado los hijos con sus papás el 73.7% mencionaron que les gustaba platicar con ellos, de esta forma hay unión entre ellos, los hijos tienen la necesidad de los padres que les otorguen conversaciones y que los escuchen, con mucho valor y que de esta manera les ayuden a sobrellevar pensamientos o emociones a lo largo de su vida, una plática sana y divertida, crea un relajamiento y hacerlos sentir más confiados, por otro lado, la población del 15.8% mencionó que veían películas, y aunque no existía una comunicación verbal al cien por ciento, el hecho de ver películas es compartir y sentirse acompañados e intercambiar ideas, es una forma de conectar una relación para pasar un rato agradable. De esta forma, la población estudiada señala que a pesar de los cambios se tuvieron que adaptar y tratar de relacionarse con las personas que tenían a su alrededor, que en la mayoría eran sus padres y hermanos. A veces se tiene que convivir mucho tiempo dentro de cuatro paredes suele ser perjudicial al no sentir que tienen su espacio, sobre todo en las casas habitacionales pequeñas, sin embargo, hubo buenas respuestas que han determinado su conducta sí se vio afectada, pero nada que no pudieran solucionar.

Postpandemia

La razón principal de la investigación se basa en conocer cómo afectó la conducta y los sentimientos cuando al fin se regresó a la “normalidad”, que al final de cuentas, nada volvió a ser lo mismo, dado que se levantó en confinamiento, pero se seguía con las medidas extremas del contacto físico. El ser humano en algún punto perdió la confianza de todo.

La confianza es la base de la comunicación y la comunicación es uno de los pilares de una buena administración de las organizaciones. La confianza o falta de confianza o desconfianza es uno de los temas del liderazgo en las organizaciones cada vez más estudiados. (Lockward Dargam, 2011, p.3)

De esta forma también la relación entre padres e hijos está siendo afectada, la confianza también va en disminución pues en una de las preguntas el 52.9% de la población menciona que tiene una muy buena relación, las familias que muestran una mayor adaptabilidad en su funcionamiento familiar tienen a su vez mayor vinculación emocional entre ellos y capacidad para entenderse.

En la encuesta que se le realizó a los hijos, el 31% sienten que no hubo afectaciones durante y después de la pandemia, estos jóvenes estaban en una transición de etapas, por lo que su prioritaria es mamá con la cual sentían que podían comunicarse sin incomodidad y libremente, percibiendo que recibían atención y que había confianza, empatía, facilidad y libertad para expresar emociones, pensamientos y problemas,



pero el 5.9% si sintió el cambio, lo que pudo llegar a provocar problemas de salud mental, como ansiedad y temores, por eso, durante el periodo de la pandemia y post pandemia alteró la rutina de miles de familias por el miedo de lo que estaba pasando, ya que no solo la rutina cambió, sino también la salud física y mental.

En cuanto a los hijos cuando se les cuestionó acerca de a quién recurren con frecuencia, el 73.7% señala que va con mamá cuando tiene algún problema, esto muestra que tienen más confianza con la madre, ellas tienen un papel protagónico en la vida de sus hijos, el apego que se crea desde que están pequeños es muy fuerte y una conexión única, que al final del día se sabe que mamá siempre va a estar con y para ellos, mientras que el 5.9% eligió a tercera persona, es decir, los jóvenes les tienen más confianza y les dan más credibilidad a otras personas que no son sus padres, en esta etapa, este tema es un poquito más complicado ya que, aquí es donde confían en los “amigos” u otras personas y les dan a conocer sus necesidades o problemas.

El 15% señala que a los dos padres recurren, lo cual se observa que los jóvenes, se sienten protegidos y saben que uno y el otro les va apoyar y estar en sus momentos vulnerables, sin que sientan el temor de ser juzgados, si no queridos. El papel de padre es fundamental para los niños y jóvenes, sin embargo, hay padres ausentes desde la niñez, por lo que los hijos no sienten el calor ni el cariño de sus padres y optan por otras opciones para acudir cuando tienen problemas, dado que la pandemia para algunos rompió esos lazos familiares.

