



Facultad de Educación

Tema:

“Capacidad atencional en adultos emergentes en el contexto de la pandemia por Covid 19”

Trabajo de Titulación para la obtención del Título de Licenciatura en Psicopedagogía

Presentada por:

Blanca Paulina Ortegón Braganza

Tutor:

Karen Alicia Merizalde Torres

Quito, junio de 2021

RESUMEN

El presente ensayo académico pretende investigar las alteraciones en las capacidades atencionales, de los adultos emergentes que se encuentran cursando sus estudios superiores durante el contexto de la pandemia por Covid 19, la intención fue relacionar variables determinantes que intervienen en los procesos de aprendizaje/enseñanza. La atención, siendo una función superior cognitiva que se encarga de discernir, interiorizar y generar el conocimiento a lo largo de la vida, cuando está sometida a alteraciones por distractores o estresores de todo tipo, puede afectar la salud integral de las personas. En este sentido, las medidas adoptadas a raíz de la pandemia por Covid 19 (confinamiento, educación virtual, etc.), ha deteriorado el bienestar mental en los adultos emergentes manifestando muchas veces una reducción significativa del rendimiento académico e intención de deserción universitaria. La metodología que se presenta es de carácter argumentativo y expositivo con conocimiento y profundidad reflexiva con un estilo discursivo con estrategias retóricas, es decir pretende informar, exponer, argumentar, describir, narrar y ofrecer una reflexión crítica sobre los temas que se abordan. Los resultados que se extrajeron reflejan que en efecto existe una relación evidente entre las variables expuestas, ya que la capacidad atencional en los adultos emergentes se ha visto afectada por la pandemia por Covid 19. Se ha comprobado que algunas de las principales afectaciones cognitivas tienen relación con una reducción en el procesamiento de la información deteriorando con ello el aprendizaje y el rendimiento académico. Es importante anotar que la población estudiada cuenta con una percepción desfavorable de su calidad de vida debido al confinamiento y desapego social, no obstante, aunque reconocen la importancia de las medidas de bioseguridad y confinamiento para salvaguardar las vidas de todos, los jóvenes expresaron que esta situación ha generado un impacto determinante en su libertad de movimiento y derecho a acceder a la información. Por lo que es importante detectar o identificar de manera temprana las afectaciones en las capacidades atencionales y generar intervenciones oportunas, lo que sin duda reduciría el riesgo de padecer alteraciones mentales graves.

Palabras clave: Capacidades atencionales, aprendizaje/enseñanza, adultez emergente, pandemia, Covid 19.

DECLARACIÓN DE ACEPTACIÓN DE NORMA ÉTICA Y DERECHOS

El presente documento se ciñe a las normas éticas y reglamentarias de la Universidad Hemisferios. Así, declaro que lo contenido en este ha sido redactado con entera sujeción al respeto de los derechos de autor, citando adecuadamente las fuentes. Por tal motivo, autorizo a la Biblioteca a que haga pública su disponibilidad para lectura dentro de la institución, a la vez que autorizo el uso comercial de mi obra a la Universidad Hemisferios, siempre y cuando se me reconozca el cuarenta por ciento (40%) de los beneficios económicos resultantes de esta explotación.

Además, me comprometo a hacer constar, por todos los medios de publicación, difusión y distribución, que mi obra fue producida en el ámbito académico de la Universidad Hemisferios.

De comprobarse que no cumplí con las estipulaciones éticas, incurriendo en caso de plagio, me someto a las determinaciones que la propia Universidad plantee.

Blanca Paulina Ortegón Braganza

C.I. 171193344-8

DEDICATORIA

La vida con sus infinitos aprendizajes y experiencias ha generado en mí desde muy pequeña, una avidez por conocer y entender. Esta inquietud me ha permitido, gracias al apoyo incondicional de muchas personas, llegar a este momento que se quedará grabado en mi memoria y mi corazón, como el que espero sea la continuación de este camino y la necesidad de seguir aprendiendo y preparándome para ser cada día mejor académicamente y sobre todo como persona.

En el presente trabajo de fin de carrera se manifiesta la culminación palpable de un sueño, que, con esfuerzo, dedicación y orgullo, lo he logrado. Agradezco a mi familia completa; a mis padres quienes me han acompañado en todos los procesos y cambios de mi vida, a mis hermanos que son parte de los pilares de mi deseo de superación. Ofrezco este trabajo y esfuerzo a mi hija, que siempre será mi fuente de inspiración; a mi esposo que sin dudarlo me ha acompañado y ayudado en todo lo que he necesitado durante todo este tiempo. Agradezco a mis compañeros y profesores, muchos de los cuales no solo son ahora mis colegas sino grandes amigos que atesoraré y cuidaré durante toda mi vida.

De manera especial agradezco a mi tutora por su profesionalismo y objetividad. Agradezco a mucha gente que ha seguido de cerca mis avances como referencia de que la edad, el estatus o las circunstancias nunca son un impedimento para progresar y cumplir sueños.

Por último y, sobre todo, agradezco a Dios que nunca me ha desamparado y ha sido mi guía y motivación para hacer lo correcto.

ÍNDICE

RESUMEN	i
DEDICATORIA	iii
INTRODUCCIÓN	vii
LA ATENCIÓN	1
1.1. Concepto	1
1.2. Tipos de atención	4
1.3. Correlato anatómico.....	5
1.4. Psicopedagogía de la atención	12
1.5. Interrelación de la Atención con otras funciones.....	16
La Atención y las Funciones Ejecutivas:.....	16
La Atención y el Razonamiento:	17
La Atención y la Emoción	18
1.6. Psicopatología de la atención.....	19
ADULTEZ EMERGENTE.....	22
2.1. Características Generales.....	23
Razonamiento del Adulto Emergente.....	27
LA ATENCIÓN EN EL ESTUDIANTE UNIVERSITARIO (ADULTO EMERGENTE) EN EL CONTEXTO DE LA PANDEMIA POR COVID 19.....	29
3.1. Pandemia Coronavirus COVID 19	30
Pandemia por Covid 19 en Ecuador	32
Medidas de bioseguridad ante el Covid.....	33
3.2. Consecuencias de la Pandemia en la función de la atención	33
3.3. Relación de la Atención y la población adulta emergente en el contexto de la Pandemia por COVID-19	36
CONCLUSIONES.....	45
BIBLIOGRAFÍA	47

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1. Adaptación del modelo de atención de Norman y Shallice.....	3
Gráfico 2. Modelo atencional de Mirsky y Duncan.....	7
Gráfico 3. Descripción gráfica del proceso atencional	8
Gráfico 4. Fases en el procesamiento de la información	14

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Regiones cerebrales involucradas en los modelos de la atención de: Misky & Duncan, y Posner & Petersen	11
Tabla 2. Fases de una Pandemia.....	31
Tabla 3. Evidencia científica de artículos académicos que abordan las capacidades atencionales en el adulto emergente	38

INTRODUCCIÓN

Desde hace poco más de un año y hasta la actualidad, el mundo ha atravesado una crisis sanitaria sin precedentes debido al Coronavirus, que desequilibró la cotidianidad de la sociedad y exige una constante adaptación de sus integrantes, ante realidades insospechadas. Es así, que esta nueva realidad no permite al individuo desconectarse de una vigente era virtual y tecnológica en todas las esferas, esto perturba el día a día afectando la concentración, entre otras funciones primarias donde la atención tiene un papel predominante. Es inquietante el estado de ánimo que demuestra la sociedad, ya que está sometida a niveles de estrés elevados, por ello los especialistas en salud mental alertan sobre la importancia de no desestimar los síntomas que pueden producirse por esta situación.

Producto de la problemática mencionada, las medidas de seguridad sanitarias implementadas en nuestro país, contempló el confinamiento, que se reajustó a una medida de asilamiento aún vigente, y que, a su vez obligo a la adopción de acciones subsecuentes en todos los ámbitos sociales; incluyendo el educativo.

En el campo de la educación, se requirió la implementación de estrategias metodológicas emergentes en el ámbito de la educación en línea y virtual, provocando cambios en el sistema educativo, el mismo que se encuentra en un proceso de adaptación, que tiene su propio ritmo y depende de un propio entorno y contexto. Este proceso de adaptación ha provocado en algunos casos el deterioro de las capacidades atencionales en los adultos emergentes, por este motivo se consideró útil, efectuar un estudio sobre las consecuencias en las capacidades atencionales de este grupo poblacional, provocadas por el Covid 19.

