

# VISIÓN DE LOS UNIVERSITARIOS DE CHIAPAS, MÉXICO, ANTE EL COVID-19: SU IMPACTO Y RESILIENCIA

Cruz Aleman, Alejandra Isabel<sup>1</sup>; Gutiérrez Zavala, Ángel<sup>2\*</sup>, Durán García, Rosa Margarita<sup>2</sup>

- 
- 1 Estudiante universitaria de la Facultad de Ciencias Odontológicas y Salud Pública, Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas (UNICACH)
  - 2 Profesor(a) investigador(a) de la Facultad de Ciencias Odontológicas y Salud Pública, UNICACH.

\* Autor de correspondencia: [angel.gutierrez@unicach.mx](mailto:angel.gutierrez@unicach.mx)

## RESUMEN

La aparición de la nueva pandemia mundial por COVID-19 iniciada en China y que ha traspasado fronteras hacia países del continente americano, ha trastocado las estructuras y dinámicas familiares, sociales, escolares, económicas y laborales donde se insertan los seres humanos <sup>1</sup>.

Se empezaba el tan esperado 2020, pero las noticias nos hacían ver que no sería un año tan querido. Enero se sintió como un momento tan simple. Lo único de lo que teníamos que preocuparnos era si el asesinato de un general iraní en un ataque con drones de EE.UU. conduciría a la Tercera Guerra Mundial <sup>2</sup>.

Mientras tanto, en China, un nuevo virus extraño comenzó a extenderse, su presencia era un reloj silencioso que contaba hasta un momento en que pondría al mundo de rodillas <sup>2</sup>.

El nuevo coronavirus fue reportado por primera vez en Wuhan, una ciudad de 11 millones de personas en la provincia central de China de Hubei, a finales de diciembre de 2019. Desde entonces, se ha extendido por todo el mundo, cobrando la vida de más de 500, 000 personas. El virus que se abrió paso a través de China comenzó a generar miedo en todo el mundo. Para muchos, la palabra “coronavirus” aún no era familiar y la amenaza parecía muy lejana, principalmente para nosotros los mexicanos <sup>2</sup>.

En marzo, se desató el infierno. Pero a la sombra de una pandemia, el infierno no es un ruido sordo y desgarrador. Es un silencio misterioso y espacios vacíos. Son personas que mueren solas en camas de hospital en cuarentena. Los mercados mundiales se estremecieron y colapsaron, presagiando meses de sufrimiento económico.

**Palabras clave:** COVID-19, Pandemia, Universitarios.

# VISION OF THE UNIVERSITY STUDENTS OF CHIAPAS, MEXICO, BEFORE THE COVID-19: ITS IMPACT AND RESILIENCE

*Cruz Aleman, Alejandra Isabel<sup>1</sup>; Gutiérrez Zavala, Ángel<sup>2\*</sup>, Durán García, Rosa Margarita<sup>2</sup>*

- 
- 1 Estudiante universitaria de la Facultad de Ciencias Odontológicas y Salud Pública, Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas (UNICACH)
  - 2 Profesor(a) investigador(a) de la Facultad de Ciencias Odontológicas y Salud Pública, UNICACH.

\* Corresponding author: [angel.gutierrez@unicach.mx](mailto:angel.gutierrez@unicach.mx)

## SUMMARY

The emergence of the new global pandemic caused by COVID-19, which started in China and has crossed borders to countries in the Americas, has disrupted the family, social, school, economic and work structures and dynamics where human beings are inserted <sup>1</sup>.

The long-awaited 2020 was beginning, but the news made us see that it would not be such a beloved year. January felt like such a simple moment. All we had to worry about was whether the killing of an Iranian general in a U.S. drone strike would lead to World War III <sup>2</sup>.

Meanwhile, in China, a strange new virus began to spread, its presence a silent clock counting down to a moment when it would bring the world to its knees<sup>2</sup>.

The new coronavirus was first reported in Wuhan, a city of 11 million people in central China's Hubei province, in late December 2019. Since then, it has spread around the world, claiming the lives of more than 500, 000 people. The virus that made its way through China began to generate fear around the world. For many, the word "coronavirus" was still unfamiliar and the threat seemed far away, especially for us Mexicans <sup>2</sup>.

**Keywords:** COVID-19, Pandemic, College Students.

El 11 de marzo, la Organización Mundial de la Salud llamó al coronavirus lo que es y lo que permanecería durante meses: una pandemia. Durante semanas después, poco más parece importar <sup>2</sup>.