Una de las afectaciones de la postpandemia sobre la comunicación fue que el 36.8% se comunicaban por medio de mensajes de WhatsApp, este medio de comunicación agiliza y facilita más el acceso para comunicarse entre las familias y amigos, en la postpandemia el uso de las redes, cabe mencionar que incluso las clases fueron en línea y las tareas se enviaban por medio de WhatsApp, el uso de este fue tan demandante ya que era la manera viable para no contagiarte por el COVID.

El 26.3% se comunicaba físico y verbal, pero solo las personas que habitaban en una casa, vivir la pandemia con alguien infectado aislado, se comunicaban hablándose entre una puerta, o en la mayoría de las veces hasta estando en casa hacían el uso de cubrebocas y el 10.5% llamada, a consecuencia que, muchos hijos y padres resultaban afectados por el COVID 19, se encontraban con la necesidad de encontrarse aislados para no contagiar a los que estaban a su alrededor o los padres e hijos que se fueron



a otro país o ciudad y se quedaron ahí, se comunicaban de esa forma. Pues este virus fue tan fuerte que las personas contagiadas tenían mucha probabilidad de morir

La sociabilidad es un tema de contacto y de comunicación, o viceversa, porque por la comunicación mantenemos el contacto con los otros y el contacto es una manera de comunicarnos. ¿Cómo han sido la comunicación y el contacto durante la pandemia? Parece que hemos entrado en un museo virtual en el que nuestros acercamientos se han visto constreñidos a las conexiones a través de las pantallas. (Chaves, 2021, párr. 2)

Cuando se les cuestionó sobre las actividades que sus hijos realizan durante el día, los padres dicen que el 76.5% de los hijos están con el celular todo el día, pues no había mucho qué hacer en la contingencia, todo estaba cerrado, la economía bajaba cada vez más y querer ir a pasear o hacer alguna otra actividad era un riesgo de contagio, durante esta etapa se hizo muy viral la plataforma "TikTok" en el que consiste hacer videos cortos , y tú podías ver videos de otras personas de otros países a lo que se pasaban horas haciendo videos, editando y también estar en otras plataformas.

TikTok tiene 1.690 millones de usuarios en todo el mundo. Según los datos que aporta Statista y la propia compañía, ese es el número de personas usuarias activas al mes. Ha ido creciendo de forma exponencial durante estos años, aunque sin duda el gran pelotazo lo dio en 2020. Desde entonces, el crecimiento de Tiktok acumulado ha sido de casi el 50%. (De Miguel Galván, 2025, párr. 8)

El 11.8% señalaba que los jóvenes tienen mucha seriedad y ya no ayudan en casa como regularmente lo hacían. El estar mucho tiempo encerrados trajo consigo la apatía de hacer las cosas al momento, dado que había mucho tiempo para estar en casa y hacer las cosas con menos urgencia o rapidez, por otro lado, hasta las horas de sueño perdía, hay quienes en las madrugadas estaban despiertos, y por las mañanas dormían, si es que no tenían alguna actividad como las clases en línea, porque se tiene que recordar que no a todos los alumnos se les daban clases a distancia, algunos solo era la entrega de tareas por alguna plataforma o WhatsApp.

Hoy en día el uso de los dispositivos móviles ha crecido excesivamente desde temprana edad, atravesando por la etapa social causante por el virus mencionado, lo que hizo que durante esta etapa hubiese un aumento en el uso de ellos, y eso se vio reflejado en las encuestas que dieron cifras como que el 20.5% de los jóvenes pasa 10 horas al día usando el cel, y el 36.8% pasa en sus redes 8 horas,



esto puede sugerir que no solo usan el celular para las redes sociales, sino que pueden jugar, grabar videos, hacer tareas, leer, entre otros, aun así, el tiempo es excesivo. Si bien es cierto que la tecnología puede tener sus ventajas, para aprender algo de otras personas en redes sociales o la mucha información que hay en el internet, en muchos de los casos el uso excesivo de más de 5 horas en pantalla es un riesgo para la salud.

Se debe recordar que el cerebro es un órgano importante para todo ser humano, dado que ahí se almacena la mayor cantidad de información posible, y cuando excedemos esa parte, se vienen complicaciones, no solo físicas sino emocionales.