El presente ensayo académico pretende ser un aporte teórico y bibliográfico para identificar las principales implicaciones en las capacidades atencionales que adultos emergentes podrían manifestar a partir de las medidas de bioseguridad adoptadas en el país por concepto de la Pandemia por COVID 2019. La intención es compartir datos relevantes en cuanto a estudios previos sobre afectaciones atencionales en los jóvenes estudiantes de educación superior, que han tenido que asumir los cambios que ha conllevado las clases virtuales debido a la prohibición de presencialidad en las IES

(Instituciones educativas superiores), además de la obligatoriedad en adaptarse socialmente a no mantener contacto físico por el confinamiento y aislamiento decretado en nuestro país.

Dentro del alcance del ensayo se considera también a profesionales en docencia, psicopedagogos, centros de bienestar estudiantil, psicoterapeutas, estudiantes y familias que, a partir de la información investigada y recopilada, pueden intervenir para evitar el fracaso académico de muchos adultos emergentes por la afectación en sus capacidades atencionales.

Para responder estas interrogantes se investigó las alteraciones en la capacidades atencionales en el estudiante universitario en el contexto de la Pandemia por Covid-19 , además se analizó la información relevante sobre las repercusiones y consecuencias que ha tenido en la comunidad universitaria el aislamiento producto de las medidas de bioseguridad por la pandemia por Covid 19, así mismo, se identificó las principales consecuencias sobre el aprendizaje de los estudiantes universitarios, proponiendo medidas que fomenten la generación de ambientes de aprendizaje adecuados en las clases virtuales, durante el periodo aislamiento.

El análisis académico se basa en el contraste de ideas de autores y la interrelación entre los tópicos propuestos en los 3 capítulos en lo que está constituido el presente ensayo que son: la atención, la adultez emergente y la Pandemia por COVID 2019. En base a la exposición de los principales postulados en cada tema, se procede a relacionarlos, identificando, las implicaciones entre cada uno de ellos, con el objetivo de determinar, si se afectan entre sí y de esta manera poder plantear propuestas que permitan gestionarlas en un ámbito educativo de nivel superior.

El primer capítulo que tiene que ver con la atención describe conceptualmente dicha función cognitiva concebida como un filtro mental que discierne los estímulos sensoriales donde intervienen neurotransmisores y otras funciones cerebrales, en este mismo apartado se incluyen temas como los tipos de atención, la relación de la misma con otras funciones cognitivas y el aporte que brinda la psicopedagogía en este ámbito.

El segundo capítulo se circunscribe a la descripción del grupo etario correspondiente a los adultos emergentes, considerado como la población en edades comprendidas de 18 a 29 años de edad, quienes atraviesan la disyuntiva subjetiva de no considerarse adolescentes, pero tampoco adultos. Se expone una generalidad de las características de este grupo poblacional y el tipo de razonamiento que los define.

El tercero y último capítulo del ensayo, relaciona la capacidad atencional de la adultez emergente en el contexto pandémico, describe el origen de la pandemia en el mundo y en nuestro país. De manera resumida, se expone las principales medidas de bioseguridad adoptadas para disminuir o controlar el riesgo de infección.

EXPOSICIÓN Y ARGUMENTACIÓN

CAPÍTULO I

LA ATENCIÓN

1.1. Concepto

Históricamente, disciplinas como la pedagogía, psicología, así como la psicopedagogía se han involucrado de forma permanente en la investigación de los procesos atencionales, debido a que la atención representa una habilidad cognitiva donde se asientan el resto de procesos mentales superiores.

La dinámica de atender es considerada un filtro mental, que da paso a la jerarquización de estímulos relevantes y la abstención de estímulos no relevantes en un momento dado. Algunos investigadores mencionan que “las personas son limitadas en cuanto al volumen de datos e información que pueden procesar, lo cual implica que, para funcionar adecuadamente deben filtrar la información importante frente una situación estimulante específica” (Ardila, A., & Ostrosky, F, 2012). Este postulado tiene relación con la explicación de Heliman K.M (2002), que fue referenciada por Puerta I, *et al* (2018), quienes expusieron justamente que a la atención se le considera como un proceso selectivo que se da en respuesta a una habilidad de procesamiento limitada.

Al hablar de atención y su estudio, es imperativo considerar los aportes iniciales postulados por William James, quien en su monografía “Principios de Psicología” de 1890 cita: “La mente toma posesión, en una forma vívida y clara, de los objetos, acontecimientos o pensamientos de manera individual o en grupo: focalización, concentración, conciencia, es su esencia. Ello implica aislarse de algunas cosas para dar paso, efectivamente a otras. O, como los autores Ramos C, *et al.*, quienes en 2016 describen su interpretación del mismo texto de William James sobre la atención, como “La capacidad del ser humano para orientar su estado de conciencia hacia un

determinado estímulo en la realidad subjetiva u objetiva”. Este concepto ha sido complementado por otros estudiosos como J Portellano *et al*, (2014), por lo que hoy por hoy, la atención es asumida como una entidad que discierne la información del organismo propio, la prioriza, la procesa y lo más importante la supervisa, relacionándola con el medio en el que los sujetos se desenvuelven (J Portellano y J García, 2014).

Los autores Lucky y Vecera, en el año 2002, a su vez integran lo expuesto en su tiempo acerca de la atención para deducir que: “Este es un concepto excelente pero limitado, porque define lo que es la atención como si fuese un proceso unitario. En contraste, la evidencia actual indica que la atención está integrada por muchos procesos cognitivos disociables, pero en recíproca interacción. Por ello, la entenderemos como un sistema complejo”.

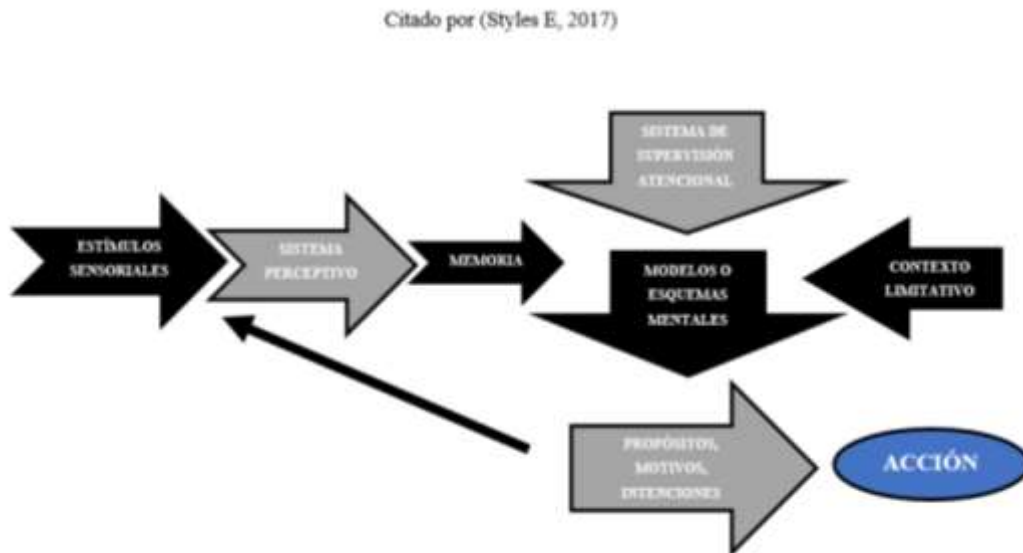
Otra perspectiva sobre la atención es la multidimensional, la misma que, además de reconocerla como un cúmulo de procesos cognitivos independientes que se relacionan entre sí, considera a la atención como un compendio de funciones finitas cerebrales que se vinculan con otros procesos cognitivos en la ejecución de diferentes tareas.

En cambio, científicos en el área Psico-Neurológica como Barragán *et al*, en 2007, concuerdan con las posturas de Brown (2003) y Western (1998), que determinan al proceso atencional como aquel conjunto de actividades que permiten dirigir la conciencia a discreción, priorizando la sensibilidad a un rango limitado de la experiencia. Exponen que la conciencia se constituye de la atención y de un concepto novedoso, denominado *awareness* o “darse cuenta de” los mismos que interactúan mutuamente. El “darse cuenta de” puede ser interpretado como una suerte de radar que escanea el entorno y la interioridad de la persona, este concepto explica por qué los humanos tenemos la conciencia de cierto estímulo, sin que este sea el centro de nuestra atención. La atención permite distinguir los estímulos que son obtenidos del “darse cuenta de” y los enfoca temporalmente, lo que coadyuva a identificar, examinar y esquematizar el estímulo. Al revisar estas postulaciones, el equipo formado por Newberg AB *et al* (2001) citados por Barragan R *et al* (2007), concluyen que la atención es un compendio de características mentales gestionadas por los neurotransmisores ubicados en el cerebro (Barragan et al, 2007).