Cada día los universitarios estábamos más temerosos de que el virus pudiera estar cada vez más cerca de nosotros, se pide a la persona evitar los viajes, reuniones con aglomeración de personas, mantenerse en casa.

Entonces, pasó lo que tanto queríamos evitar, el primer caso de COVID-19 en México, fue detectado el 27 de febrero de 2020. El 30 de abril, 64 días después de este primer diagnóstico, el número de pacientes aumentó exponencialmente, alcanzando un total de 19.224 casos confirmados y 1.859 (9,67%) fallecidos <sup>3</sup>.

Para algunos mexicanos era imposible creer que esto era una realidad, se creía que era cuento por parte de los gobiernos, pero realmente estaba sucediendo y aunque se dice que de algo tenemos que morir, la verdad es que cuando estamos en ese punto no queremos hacerlo.

La situación cada vez empeoraba, los comercios cerraron y como era de esperarse las escuelas también, desde el nivel preescolar hasta el nivel superior, tanto públicas como privadas.

La Secretaría de Educación Pública (SEP) dio a conocer las medidas que debían tomarse en los planteles escolares. El titular de la dependencia, Esteban Moctezuma Barragán, indicó que se adelantarían las vacaciones de Semana Santa, por lo que desde el 20 de marzo los alumnos ya no acudirían a los centros educativos. Las clases serían reanudadas el 20 de abril, así que la comunidad escolar tendría 30 días de “vacaciones” <sup>4</sup>.

Para muchos estudiantes esta noticia les alegró mucho en un principio, tener 30 días libres no era tan malo, estarían libres de tareas, de maestros, de exámenes; regresarían el 20 de abril como si esto hubiese sido algo pasajero, como si fuese un sueño o una pesadilla. Yo

realmente tenía la esperanza de volver a la normalidad.

No regresamos a las aulas, la “cuarentena” se ha extendido, se decía que regresaríamos en mayo o junio, llegamos a esos meses y no lo hicimos, terminó el ciclo escolar y nosotros seguíamos en casa.

La COVID-19 ha impactado de manera desfavorable en los estudiantes universitarios en todo el mundo. La pandemia ocasionó la suspensión de la enseñanza presencial, por lo que se buscaron alternativas para continuar el proceso docente-educativo aún en condiciones de restricciones, aislamiento social, entre otros inconvenientes y se halló la posibilidad de implementar las mejores alternativas para evitar un desenlace negativo, a largo plazo, en la formación de los futuros profesionales <sup>5</sup>.

Tomar clases desde la comodidad de tu casa suena fácil y bonito, pero en realidad es mucho más complejo que ir a un aula, cuando aún íbamos a las aulas pedíamos que el tráfico nos dejara llegar a tiempo, en clases virtuales pedíamos que nuestra conexión a internet sea estable para poder tomar una clase.

Creo que nosotros los universitarios teníamos más que perder, pues estamos siendo educados para la vida profesional, no hay más escuelas después de la universidad y estar en esa situación realmente complicaba todo, para empezar, muchos de los universitarios son foráneos, dejan su lugar de residencia buscando una mejora para la vida, buscando prepararse, porque en sus comunidad no hay una universidad, algunos ni siquiera cuentan con una red de comunicación o un dispositivo para conectarse, no cuentan con computadoras, otros tuvieron que instalar internet a su casa (un gasto más a la lista).

Perdimos mucho al estar conectados a clase virtualmente, pero miremos más allá de esto, no fue lo único que la pandemia nos quitó, la pandemia nos cambió la rutina, fue motivo de aislamiento, de estrés, de ansiedad, de crisis

económica y todo aquello que quizás nunca nos hubiéramos imaginado, incluso fue causante de más violencia.

De acuerdo con las subcategorías creadas sobre los conflictos familiares en estudiantes universitarios, con base en los resultados del estudio, la presencia de la violencia física, psicológica y verbal en la convivencia familiar a causa del confinamiento por COVID-19 es una de las reportadas con mayor frecuencia <sup>1</sup>. Medina menciona que la situación de confinamiento agrava las circunstancias en las que se produce la violencia familiar, ya que el encierro en lugares reducidos exacerba los motivos para que la violencia se ponga de manifiesto <sup>6</sup>.