Los científicos han identificado una región específica del cerebro llamada la amígdala, la cual es responsable de las reacciones instintivas incluyendo el temor y el comportamiento agresivo. Esta región se desarrolla temprano. Sin embargo, la corteza frontal, el área del cerebro que controla el razonamiento y nos ayuda a pensar antes de actuar, se desarrolla más tarde. Esta parte del cerebro va cambiando y madurando hasta bien entrada la edad adulta. (Torres, 2019, p.5)

Pues esto explica el cambio de conducta, que fue arraigado con la pandemia junto con su etapa de transición, sus conductas inadecuadas, comportamientos inapropiados, el hecho de que sean más cerrados o serios, y no ayudan en casa, en ocasiones pareciera que los adolescentes no piensan las consecuencias de sus actos o simplemente no razonan antes de actuar. Ellos son diferentes a los adultos en la toma de decisiones, de la manera en que se comportan, entre otras cosas más, pero para ello hay una explicación biológica: “la segregación de la melatonina se produce de forma más tardía en la adolescencia que en la infancia o en la edad adulta. Es por este motivo que muchos adolescentes tiendan a trasnochar o les cueste en exceso despertarse temprano” (García, 2022, p.8)

De esta manera con base a todos los resultados, se pudo notar un cambio significativo en el comportamiento, la conducta y los sentimientos de los jóvenes después de los cambios vividos por la pandemia. Es una realidad que como seres humanos se tiene la capacidad de adaptación, pero se requiere del tiempo necesario, y aunque se diga que después del confinamiento se regresó a la “normalidad”, se sabe que no es así, dado que se sufrieron grandes cambios, que incluso se ve reflejado en la educación, economía e inclusive en la personalidad de cada individuo.



CONCLUSIÓN

En esta investigación se prueba que la pandemia tuvo afectaciones en los jóvenes en la colonia Villas Oxtankah de Chetumal Q. Roo, en donde a través de los resultados que se obtuvieron se cayó en la cuenta después del confinamiento que los jóvenes son más serios, muy poco expresivos oralmente, dado que de manera escrita suelen socializar más, si bien no tenía mucha interacción con los papás después de la pandemia si hubo un alejamiento mucho más notorio, de esta manera se concluye que la pandemia vino a afectar directamente la relación que se tenía entre los padres e hijos, se sabe que hoy en día es muy difícil que los hijos socialicen con sus papás por varias cuestiones una de ellas, la confianza, la poca convivencia, las limitaciones de no socializar físicamente por el confinamiento, pero no solo con los papás, sino también con otras personas, lo que trajo como consecuencias no tener vínculos con sus conocidos en pleno desarrollo adolescente por el que cruzaban, lo que los llevó a una mala interacción física, pero no digital. “La socialización es el proceso mediante el cual las personas interactúan entre sí, compartiendo experiencias, pensamiento y emociones. Estas interacciones no solo nos ayudan a establecer vínculos emocionales, también influyen directamente en nuestro estado emocional y psicológico”. (Medicina Funcional Plus, 2024, párr. 2)

Una de las grandes características de la sociedad actualmente es que se les dificulta socializar por varias cuestiones o evitan el contacto físico, esto se debe a su autoestima que es una percepción profunda que afecta cómo nos vemos, cómo interactuamos con otros y cómo funcionamos con el resto del mundo (Guerri, 2024).

A raíz que se empezó a usar el cubrebocas, para ir a cualquier lugar, al cubrir la mitad de su cara, los jóvenes actuaban de mejor manera, dado que no podían ser reconocidos, lo que les generaba una mayor confianza, y, por ende, su autoestima no era afectado.

Hoy en día, de manera general se observa a los jóvenes más tiempo con el teléfono celular, un poco más antisociales, vulnerables, y poco expresivos físicamente, pero se sabe que una causa principal es la pandemia, a causa del aislamiento y el distanciamiento, algo que difícilmente se olvidará, pero que si se trabaja con terapia se puede dar solución.



REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Chaves, I. (2021). El contacto y la comunicación en pandemia. *Revista Colombiana de Humanidades*. 53(98). <https://www.redalyc.org/journal/5155/515568676005/html/>
- De Miguel Galván, J. (2025). 11 estadísticas de TikTok: usuarios y más datos (2025). *Doofinder*. <https://www.doofinder.com/es/blog/estadisticas-tiktok>
- Esparza Meza, E., Campillo Labrandero, M., Stincer Gómez, D., Sánchez Xicotencatl, C., Téllez Rojo, A., & Aveleyra Ojeda, E. (2023). *Experiencias de jóvenes mexicanos frente a la pandemia y confinamiento por COVID-19*. *Psicumex*, 13, e526. Epub 21 de agosto de 2023. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-59362023000101003
- García, C. (19 de enero de 2025). *¿Cuál es el efecto de un abrazo? Esto dice la ciencia*. *El Imparcial*. <https://www.elimparcial.com/locurioso/2025/01/19/cual-es-el-efecto-de-un-abrazo-esto-dice-la-ciencia/>
- García Vega, L. (2019). *Aprendizaje y Desarrollo cerebral en la adolescencia*. [Diapositiva de PowerPoint]. Slideshare. <https://www.slideshare.net/slideshow/tema-5pptx/251781748#1>
- Guerri, M. (2024). *¿Qué es la autoestima? Una guía práctica para el bienestar emocional*. *PsicoActiva*. <https://www.psicoactiva.com/blog/que-es-la-autoestima/>
- Lockward Dargam, A. M., (2011). El rol de la confianza en las organizaciones a través de los distintos enfoques o pensamientos de la administración. *Ciencia y Sociedad*, XXXVI(3), 464-502. <https://www.redalyc.org/pdf/870/87022526005.pdf>
- Lugo, M. (24 de diciembre de 2024). *Los 5 lenguajes del amor: características y ejemplos*. *Psicología-Online*. <https://www.psicologia-online.com/los-5-lenguajes-del-amor-caracteristicas-y-ejemplos-7115.html>
- Medicina Funcional Plus. (29 de septiembre de 2024). *La importancia de socializar para la salud mental: cómo las conexiones sociales fortalecen nuestro bienestar*. *Medicina Funcional Plus*. <https://medicinafuncionalplus.com/2024/09/29/la-importancia-de-socializar-para-la-salud-mental-como-las-conexiones-sociales-fortalecen-nuestro->



[bienestar/#:~:text=Beneficios%20de%20la%20socializaci%C3%B3n%20para%20la%20salud%20mental,mental%20...%206%20Fomento%20de%20h%C3%A1bitos%20saludables%20](#)

Morales-Chainé, S.. (2021). Impacto de la pandemia por COVID-19 en la salud mental. *Enfermería universitaria*, 18(2), pp.1-4. Epub 16 de mayo de 2022. <https://doi.org/10.22201/eneo.23958421e.2021.2.1218>

Organización Mundial de la Salud (OMS). (09 de agosto de 2023). *Enfermedad por Coronavirus (COVID 19)*. OMS.

[https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/coronavirus-disease-\(covid-19\)](https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/coronavirus-disease-(covid-19))

Pedraza Valdez, A., Maldonado Cervantes K, y García Solano, B. Relaciones y procesos de familias en confinamiento por COVID-19 narradas por madres. *Cuidarte*. 14(1), pp. 1-15.

<https://www.redalyc.org/journal/3595/359575268006/html/>

Rodríguez Morales, Z. y Rodríguez Salazar, T. (2016). Los jóvenes, la comunicación afectiva y las tecnologías: entre la ritualización de la expresión y la regulación emocional. *Intersticios sociales*. 11, pp. 1-34.

<https://www.redalyc.org/journal/4217/421744677006/html/>

Ruiz Velasco M. (26 de octubre de 2021). *¿A qué edad se acaba la juventud según la OMS?*. Informador.

<https://www.informador.mx/estilo/Juventud-A-que-edad-dejamos-de-ser-jovenes-segun-la-OMS-20211026-0027.html>

Sposob, Gustavo (12 de marzo de 2025). *Conducta*. Enciclopedia Concepto. Recuperado el 3 de abril de 2025 de <https://concepto.de/conducta/>.

Torres, C. (2019). Adolescentes: Corteza prefrontal y otros factores asociados con violencia. *Sociedad Colombiana de Pediatría*. (18)2, p.4.

https://issuu.com/precopscp/docs/precop_vol18n2/4