Ante el conocimiento de que la atención, tiene entre sus principales funciones el mantenimiento del “estado de Alerta” y la orientación a un objetivo (Pozuelos et al, 2014), “la atención no es un proceso unitario, sino un sistema funcional complejo, dinámico, multimodal y jerárquico que facilita el procesamiento de la información en sus diversos componentes sensoriales, cognitivos o motores” (J. Portellano, 2005).

Norman y Shallice (1986, citados por Style, 2017) proponen un modelo teórico que explica como el proceso atencional y preatencional es controlado en forma automática y voluntaria. Esta información es necesaria considerar para el estudio de las implicaciones que podría tener un individuo en su atención, debido a ciertos agentes externos que lo influyen:

Gráfico 1. Adaptación del modelo de atención de Norman y Shallice



Los estímulos sensoriales ingresan al sistema perceptivo y de procesamiento, activan las estructuras de conocimiento y los esquemas o modelos mentales conservados en la memoria. El esquema más fuertemente estimulado por la información de entrada se apodera de la acción. La selección y activación de los esquemas se produce sin ningún control consciente por la atención voluntaria y es controlada por un sistema automático. Si el individuo desea apersonarse de su propia conducta se hace necesaria la intervención de otros sistemas. El sistema de supervisión atencional emplea el sesgo de la atención para que el esquema de mayor relevancia para los propósitos de nuestras intenciones, tome el control (Styles E, 2017).

En síntesis, como lo postulan Bruna, et al, (2011), no existe criterio común, único sobre el concepto y la terminología aplicable a los procesos atencionales, sin embargo, se identifican consensos sobre los beneficios o aportes que tiene el mismo, a continuación, se enlistan los más aceptados:

- ✓ Mejora el rendimiento en múltiples tareas.
- ✓ Reducción de las distracciones.
- ✓ Incrementa el nivel de procesamiento del área que está siendo atendida.
- ✓ Selección de ciertos estímulos.
- ✓ Interiorizar o concientizar cuando un estímulo u operación cognitiva se presenta.

1.2. Tipos de atención

Los expertos que han abordado y siguen abordando el estudio del campo y proceso de la atención, a partir del siglo XIX cuando se inició su estudio a profundidad, han postulado varias maneras de entender la naturaleza, funciones, tipos de atención que influyen en el sujeto, esto considerando las variables o factores que involucran su injerencia en el actuar humano y su interiorización.

“Desde la visión clínica y de la cognición se identifica al proceso atencional como un conjunto de actividades asociadas al conocimiento debidamente jerarquizadas e integradas por cinco elementos: (1) atención focalizada, que se define como la respuesta básica a los estímulos; (2) atención sostenida, concerniente a la observancia y fijación de la atención por un lapso determinado de tiempo; (3) atención selectiva, corresponde a la atención a estímulo sin distraerse ; (4) atención alternante, que ésta relacionada con la flexibilidad mental, que permite cambiar la fijación de la atención a voluntad; y (5) atención dividida, esta habilidad permite “prestar atención” simultáneamente a dos actividades” (Mateer, 2001).

Como lo expone (Avendaño, 2019), además de lo ya dicho sobre la atención, la misma ha sido estudiada también con un elemento de orientación, así como conexión entre diferentes estímulos; estructurándose como un conjunto de actividades de control de la memoria operativa.

Sin embargo, existen criterios comunes entre los diferentes autores, que resumen de una manera sucinta los mismos, según la clasificación siguiente:

- “*Arousal o estado de alerta*: Es la activación fisiológica del organismo. Se relaciona con la capacidad de estar despierto y de mantener la alerta. Es activada ante un estímulo muy atractivo, novedoso o ante una situación de peligro. También Implica la capacidad de seguir estímulos u órdenes.”
- “*Atención focalizada*: Se asocia a cierto tipo de habilidad para encauzar la atención a un estímulo visual, auditivo o táctil” (Soutullo C, Díez A, 2008).
- “*Atención sostenida*: Es una capacidad de tiempo prolongado, en la que mantener una respuesta de forma consistente durante un período juega un papel importante. Aquí se habla de vigilancia cuando la tarea es de localización de un estímulo y de concentración cuando se refiere a otras tareas cognitivas. Los autores indican que se recurre a la memoria de trabajo (MT) cuando tareas implican el mantenimiento y manipulación de información de forma activa en la mente (operaciones matemáticas, cálculo, gestión de alternativas...)” (MarcadorDePosición1).
- “*Atención selectiva*: capacidad para seleccionar, de entre varias posibles, la información relevante a procesar o el esquema de acción apropiado, inhibiendo la atención a unos estímulos mientras se atiende a otros” (MarcadorDePosición1).
- “*Atención alternante*: capacidad que permite enfocar la atención controlando qué información es procesada en cada momento. Cualquier alteración de este nivel impide mudar la atención entre varias fuentes de estímulo” (Soutullo C, Díez A, 2008).
- “*Atención fragmentada*: Habilidad que asocia la estrategia para atender a dos cosas al tiempo, seleccionar de más de una información a la vez.” (MarcadorDePosición1).

1.3. Correlato anatómico

El surtido conjunto de criterios acerca de la atención, tienen relación a la prolífera producción de modelos atencionales generados desde hace varios años. Estos modelos

tienen su origen en diferentes fuentes ya sean psicométricas, experimentales o clínicas, sin embargo, muchos de los conceptos coinciden entre ellos (Fernandez, 2014).

Es importante indicar que de esta multiplicidad de modelos destacan dos:

- Modelo de atención de Misky & Duncan
- Modelo de atención de Posner & Peterson

Modelo de atención de Mirsky y Duncan. - Este modelo fue estudiado y de inicio planteado por los mismos investigadores más otros estudiosos, en el año 1991, para en el año 2001 complementar dichos estudios y postularla definitivamente.

Este modelo resultó del estudio experimental y psicométrico de las variables que intervienen en la atención. Se realizó un análisis factorial que encontró cuatro componentes: *Focalización/Ejecución*, *Atención Sostenida*, *Alternancia*, *Codificación y Estabilidad* (Fernandez, 2014).

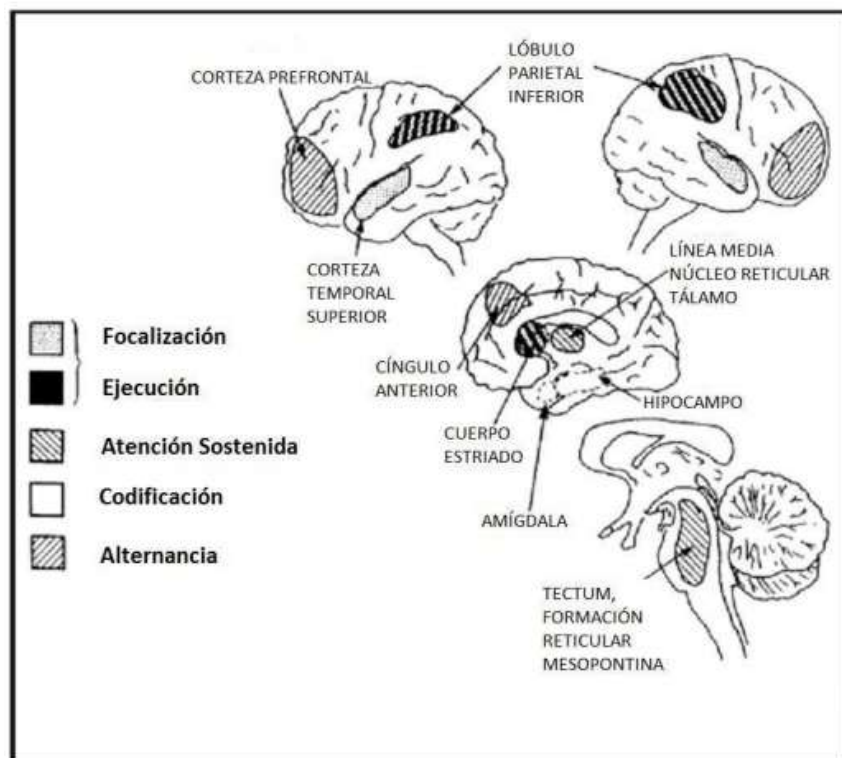
- **“El factor Focalización/Ejecución** está relacionado con la capacidad de concentrarse en una tarea en presencia de estímulos que distraen, y ejecutar rápidamente las respuestas manuales o verbales que requiere la tarea. Este elemento de atención se ha asociado a varias regiones del cerebro, incluyendo el lóbulo parietal inferior, giro temporal superior y partes del cuerpo estriado”
- **“El factor Atención Sostenida** es la capacidad de mantener un foco de atención durante un período considerable de tiempo. En este caso las áreas del cerebro implicadas son las regiones del tectum y la formación mesopontina de la formación reticular del tallo cerebral, así como el núcleo reticular del tálamo medio”.
- **“El factor Alternancia** ha sido definido como la capacidad de cambiar el foco de atención de alguna característica específica del estímulo a otra. El desempeño en el factor de Alternancia ha sido relacionado con la corteza prefrontal dorsolateral y la circunvolución cingulada anterior”.
- **“La Codificación** se define como la capacidad de mantener la información en la memoria durante breves períodos de tiempo con el fin de permitir la ejecución de operaciones mentales con esta información. Esta definición es muy similar a la definición de la memoria de trabajo. De hecho, en este punto se desdibujan las fronteras entre la atención y la memoria. Mirsky y Duncan sostienen que las