Los desacuerdos e inconformidades de los miembros familiares ante el encierro físico a causa de la pandemia se incrementan durante este confinamiento, afectando las relaciones interpersonales y de convivencia entre hombres y mujeres que viven en el mismo espacio familiar <sup>1</sup>.

Algunas respuestas fueron:

*“Enfrentamientos con la familia debido a la información falsa que hay en los medios de comunicación que ellos creen”* (H, 21), *“La convivencia diaria crea roces o conflictos”* (M,21), *“Estoy discutiendo mucho con mi familia incluso más de lo que antes hacía”* (M, 18), *“Y respecto a la convivencia en ocasiones el ambiente en la casa se torna muy tenso y hay momentos en que todos estamos muy irritables”* (M, 18) <sup>1</sup>.

Estoy consciente de que la vida no es de color rosa, que siempre habrá problemas, discusiones entre familia; padre-madre, padres e hijos, entre hermanos, tíos y demás, pero supongo que estar las 24 horas del día, los siete días de la semana bajo el mismo techo sin poder ir a ningún otro lugar lo vuelve más complicado.

Las relaciones familiares se vuelven grandes grietas que están sensibles todo el tiempo por el agotamiento, miedo, amenaza, desprotección,

inseguridad y bloqueo emocional que se pueden ver reflejados en el aislamiento social por la pandemia sanitaria <sup>1</sup>.

*“Tengo enfermedades de riesgo y me preocupa mucho enfermar y morir o que si enfermo contagie a mi esposa”* (H, 33), *“Mi vida era así desde julio de 2019 que falleció mi hermana, así que no noto cambios, sigo en mi duelo y mis padres siguen sin verme, como si también me hubiera muerto”* (M, 24), *“La muerte de un familiar por COVID es de cierta forma traumática, sí sería bueno tener más acceso a ayuda psicológica”* (M, 18) <sup>1</sup>.

Por otro lado, el duelo y el miedo fueron otras de las cosas por las que pasamos, miedo de que pudieras enfermarte, a que uno de los tuyos tuviera la desgracia de pasar por ello y que no vivieran para contarlo. Se escuchaban muchos rumores de los fallecidos por dicha enfermedad y todo se veía oscuro, como si no hubiera un mañana, como si esto fuese nuestro fin; estábamos viviendo bajo el miedo de un día despertar que te hiciera falta mamá, papá, un hermano o algún integrante de la familia y lo peor era la manera en que ellos terminaban, no era permitido hacer velorios, era un proceso corto despedirte del cuerpo y después, eso ya tenía que estar lo más lejos de todos.

Cuando vives en una colonia en donde la mayoría de los habitantes se conocen, cuando te enteras de que alguien que tú conocías ya no está porque fue víctima del COVID, simplemente no puedes creerlo y es ahí donde incluso llegas a sentir que la enfermedad puedes tenerla tan cerca que ni siquiera logras verla.

Cuando te enteras de que uno de los docentes ha fallecido por COVID, uno se queda estupefacto, como paralizado, sin ganas de querer creerlo, con miedo de volver a las aulas, pensando en si nosotros podremos ser los próximos.

La pérdida y el duelo se anudan en forma de angustia, rechazo, impotencia, frustración o desolación, expresadas en el cuerpo y en el discurso; influido, además, por los procesos

sociales que enfrentan las personas por su género, nivel escolar y estrato social <sup>1</sup>.

Cuando comenzaron a vacunar fue como una gota de esperanza que saciaba a miles de personas, se veía una oportunidad de salir adelante, de querer creer que todo pasaría, claro, aún estábamos preocupados por los menores, para ellos no había vacunas y eso aún generaba un poco de miedo.

Otro hallazgo sobre la categoría de conflictos familiares fue el reporte de la subcategoría 1.3, en la cual se perciben problemáticas familiares a causa de la invasión a la privacidad de espacios personales. Los participantes mencionan que no tienen un espacio personal y exclusivo donde puedan estar solos y realizar sus actividades privadas o íntimas, condición que puede afectar su bienestar psicológico y social, generando, al estar en un periodo prolongado en el mismo espacio con otras personas, disgustos y desacuerdos que, en tiempos normales, no tendrían trascendencia <sup>1</sup>.

Algunas respuestas a esta categoría son:

*“El trabajo era mi escape a ello”* (M, 24), *“Ya no quiero estar con mi madre en lo que me queda de vida”* (NB, 18), *“Prefiero aislarme”* (M, 24), *“Hay momentos en los que no deseo ver a nadie en todo el día pues convivo con mi familia 24/7”* (M, 18), *“Me absorbe demasiado tiempo cuidar a mi abuela”* (H, 21), *“Yo vivía sola, pero a consecuencia de la contingencia me mudé con mis padres”* (M, 21), *“Prefiero estar sola”* (M, 21) <sup>1</sup>.

¿Y si la escuela era el escape de algunos compañeros? ¿Y si ser foráneo en la ciudad se sentía mejor que estar en tu casa? Tal vez suene increíble, pero habrá quienes respondan positivamente a estas cuestiones. Cuando las clases virtuales empezaron la rutina de muchos era levantarse y estar frente a la computadora en todo el horario de clases, pero estabas en casa, tienes que aportar, tienes deberes y no digo que cuando vives solo en la ciudad no los tengas, es solo que en casa tienes la presión de alguien mandándote, de alguien recordándote

que no has hecho lo que te corresponde, y te enojas porque sientes que no puedes con eso, y es ahí cuando comienzan las discusiones y problemas.

Para la subcategoría 1.4 relacionada con el incremento del estrés y la ansiedad a causa de las nuevas dinámicas familiares, encontramos que las y los participantes hacen referencia a los cambios en los horarios y tiempos que le dedicaban a sus actividades laborales y escolares que disminuyen para dar paso a nuevas convivencias, rutinas y responsabilidades dentro de casa; dinámicas que reflejan los ejercicios de poder entre los miembros de la familia <sup>1</sup>.

El saber que después del encierro la probabilidad de contagio seguirá prevaleciendo e incluso el escuchar las distintas posturas de personas que niegan o afirman la existencia de la pandemia, puede conducir a un deterioro del estado emocional. Los sentimientos generados tales como incertidumbre, miedo o desesperanza, contribuyen a que los hombres acostumbrados a espacios abiertos, incrementen su ansiedad y estrés manifestándolo a través de conductas violentas, mientras que las mujeres desarrollan mayores estados de estrés y ansiedad por los niveles de mayor actividad doméstica relacionados con el servicio y limpieza dentro de los hogares <sup>1</sup>.

En algún momento de nuestra vida hemos estado estresados por trabajo, exámenes, no encuentras pacientes para tus prácticas, por dinero, por mala convivencia en tu familia y que la pandemia te haga estar con ellos a diario y todo el día es como si la vida estuviera castigándote.

Cuando estás estresado te molesta hasta el aire que choca en ti, te sientes enojado, enojado contigo y con la vida misma e incluso a veces ni tu entiendes porqué estás así, solo lo sientes y ya, sientes ese vacío dentro de ti, quieres gritar, llorar, huir, salir de la realidad por un momento, pensar que todo estará bien, pero cuando te encuentras con tu familia es difícil explicarles

porque estas así, es difícil que ellos entiendan que solo sientes ganas de llorar y que a veces ellos no tienen nada que ver, que solo es un mal momento inexplicable, pero cuando no tienes la confianza suficiente de expresarte con tu familia, tienes que guardarte todo y decir que estas bien.

Dicen que el dinero no hace la felicidad, pero seamos objetivos, todo en esta vida es basado en dinero, o al menos la mayor parte, para vivir hay que cubrir nuestras necesidades básicas y con la aparición de la pandemia esto se volvió más complicado, los muchos jefes de familia perdieron su trabajo ¿Cómo íbamos a lidiar con eso?

Sé que hay quienes al principio no sintieron verse afectados por esa cuestión, claro, era fácil cuando tus padres fungen en gobierno, cuando tienen un trabajo que, aunque no se presenten seguirán manteniendo su salario, pero incluso, llegó un punto que hasta en ellos se vio la desesperación por el alza de precios en el mercado. Pero, ¿Qué pasaba cuando eres de padres campesinos, albañiles, amas de casa, cuando no tienes padres con salario fijo?

La angustia y preocupación de los padres también la percibían los hijos, sobre todo aquellos que se encuentran estudiando una licenciatura, veíamos como nuestros padres se esforzaban por seguir al pie en cuanto a los gastos, pero parecía ser que ningún esfuerzo bastaba. Tratábamos de ver como ventaja el que nos quedáramos en casa a recibir las clases porque evitábamos el gasto de renta y transporte, pero nos vimos obligados a tener internet en casa, era prácticamente lo mismo y la lista de materiales seguían y no podíamos darnos el lujo de no adquirirlo porque si ya nos quejábamos de las clases virtuales porque nuestro aprendizaje sería menos, no tener donde practicar era mucho peor.