estructuras cerebrales que apoyan esta función están "en y alrededor del hipocampo y la amígdala" (pp. 20)".

- “Por último, el **elemento Estabilidad**, vagamente descrito, se ha definido como la coherencia en la respuesta a los estímulos "diana". Los autores no precisan ninguna región específica del cerebro para apoyar este elemento”.

A continuación, se publican los diferentes elementos de atención en el modelo en mención y las regiones cerebrales asociadas a cada elemento (Fernandez, 2014).

Gráficos 2. Modelo atencional de Mirsky y Duncan



Tomado de: (Fernandez, 2014)

Este modelo resulta útil, fundamentalmente porque al ser desarrollado bajo un criterio psicométrico, hace que el mismo sea funcional, sin embargo, tiene una compleja estructura de conceptos relacionados a las pruebas neuropsicológicas (Fernandez, 2014).

Modelo de atención de Posner y Petersen. – Esta definición originalmente fue realizada por Posner & Petersen (1990). De forma posterior se generaron nuevos aportes sobre esta teoría y sus herramientas por parte de autores como Fernández-Duque, et al, en 2001; Fan, et al, en 2002; y, Rueda, et al, 2004.

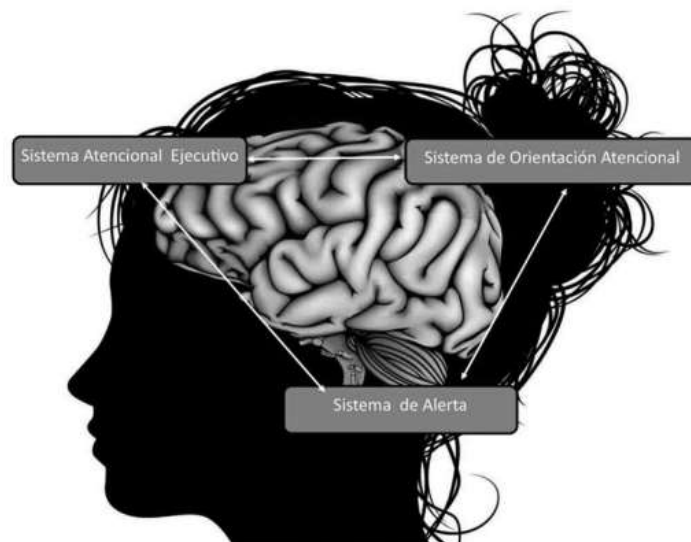
“El modelo se basa en el concepto de redes cognitivas y anatómicas de la atención. De acuerdo con el mismo estas redes son independientes y específicas en su funcionamiento, pero interactúan entre sí. Los autores consideran que las redes atencionales son supramodales, es decir, estas redes desempeñan diferentes tareas de forma independiente de la modalidad de estímulos (visuales, auditivos, etcéteras)”.

Se conocen tres funciones principales de la atención: "(1) Orientar a los estímulos sensoriales, especialmente a lugares en el espacio visual (red de orientación); (2) lograr y mantener el estado de alerta (red de vigilancia), y (3) orquestar acciones voluntarias (red ejecutiva)" (Fernández- Duque & Posner, 2001, pp. 75).

En relación a lo antes expuesto, se puede indicar que el proceso atencional del ser humano tiene su origen tres sistemas ubicados en el cerebro:

1. Sistema de alerta
2. Orientación Atencional
3. Sistema Atencional Ejecutivo

Gráfico 3. Descripción Gráfica del proceso atencional.



Tomado de (Ramos C, Paredes, L, Andrade S, Sntillas W, Gonzalez. L., 2016)

“El primero se denomina *sistema de alerta* y se encarga de mantener un estado óptimo de vigilia para recibir los estímulos del entorno y generar respuestas adecuadas. A nivel neuroanatómico, está estructurado en zonas subcorticales que incluyen el tálamo, el sistema activador reticular ascendente, el locus coeruleus, proyecciones al

sistema límbico y la neocorteza” (Ramos C, Paredes, L, Andrade S, Sntillas W, Gonzalez. L., 2016). “Se conceptualiza como la capacidad de lograr y mantener el estado de alerta. El objetivo de realizar tareas que estimulen el estado de alerta, es determinar la rapidez con que una persona puede llegar a su máximo estado de alerta, estos pueden incluir estímulos alertadores exógenos (sonidos, imágenes, etcéteras), o estímulos alertadores endógenos (una predisposición interna para detectar un objetivo esperado). De acuerdo con este modelo, las regiones del cerebro implicadas en la vigilancia son las cortezas frontal y parietal derechas. La activación de las áreas frontales por un estado de alerta se produce incluso en ausencia de estimulación. Esta activación disminuye a medida que pasa el tiempo y se relaciona con signos de comportamiento que indican una disminución en el rendimiento cognitivo” (Fernandez, 2014).

Con mayor detalle, el sistema de alerta, de vigilia y la atención sostenida, representa la habilidad para preparar sostener la alerta para procesar señales prioritarias, por periodos prolongados de tiempo. Involucra al locus coeruleus, el sistema reticular activante y la entrega de norepinefrina a la corteza. Destaca el papel de hemisferio derecho en este proceso, particularmente la corteza frontal lateral derecha. Este sistema también involucra al sistema atencional posterior donde el locus coeruleus tiene sus conexiones de norepinefrina hacia el lóbulo parietal, pulvinar y colículo, facilitando la ejecución de tareas que implican reconocimiento de objetos y selección de información visual de alta prioridad, durante los estados de vigilancia (Styles E, 2017).

“El segundo sistema se denomina de *orientación atencional*, es el encargado de la orientación espacial y ubicación de un determinado estímulo. Este sistema es corticosubcortical y es estructurado por el núcleo lateral pulvinar del tálamo, el colículo superior y la corteza parietal posterior” (Ramos, et al., 2016). “La orientación se define como la capacidad de seleccionar la información sensorial. La mayor parte de la investigación de este modelo se ha realizado con estimulación visual. Dentro del dominio visual se han identificado dos formas de orientar: Orientación manifiesta y orientación encubierta. La orientación manifiesta se realiza dirigiendo los ojos hacia el lugar de interés, mientras que la orientación encubierta puede llevarse a cabo mediante la asignación de prioridad a un área del campo visual sin mover los ojos. Los autores han dado prioridad al estudio de la orientación encubierta, ya que ofrece la oportunidad

de estudiar no solo la atención independientemente de la agudeza visual, sino también para estudiar los mecanismos internos de atención” (Fernandez, 2014).

De acuerdo a estos autores, los mecanismos cognitivos implicados en la orientación encubierta y en la búsqueda visual, son iguales. Estos mecanismos son la retirada de los estímulos, el movimiento de la atención y la participación en una nueva ubicación” (Fernandez, 2014). “La red neuronal de soporte de la orientación es bastante grande y consiste en la corteza parietal (que participa en la orientación encubierta y manifiesta), el surco precentral de la corteza frontal, el colículo superior y el tálamo. Se supone que las cortezas parietal y frontal participan en la gestión de las señales automáticas, así como en la utilización voluntaria de claves en la atención visoespacial. El folículo superior (o tectum), una estructura situada en el cerebro medio, se ha relacionado con el cambio de atención, mientras que el núcleo pulvinar del tálamo tiene un papel en el acoplamiento de la atención” (Fernandez, 2014).