Cuando después de un largo tiempo, no porque estuviéramos fuera de riesgo por la pandemia sino por necesidad se regresó al trabajo, pero las

clases virtuales seguían, muchos alumnos nos vimos en la necesidad de buscar un empleo, necesitábamos algo que nos ayudara con los gastos de la escuela, porque esos no los detuvo la pandemia, las responsabilidades eran más; recibir las clases, cumplir con los trabajos escolares, ayudar con los quehaceres de la casa e ir al trabajo, dicen que nada que valga la pena es fácil, espero en un futuro poder disfrutar de esto que nos está costando.

Ante este escenario abrumador, la gente no reacciona de igual forma. Fallan los mecanismos de afrontamiento que nunca se desarrollaron. No hay capacidad de adaptación al cambio y la resiliencia brilla por su ausencia <sup>7</sup>.

Estamos de acuerdo en que no todos podemos ver las cosas de la misma manera, no tenemos la misma capacidad y destreza de afrontar las adversidades de la vida, tampoco podemos sentir 100% lo que el otro está sintiendo. Sabemos bien que durante la pandemia hubo muertes que no podíamos ni queríamos creer y hasta hoy en día siguen afectándonos, hubo a quienes les tocó ver a sus familiares luchar contra el COVID sin lograr ganar, jóvenes que tuvieron que soportar la muerte de sus padres, estas a mitad de carrera, tratando de dar lo mejor para ayudar a tus padres y la vida te los arrebató, ¿Cómo se logra ser resiliente en esos casos?, ¿Cómo pretenden que se acepte de la mejor manera? Cuando es así no sientes nada, solo rabia con la vida, estás ahí, tratando de explicarte porque a tus padres, porque a tu familiar, porque a ti; pero no hay respuestas y tienes que aprender a vivir con eso.

Quizás la resiliencia llega cuando buscas ayuda profesional, claro está que hay situaciones que no podemos manejar por sí solos y poder contarle a alguien lo que real y verdaderamente sientes es de gran ayuda, te desahogas, liberas ese peso que crees no soportar más. Quizás lo único que buscas en esos momentos es a alguien que te dé una esperanza de que todo pasara, que todo estará bien, tú estarás bien.

Siendo jóvenes, tenemos la ilusión de vivir a nuestro modo, de querer comernos al mundo, y la pandemia nos frenó, nos frenó por mucho, nos volvimos más susceptibles a caer en depresión, en vicios, a sufrir de ansiedad, pero considero que también tenemos la capacidad de ganar, de poder cumplir nuestras metas aun con estas adversidades.

Soy de las personas que tuvo la dicha de no perder familiares por COVID, pero me tocó ver el dolor de otros. Uno se queda anonadado ante las pérdidas de los demás, porque podemos justificar que la muerte de alguien por COVID era porque su edad no le permitía tener ventaja mínima, pero no fue solo eso, hubo muertes de personas jóvenes, ¿Cómo podíamos justificar eso para creer que era algo “normal”?; la enfermedad no distingue edad, sexo, ni clase social.

Es difícil encontrar la manera de ser resiliente ante esta situación, no es algo para lo que hubiésemos estado preparados, nos tomó por sorpresa; pero después de pasar por todo esto durante dos años, hoy creo que estamos más conscientes de que cualquier cosa puede pasar, estamos menos asustados que al principio.

Todo el alumnado ya estaba cansado de las clases virtuales, no se sentía un avance como tal, deseábamos con todas las fuerzas que las clases volvieran a la normalidad, y hasta cierto punto se llegó a decir que se extrañaba la escuela, extrañábamos ir a la institución a diario y recibir la clase de manera presencial, aunque el tráfico fuese nuestro enemigo.

Agosto del 2022, otro inicio de ciclo escolar y por fin clases presenciales, nunca me hubiera imaginado que ir a la escuela nos pondría tan felices, volver a ver a los compañeros, realizar todas las prácticas necesarias para nuestro aprendizaje, los dos años en línea claro que no podemos recuperarlo totalmente, hay alumnos que apenas están ingresando y en este regreso van por los últimos semestres, alumnos que están por concluir la licenciatura y les tocó

hacerlo virtualmente, incluso titularse por este medio. Pero, dejemos por un lado lo vivido, y aprovechemos el presente, tenemos que emplear este semestre en requerir los máximos aprendizajes que nos formaran como futuros profesionistas.

Sé que, aunque las clases presenciales nos beneficien más que las virtuales, tampoco es algo sencillo, más ahora que tenemos que acoplarnos nuevamente a nuestra rutina, el tiempo de clases virtuales nos hizo caer en una zona de confort que no es nada bueno para nosotros, pero no podemos darnos el lujo de continuar así.

El estrés, la ansiedad, la depresión, los problemas familiares, económicos y académicos seguirán presentes en muchos de los alumnados, algunos están en proceso de recuperación, habrá quienes aún mantengan los problemas que surgieron durante la contingencia, pero sé que hay quienes mantienen un carácter fuerte que pueden soportar un poco más, siempre ha sido y será un buen tiempo para apoyar a los demás y ahora más que nada es un buen momento.

A pesar de todas las altas y bajas que vivimos en pandemia, debemos de recordar que aún tenemos mucho por vivir, esforzarnos por ser grandes profesionales, probablemente el COVID algún día tenga un verdadero final y pase a ser historia como lo han sido otras pandemias, quizás podamos rescatar algo positivo que nos haya dejado la pandemia, como un aprendizaje y aplicarlo en su momento.

No debemos bajar la guardia, cuidémonos para que no caigamos de nuevo en el encierro, es difícil mantener puestas las mascarillas todo el día, aún más cuando las altas temperaturas se hacen presentes, pero esto se ha vuelto parte de nuestra vestimenta, en nuestras manos está poder mantenernos de esta manera y seguir con nuestras vidas lo más ameno posible ante esta situación.

Recordar que estamos hoy aquí por una razón y

hacer que todo por lo que hemos pasado valga realmente la pena, porque somos capaces, porque podemos ser mejores cada día, porque, aunque ahora nos llamen “generación de cristal” podemos ser la generación que ha superado y soportado una pandemia logrando sus objetivos, aunque a veces sentimos que el cielo se nos cae en mil pedazos y no hay nadie quien pueda ayudarnos, podemos hacerlo, debemos hacerlo, y, ¿Por qué no? En memoria de los que no están y quisiéramos que nos vieran alcanzar el éxito.

## REFERENCIAS

1. Robles Mendoza, A. L., Junco Supa, J. E. & Martínez Pérez, V. M. (2021, 15 febrero). Conflictos familiares y económicos en universitarios en confinamiento social por COVID-19. *Revista CuidArte*, 10(19). <https://doi.org/10.22201/fesi.23958979e.2021.10.19.78045>
2. Willingham, A. J. (2020, Julio 4). Todo lo que ha pasado en 2020 Hasta Ahora (Y solo llevamos medio año). CNN. Recuperado 20 de octubre, 2022, de <https://cnnespanol.cnn.com/2020/07/03/todo-lo-que-ha-pasado-en-2020-hastaahora-y-solo-llevamos-medio-ano/>
3. Suárez, V., Suarez Quezada, M., Oros Ruiz, S. & Ronquillo De Jesús, E. (2020, noviembre). Epidemiología de COVID-19 en México: del 27 de febrero al 30 de abril de 2020. *Revista Clínica Española*, 220(8). 463-471. <https://doi.org/10.1016/j.rce.2020.05.007>
4. Coronavirus: SEP adelanta vacaciones de Semana Santa; serán de un mes. (2020, 15 marzo). Colegio Miguel Hidalgo. Recuperado 15 de octubre de 2022, de <https://cmh.edu.mx/2020/03/15/coronavirus-sep-adelanta-vacaciones-desemana-santa-seran-de-un-mes/>
5. María Josefina Vidal Ledo, María de la Caridad Barciela González Longoria & Ileana Armenteros Vera. (2021, 17 febrero). Impacto de la COVID-19 en la Educación Superior. *Educación Médica Superior*, <http://scielo.sld.cu/pdf/ems/v35n1/1561-2902-ems-35-01-e2851.pdf>
6. Medina G. Familia y coronavirus. 10 claves para comprender su relación jurídica. *Periódico La Ley*. 9 de abril, 2020. Disponible en: <https://bit.ly/2Ghx3hQ>
7. Resiliencia en tiempos de la COVID-19. (2021, 5 marzo). Médicos Sin Fronteras. Recuperado 22 de octubre de 2022, de <https://www.msf.es/actualidad/resilienciatiempos-la-covid-19>