El tercer sistema se denomina *sistema atencional ejecutivo* y se ocupa de seleccionar estímulos de forma voluntaria, inhibiendo la tendencia a responder automáticamente. A nivel neuroanatómico, este sistema está conformado por estructuras corticales frontales mediales y del cíngulo anterior. (Ramos, et al., 2016). “Los estudios de neuroimagen que implican tareas de atención ejecutiva han activado varias regiones como la corteza cingulada anterior y el área motora suplementaria, la corteza orbitofrontal, la corteza prefrontal dorsolateral, así como secciones de los ganglios basales y el tálamo” (Fernandez, 2014).

Es decir, el sistema de atención anterior, media la atención focalizada, y la detección o selección de impulsos para la interiorización consciente y la pericia para focalizar la atención en distractores o estímulos competitivos. La atención selectiva está vinculada al control voluntario o consciente del procesamiento de la información. Este sistema involucra el gyrus cingulado anterior, la corteza frontal medial y los ganglios basales (Ponsford y Wilmott, 2004, citando a los autores ya señalados) (Styles E, 2017).

“Un lugar central en este concepto lo ocupa la idea de la coordinación voluntaria de los recursos en la ejecución de tareas nuevas o no estructuradas. Como tal, involucra cambios de tarea, control inhibitorio, resolución de conflictos, detección de errores, distribución de recursos de atención, planificación, procesamiento de los estímulos novedosos y la ejecución de las acciones nuevas. En concordancia con la amplitud del

concepto, las regiones del cerebro que apoyan estas funciones son numerosas” (Fernandez, 2014).

Tabla 1. Regiones cerebrales involucradas en los modelos de la atención de: Mirsky & Duncan, y, Posner & Petersen

ELEMENTO DE LA ATENCIÓN	REGIÓN CEREBRAL INVOLUCRADA	
	MIRSKY & DUNCAN	POSNER & PETERSEN
FOCALIZACIÓN/EJECUCIÓN-ORIENTACIÓN	lóbulo parietal inferior, giro temporal superior y partes del cuerpo estriado	corteza parietal, surco precentral de la corteza frontal, colículo superior y tálamo
ATENCIÓN SOSTENIDA-VIGILANCIA	regiones del tectum y la formación mesopontina de la formación reticular del tallo cerebral, núcleo reticular del tálamo medio	cortezas frontal y parietal derechas
ALTERNANCIA-ATENCIÓN EJECUTIVA	corteza dorsolateral y circunvolución anterior	prefrontal y cingulada corteza cingulada anterior y área motora suplementaria, corteza orbitofrontal, corteza prefrontal dorsolateral, secciones de los ganglios basales y el tálamo

Tomado de: Fernández, 2014

Por otro lado, y para complementar lo anterior; como lo expone (Echavarría, 2013) quien toma las palabras de (Kolb, B. & Whishaw, I., 2009): “Se debe precisar que la corteza prefrontal es la máxima responsable del control de la atención, puesto que es capaz de mantener la atención sobre un estímulo relevante (atención selectiva) el tiempo que sea necesario (atención mantenida); además de mantener la atención en dos sucesos a la vez (atención dividida), y de dirigir la atención al estímulo adecuado. La monitorización de este proceso parece corresponder al cíngulo”.

Finalmente, para abarcar el estudio integral sobre la atención, es indispensable considerar el aporte en el proceso completo atencional de los neurotransmisores y las aminas biogénicas; las mismas que se relacionan directamente con el resultado esperado en cuanto al proceso atencional. Es así que, de acuerdo a Ponsford y Willmott (2004): del sistema de atención tienen un rol altamente complejo los neurotransmisores y las aminas biogénicas. Diversos estudios han probado su definitiva incidencia en la atención selectiva y en la capacidad de procesamiento, así como en la orientación y el redireccionamiento de la atención, además, tienen un papel de alta importancia en el

aprendizaje, la memoria, así como en otras funciones como los estados de ánimo (Styles E, 2017).

La Noradrenalina (NA) es dirigida a la corteza, principalmente al locus coeruleus (LC), cuyos axones viajan a lo largo del bucle tegmental dorsal y se proyectan hacia diferentes centros cerebrales. El sistema noradrenérgico es crítico para la vigilancia (*sistema de alerta*). “Sus circuitos neuronales duermen durante el mantenimiento de la conducta, pero despiertan cuando se presenta un estímulo fuerte y se produce la respuesta de alerta, preparando a todo el cerebro para el procesamiento de la información” (Styles E, 2017).

Por su parte, la dopamina constituye el 80% del total de las catecolaminas contenidas en el cerebro (sistema ejecutivo). El sistema dopaminérgico tiene tres tractos principales: nigroestriatal, mesolímbico/mesocortical y tuberoinfundibular, que se ramifican y distribuyen también hacia diferentes centros cerebrales (Styles E, 2017).

“La dopamina es el neurotransmisor más fuertemente asociado a la atención ejecutiva. Se estima que la dopamina ejerce una regulación de las zonas frontales a través de la vía mesocorticolímbica que involucra al área tegmental ventral, el núcleo accumbens, y la corteza prefrontal” (Fernandez, 2014).

Por otro lado, el sistema serotoninérgico, parte del rafe dorsal (RD) y sus neuronas se dividen en dos sistemas: el rostral, que se proyecta hacia diferentes partes del diencefalo, los ganglios basales, el sistema límbico y la corteza; y el dorsal, que suplente el mesencéfalo a otros centros cerebrales. Otras proyecciones se dirigen al cerebelo y la médula (Fernandez, 2014).

1.4. Psicopedagogía de la atención

Considerando que la Psicopedagogía se encarga de estudiar como aprendemos y que hace este aprendizaje en nosotros durante la vida. Tiene injerencia directa estudiar la función cognitiva superior denominada atención en el proceso del aprendizaje de una persona. Por ello la relación de la psicopedagogía y el entendimiento de la atención en cualquier proceso educativo tienen trascendencia y se considera como aporte

significativo para entender y/o mejorar las circunstancias para aprender en cualquier contexto y para cualquier individuo.

Es así que autores como Ubeda & Escriaxiñe (2002); López & Ballesteros (2003); Troiano *et al*, (2004); Escalante & Linzaga (2006); Fortoul *et al* (2006); Bautista (2006); Correa (2006); Barros (2007); Madrona *et al*. (2007) y Herrera (2009) más otros durante la actualidad; han publicado sus investigaciones en las que describen los estilos y estrategias de aprendizaje, que ciertos adultos emergentes de múltiples programas universitarios, utilizan para optimizar su aprendizaje focalizados en la atención. Así mismo es importante anotar que los referidos autores, han formulado teorías, que buscan relacionar estos elementos con el desempeño académico universitario (Bahamó *et al*, 2013).

(Avendaño, 2019) cita a Álvarez, *et al*, (2008), quien, en relación a lo antes expuesto, afirma que la atención está inmiscuida en gran parte de los procesos cognitivos, por lo que considera que la investigación en la evolución de los procesos atencionales, es complicado, dado que con normalmente es complicado separarlos de la codificación, de la memoria o de las funciones ejecutivas. En cambio, Hernández, (2008), citado por Avendaño (2019), dice que para el proceso atencional se convergen otros procesos cognitivos y se regulan mutuamente, enumera a procesos como memoria, autocontrol, motivación y capacidad flexible para adaptarse a las circunstancias. La atención se considera una situación neurálgica para el aprendizaje, se debe desarrollar de manera armónica acorde a cada edad y a la etapa que atraviesan los individuos.

Para el establecimiento de los estilos de aprendizaje, es pertinente precisar la relación que existe entre la atención y el cómo aprendemos. Esta relación de acuerdo a varios estudios, ha permitido definir que el estilo preponderante en los adultos emergentes corresponde al reflexivo, que se circunscribe a la observación y toma de datos.

Este modelo de aprendizaje está determinado como analítico, concienzudo y paciente (Chaea; Alonso, gallego y Honey, 1995).

En otro tema, estudios han definido que además de los modelos de aprendizaje más comunes en universitarios, se analizan en función del programa de pregrado del estudiante. Muy seguramente este hecho obedece a metodologías y exigencias propias de cada carrera (Bahamón, et al., 2013).

Lo anteriormente expuesto, conjetura que el éxito académico de algunos adultos emergentes que estudian en la Universidad, depende de sus cualidades analíticas y de aplicabilidad de la información adquirida y por su puesto de su capacidad atencional. “Se hace necesario que el estudiante cuente con un estilo y estrategias de aprendizaje, particulares a cada procesamiento para aprender; favoreciendo un mejor desempeño cognitivo” (Bahamón, et al, 2013).

A efectos de tener una visión holística del aprendizaje, se considera pertinente incluir una visión constructivista al respecto: “el aprendizaje es una operación mental que involucra una serie de procesos cognoscitivos (la atención), coordinados que se despliegan en la persona ante la ejecución de una tarea o ante la exposición de un problema que debe ser resuelto. Lo anterior, se constituye en el objetivo de la persona, quien enfrenta la situación mediante el uso de estrategias de aprendizaje específicas que le facilitan el proceso” (Ausubel, et al, 1993., Flavell, 1984., y Bandura, 1982, Gagné, 1987).

Gráfico 4. Fases en el procesamiento de la información



Tomado de Román y Gallego, citado por (Bahamó M, et al, 2013)

Las estrategias de aprendizaje pueden ser definidas en cuatro fases para el procesamiento de la información, Este concepto es operativizado en la denominada

“Escala de Estrategias de Aprendizaje (ACRA) de Román y Gallego” (1994). Y corresponden a las siguientes:

- ✓ “Fase de adquisición. En esta etapa es fundamental el proceso cognoscitivo de la atención, pues ésta se encarga de seleccionar, transformar y transportar la información desde el ambiente al registro sensorial (Román y Gallego,1994). Esta fase contiene:
 - (a) estrategias atencionales, encargadas de explorar la información previa y fragmentarla según los contenidos de conocimientos previos; y
 - (b) estrategias de repetición, las cuales tienen como función facilitar el paso de la información a la memoria a largo plazo, utilizando simultáneamente diferentes receptores como la visión, la audición, la cinestesia, el gusto y la motricidad”.

- ✓ “Fase de codificación de la información. Facilita la elaboración y organización de la información relacionándola y dándole significados para generar nuevos modelos mentales. Dicha fase contiene estrategias de nemotecnización, elaboración y organización de nueva información” (Camarero, et al, 2000).

- ✓ “Fase de recuperación de la información. Se encarga de desplegar estrategias de búsqueda en la memoria (búsqueda de codificaciones de indicios), estrategias de generación de respuesta (planificación y preparación de la respuesta escrita)” (Camarero, et al., 2000).

- ✓ “Fase de apoyo. Teniendo en cuenta que el procesamiento de información se da simultáneamente con otros procesos de naturaleza metacognitiva y cognitiva que pueden fortalecer, neutralizar u obstaculizar el funcionamiento cognitivo, en esta fase se activan estrategias metacognitivas de autoconocimiento y automanejo, estrategias afectivas (de auto instrucciones, autocontrol, y contra distractoras), sociales (para regular interacciones sociales) y motivacionales (para regular el aprendizaje a partir de la motivación intrínseca, extrínseca y de escape que experimenta la persona que aprende)” (Camarero, et al., 2000).

En otro tema, existen evidencias de que los adultos emergentes que no evidencian con facilidad alteraciones de atención, solicitan eventualmente ayuda en Bienestar Universitario refiriendo dificultades para concentrarse. En ellos se diagnostica un Déficit Atencional Intermedio DAI (Barkley, et al., 2003), el cual les inhibe parcialmente el uso de sus capacidades, evidentemente esto les exige mayor esfuerzo en el día a día. Existe evidencias que la deficiencia de dopamina puede producir el síndrome de Déficit de Atención, en este contexto y para objeto de estudio del presente ensayo, esta información se considera relevante ya que la pandemia puede vislumbrar problemas de concentración.

Una forma de tratamiento de esta problemática sin el uso de fármacos es el denominado “Método de autocontrol de la atención, Mindfulness, el cual mejora sustancialmente la falta de autorregulación de la atención o distraibilidad, desarrollando la autopercepción, la introyección, la memoria y el proceso del pensamiento, todo lo cual conlleva cambios sustanciales en la conducta y el estado de ánimo, y permite manejar mejor las situaciones conflictivas o el estrés. Kaejer, et al, en el año 2002 demostraron que el uso del método Mindfulness, al entrenar la atención plena, enfocada y sostenida conscientemente en el tiempo y sin distracciones, aumenta la producción de dopamina en el cerebro, lo cual normaliza estos circuitos neuronales y, por consiguiente, mejora los niveles atencionales” (Barragán R, Lewis S, Palacio J, 2007).

1.5. Interrelación de la Atención con otras funciones

A priori la atención es un elemento esencial para llevar a cabo la mayoría de procesos conscientes en el individuo, tales como aprender, memorizar, incluso escuchar una conversación, por lo que es pertinente revisar la relación que surge de la atención con otras funciones propias del ser humano (Hernández A, 2012).

La Atención y las Funciones Ejecutivas:

Al hablar de cognición, necesariamente nos debemos remitir a entender las funciones ejecutivas de las personas. Es importante exponer lo propuesto por Avendaño (2019), quien manifiesta que “las funciones ejecutivas se coordinan e interactúan para la consecución de objetivos, (aunque son procesos independientes y hacen referencia a un amplio conjunto de capacidades adaptativas) y a la vez permiten analizar en función de

lo que se quiere, cómo se consigue y cuál es el plan de actuación más adecuado para conseguirlo. Éstas diferencian al ser humano de otras especies animales ya que éste dispone de habilidades cognitivas para resolver situaciones complejas cuando las conductas habituales no les resultan útiles y no se obtiene inmediatamente la forma de actuar para lograrlo. Es ese momento entonces, en el que las funciones ejecutivas actúan y ayudan a optar por la conducta más adecuada” (Avendaño, 2019).

Relacionando el concepto anterior con la necesidad de autorregularse y utilizar estrategias mentales como la atención, se puede decir que para los adultos emergentes (objeto de este estudio), dichos elementos son muy útiles para que obtenga éxito en su desempeño académico. Asimismo, se puede complementar esta observación indicando que “si los estudiantes poseen adecuados niveles de funcionamiento ejecutivo, principalmente a nivel de planificación, auto monitoreo, control emocional, inhibición, flexibilidad, memoria de trabajo, entre otros, se puede prever que podrán enfrentarse a situaciones novedosas con una alta probabilidad de asegurar un resultado positivo” (Garello & Rinaudo, 2013).

De forma complementaria es importante citar que “para responder a las exigencias en los primeros años de estudio en la universidad, un estudiante necesita ejercitar un conjunto de comportamientos, procedimientos o estrategias de aprendizaje que le permitan conocer, comprender y transferir nuevos contenidos. El abordaje de cualquier actividad no se hace en blanco sino cargado de recuerdos, expectativas, habilidades, intereses, actitudes y características personales” (Monereo, 2001).

Por último, es importante referir que la opinión que tiene el estudiante sobre sus propias capacidades, (capacidad para resolver un problema denominada autoeficacia) es lo que determina la alineación del estudiante hacia una meta (Zimmerman B, et al., 2005).

La Atención y el Razonamiento:

Una forma de definir el razonamiento de manera simple y a la vez concreta es la siguiente: “el razonamiento corresponde a la acción de poner en conexión ideas que llevarán a una operación psicológica superior, comúnmente encaminada a la resolución de problemas. El proceso de razonamiento está relacionado con encontrar nuevas vías

para la resolución de una situación determinada, no hay una repetición, puesto que pretende encontrar nuevas conexiones entre ideas” (Hernández A, 2012).

En función de lo expuesto se puede decir que el razonamiento necesita de la atención, para que esta determine las ideas que no son indispensables, con esto se facilita la conexión de ideas, por ello, evidentemente el proceso de priorización de las mismas también está determinado por la atención, es importante indicar, que el razonamiento no está sustentado en la repetición; sin embargo, la atención puede sentirse “tentada” a enfocarse en cosas que se repiten y engañar al razonamiento. (Santiago J, et al, 2012).

La Atención y la Emoción

Tomando en cuenta la síntesis que propone Hernández (2012) de las definiciones complementarias que proponen Santiago J, et al (2012) y Martínez; en resumen, se puede conceptualizar a la emoción como “un representante de una experiencia psicológica, que se presenta de forma involuntaria, y que ayuda al sujeto a darle un valor al acontecimiento vivido, de forma que éste pueda dar una respuesta a su entorno personal y colectivo”.

La emoción tiene un rol muy importante en las decisiones que las personas toman, en muchos casos, suele ser el único agente para la toma de decisiones, no es extraño escuchar que las alternativas son seleccionadas por “la corazonada” por “el olfato” por lo cual puede actuar con inhibidor de la tarea, es por esto que una emoción negativa puede llegar a dificultar el proceso de la memoria, el del razonamiento, incluso la misma inteligencia, bloqueando la atención. Por otra parte, una emoción positiva favorece la flexibilidad al pensar, lo que a su vez incrementa el número de opciones al actuar de frente a una situación compleja y difícil, la atención se focaliza en lo importante. (Hernández A, 2012)

Para Hernández (2012). “Cuando la emoción es fuerte, las decisiones que se tomen, las conclusiones a las que se lleguen y los puntos en los que la atención esté fija, estarán permeados por esa emoción”. Por ello, estudios muestran que las personas en un

momento dado y específico, no son capaces de deslindarse de esa emoción; pueden hacer uso de estas para la consecución del objetivo.

“La concentración (la atención) es necesaria para un rendimiento óptimo. Pero hace falta algo más. Es necesario el control emocional para conseguir una ejecución eficaz. El control emocional sería lo contrario a que la emoción dirija la atención” (J. Santiago, F. Tornay, E. Gómez y M. Elosúa, 2012).

1.6. Psicopatología de la atención

Considerando que los procesos atencionales corresponden a las capacidades cognitivas que con mayor facilidad pueden verse afectadas por distintas patologías cerebrales, se identifican una cantidad importante de alteraciones de la atención, que pueden darse, incluso por lesiones corporales. Estas patologías dificultan el procesamiento de la información, ralentizado la disminución del proceso de atención o las dificultades con las tareas que requieren concentración. (Styles E, 2017)

Cuando un espacio cerebral se encuentra afectado por una lesión; esta lesión determinará la patología y el tipo de atención que se verá afectada por ello. “Cuando una lesión es masiva en las áreas profundas del encéfalo, la atención involuntaria es la que tendrá una alteración, por lo que el reflejo de orientación, también se verá afectado” (Hernández A, 2012).

Para los casos de deficiencias en la atención involuntaria, se puede identificar a la hipoprosexia, que se presenta como una merma en la atención, el individuo tiene problemas para focalizar la atención ante estímulos externos. Esta alteración, eventualmente está relacionada con lesiones en el encéfalo, por lo que evidencia problemas en el reflejo de orientación. La hipoprosexia también evidencia indicios de inactividad y apatía, con una pobre respuesta a los estímulos externos. (Hernández A, 2012).

La hiperprosexia, en contra parte, se evidencia como el aumento en la atención. Esto puede producirse por la estimulación en uso de drogas que activen al sistema nervioso, la hiperprosexia provoca que el individuo alterne de estímulo en estímulo constantemente y no pueda concentrarse en uno en específico, la persona muestra alta excitabilidad, se presenta como en una constante ansiedad, ante cualquier irritación o estímulo. (Hernández A, 2012)

Para Hernández (2012), quien cita a Luria, “afirma que, si existe una lesión en los lóbulos frontales del cerebro, la atención voluntaria que está relacionada con procesos superiores, es la que se ve afectada; la persona con una lesión en este segmento del cerebro, no solamente su atención se verá afectada sino una gran cantidad de procesos de orden superior, podrá mostrar una mayor actividad en el reflejo orientador, lo cual perturbaría la atención voluntaria. La alteración de la atención voluntaria provoca en una persona la dificultad de concentrarse en tareas sencillas, su atención se distrae y desvía con facilidad ante cualquier estímulo externo; es poco probable que preste atención a instrucciones verbales, su razonamiento se ve imposibilitado, lo cual tiene fuertes impactos sobre su comportamiento”.

Para Luria, como lo menciona Hernández (2012): “Otra alteración frecuente de la atención, se da cuando una persona puede experimentar momentos de fuerte agotamiento o situaciones similares al sueño (onroides). Se considera también en este apartado que incluso las neurosis o cualquier estado de perturbación emocional en las que se ven reflejadas cuestiones de personalidad, así como la dificultad que existe debido a las diferencias entre personas y personas, afectan fuertemente a la atención”.

Por último, como lo cita Hernández (2012), Luria en sus estudios sobre las alteraciones de la atención, concluye:

“La diferencia entre la inestabilidad de la atención voluntaria y las formas graves de su perturbación surgidas a consecuencia de lesiones de los lóbulos frontales del cerebro, radica en que en el primer caso se logra la compensación de las deficiencias movilizand o la atención mediante el refuerzo de las motivaciones, recurriendo a medios auxiliares de soporte y al afianzamiento de las instrucciones verbales; mientras que cuando están lesionados los lóbulos frontales y se destruye el mecanismo regulador

básico de la atención voluntaria, dicha vía puede no dar el efecto necesario. La inestabilidad de la atención voluntaria surge no sólo con motivo de estados patológicos graves del cerebro, sino también en aquellos otros del sistema nervioso que resultan del agotamiento y la neurosis [...]”

Otra patología muy frecuente de la atención es el TDA (*Trastorno de déficit de atención con y sin hiperactividad*), trastorno que muestra alteraciones en la alternancia de la atención ejecutiva y atención sostenida. Fernández (2019), amplía este tema citando a Mirsky y Duncan, quienes sostienen que son cuatro los elementos afectados de la atención en el TDAH: focalización/ejecución, atención sostenida, alternancia y estabilidad. No obstante, otros autores no asociaron diferencias alarmantes que reportar en niños con TDAH en cuanto a orientación, lo que lleva a analizar que parece estar determinado por cuestiones metodológicas (test utilizados, diseño metodológico, etc.).

“Por lo expuesto, definitivamente cualquier falla o dificultad manifiesta en los procesos atencionales de un individuo, se convierte en una menor capacidad de análisis y síntesis, así como en la disminución en las funciones ejecutivas mentales normales, presentando una reducción en el normal proceso cognitivo” (Barragán, et al, 2007).

CAPÍTULO II

ADULTEZ EMERGENTE

La adultez emergente es parte de un período evolutivo en los seres humanos en edades comprendidas entre 18 y 29 años de edad. La Psicología evolutiva describe al período de desarrollo situado entre la Adolescencia y la Adultez como Adultez Emergente (AE), cuya característica más relevante es que la mayoría de jóvenes que transitan por ella, no se consideran adolescentes, pero tampoco se sienten que han alcanzado la Adultez.

Para Arnett, Kloep, Hendry & Tanner (2011), la Adultez Emergente es un período único y diverso que presenta particularidades específicas que pueden modificarse dependiendo de la ubicación sociocultural del individuo. Para ampliar este concepto, Arnett profundiza en que este período se manifiesta como un fenómeno cultural en sociedades industrializadas a partir de los cambios sociodemográficos de las últimas décadas tales como el aumento del acceso a la educación universitaria, el aumento laboral, y la postergación de hitos como el matrimonio y tener hijos.

Este período se define por ser una etapa en la que las personas han adquirido cierto grado de madurez, pero no han alcanzado aún una estabilidad en el campo personal, laboral, familia y/o económico.

Usualmente, cuando hablamos de la época de vida universitaria, se integran como parte de esta etapa evolutiva del desarrollo humano a los adultos emergentes. Se lo abarca como un período de interés por sí misma, durante este período de la vida se efectúan cambios a todo nivel: físicos, orgánicos, académicos y de desarrollo personal y profesional. Idea similar la manifiestan Manzano-Soto & Roldán Morales (2015), quienes hablan de que el paso de la secundaria a la universidad puede darse como un proceso de transición académica compleja, pues constituye un momento crítico dentro de un período de múltiples transformaciones trascendentales.

Erickson por su parte, al referirse en su teoría del Desarrollo Psicosocial a los jóvenes, estableció en su quinta etapa la denominada Identidad vs confusión de identidad, la misma que abarca la adultez emergente. Esta etapa se caracteriza por

cambios físicos y orgánicos, psicológicos, afectivos, todos relacionados básicamente en la identidad y la definición propia de ella en el individuo y de la que las personas de su entorno perciben en él; toda esta identificación consigue cumplir con las tareas y retos que supone la etapa de adulto emergente.

Para continuar con la fundamentación teórica del presente estudio, se consideró pertinente presentar datos estadísticos de la población de adultos emergentes en la sociedad ecuatoriana donde se realizó la investigación. Por lo antes expuesto, el rango de adultos emergentes, de acuerdo a los resultados reflejados en la página web del Instituto Nacional de Estadísticas de Censos (INEC) en Ecuador, en el año 2010, los jóvenes en edades comprendidas de 15 a 29 años de edad ascendían a 3'912.227 individuos, de los cuales, de acuerdo a la misma tabla: 723.423 jóvenes se encuentran ubicados en la provincia de Pichincha, y de ellos: 458.747 jóvenes se encuentran en el Cantón Quito. Considerando que en nuestro país la población total asciende a 17 millones de personas, diríamos estadísticamente que los jóvenes emergentes representan más del 20% de la población total en Ecuador.

2.1. Características Generales

La Psicología del Desarrollo se ha enfocado en estudiar y profundizar en las etapas del ciclo vital de los individuos, es decir procura investigar y aportar al vislumbra miento humano desde el nacimiento hasta la muerte. Dichas etapas del desarrollo se han definido como niñez, adolescencia, adultez y vejez; y de todas ellas la más prolongada es la adultez.

Estas etapas por las que atraviesa la persona, no han sido delimitadas con exactitud por los investigadores, ya que se ha concluido que existen determinantes biológicos y psicológicos que varían entre individuos por su complejidad y peculiaridad. Es así que, por ejemplo, aunque en la edad adulta se considera que la persona se encuentra en una etapa de trascendente maduración biológica, es importante considerar que los procesos psicológicos ya no dependen únicamente de ello, sino de la experiencia y vida propia del individuo y de dicha asimilación. Por ello, la edad adulta se considera una etapa condicionada por factores de todo tipo, entre ellos los sociales,

debido a que cada sociedad donde radica o vive la persona es diferente a otra y esas diferencias y cambios hacen que el desarrollo vital sea distinto de persona en persona (Uriarte J, 2005).

Para autores como Arnett (2000), Nevid (2010) y Refaeli (2017), el contexto cultural es la que estructura y delimita el grado en el que los adultos emergentes se hacen responsables de los roles que les corresponden como adultos, consideran que incluso características propias de la adolescencia podrían exacerbarse en los adultos emergentes. Es por ello que consideran que la adultez emergente únicamente existiría en sociedades donde su cultura permita una transición gradual de adolescente a adulto. Este criterio deja una gran brecha a considerar en cada sociedad ya que los datos demográficos de su población no son normativos.

Considerando estos criterios, Arnett (2007) esquematizó las situaciones normativas de la AE en 5 dimensiones:

- a) Exploración de la identidad: El adulto emergente de acuerdo a sus interés y habilidades explorará en las relaciones románticas y laborales que permitirán proyectar compromisos estables o no a futuro.
- b) Inestabilidad: Considerada una característica muy usual y diversa en esta etapa: cambio de trabajo, emanciparse de sus padres, convivir con otras personas o mudarse y vivir solo, profesión, etc.
- c) Egocentrismo: Es la edad del enfoque es si mismo, y aunque experimentan cierto grado de libertad, independencia y responsabilidades, no se consideran en control completo personal ni de sus padres o adultos. Se enfocan en desarrollar habilidades que les faciliten enfrentar las responsabilidades cotidianas de la vida adulta con la confusión de en ciertas situaciones sentirse subjetivamente adolescentes.
- d) Sentirse en el medio: La autonomía como característica genera confusión y un grado de distorsión en los adultos emergentes, ya que no se perciban como adolescentes ni como adultos por completo. Son reflexivos ante la toma de decisiones, aceptan responsabilidades de esas decisiones.
- e) Edad de las posibilidades: Para los adultos emergentes esta disyuntiva de sentirse en medio, les genera esperanza y altas expectativas de su vida a futuro. Consideran como oportunidad el realizar cambios evidentes de

cualquier índole ya que no cuentan con las mismas restricciones de cuando eran niños o adolescentes, ni tampoco cuentan con los compromisos y responsabilidades de considerarse adultos.

Como lo expone Uniarte J, (2005), el estudio permanente sobre esta transición entre adolescencia y edad adulta, denominada adultez emergente; es motivo de estudio constante. En esta etapa se considera que los jóvenes, sobre todo, empiezan una pugna personal y familiar por conseguir su independencia, este hecho se considera una meta común en la gran mayoría de jóvenes. Debido a esta dificultad en delimitar este período, los especialistas evitan encasillar conceptualmente la abundancia y variabilidad psicológica de las personas quienes transitan o han transitado por esta etapa.

Es interesante resaltar que, el adulto emergente no necesariamente depende de su edad cronológica, sino que dependerá también de su identidad personal y la comunicación que mantenga con los demás, lo mismo que le propiciará un status, siendo así, la Adultez Emergente vendrá marcada por un status más que por su edad cronológica actual. Se diría que un joven de veinte años se considerará adulto cuando su entorno así lo catalogue y lo trate como tal, en cuanto a la asunción de responsabilidades, cuan autónomo se muestra dentro o fuera de su hogar paterno.

“Como dice Gould (en G. Craig, 1988), en esta etapa los jóvenes van cambiando su concepción del mundo y de sí mismos, deben abandonar esa identidad adolescente; rechazan el control de los padres y deciden ir creando una nueva identidad que no sea como la de sus adultos-padres. Se trataría de una identidad propia de joven para siempre, con las ventajas de ser adulto con libertad y autonomía para decidir por sí mismo sobre sus asuntos, pero sin las obligaciones, compromisos y responsabilidades adultas” (Uriarte J, 2005).

En concordancia con lo antes expuesto, como lo citan Lally & Valentine-French, (2019), podría considerarse que las principales diferencias entre la Adultez Emergente, la Adolescencia y la Adultez Temprana, deben analizarse y definirse de acuerdo a particularidades propias de cada etapa, siendo así que en primera instancia se puede diferenciar en el cuestionamiento propio de la identidad, de la elección de una profesión

y en sus relaciones íntimas; para en segunda instancia radicarían en la necesidad de exploración; este planteamiento torna al joven en inestable debido a su propio análisis para toma de decisiones en cuanto a los cuestionamientos de primera instancia (identidad, elección de profesión y relaciones íntimas). Otra diferencia a citar radicaría en el enfoque en sí mismo que caracteriza a los jóvenes en esta etapa, donde no asumen responsabilidades hacia otros logrando con ello una libertad en el actuar. También se debe analizar la característica de esa posible sensación de estar en la mitad de (en la asunción de responsabilidades, el ser autónomos, etc.). Por último, esa necesidad en potencia de actuar en pro de los sueños y metas, por lo cual lo considera como una oportunidad propicia para tomar decisiones y con ello definir la etapa de evolución de la que se alejaría y la que iniciaría. (Jiménez E, Monroy L, 2020).

Tanner y Arnett (2009), proponen que la principal tarea psicológica en esta etapa de vida, se podría definir como “volver a centrarse”, distribuyéndose este proceso en 3 momentos: 1. El adolescente da el paso hacia la adultez emergente con un cambio notorio en cuanto a las relaciones que establece y las dinámicas que ello conlleva, se manifiesta un cambio considerable en los vínculos y roles que se generan tornándose equilibrados y equitativos. 2. El joven trabaja en asumir con responsabilidad y compromiso los roles y relaciones de carácter temporal o transitorio, con el interés de discernir en el campo laboral y del amor. 3. El joven se siente capaz de comprometerse con roles y responsabilidades de la adultez que se tornan duraderas y perennes con el tiempo, como es el matrimonio, trabajo, etc.

El “volver a centrarse” es un proceso primordial de la adultez emergente. Esta diferenciación y separación se ha establecido que no es lineal, se pueden evidenciar adelantos y retrocesos en este proceso de individuo a individuo en edades similares, también ello dependerá de los objetivos que se ha trazado la persona en los ámbitos académicos, sociales y conductuales que desembocarán en la ejecución de metas profesional e íntimas (Tanner J, Arnett J, 2009).

En cuanto al desarrollo emocional del Adulto Emergente, como ya se ha mencionado en líneas anteriores, es importante enfatizar sobre la necesidad primordial de generar autonomía emocional con respecto a los padres, la misma que no se da como separación total, sino como una construcción mutua y de reciprocidad (de adulto a

adulto). Ello también sucede debido a que muchos Adultos Emergentes no han logrado emanciparse de sus padres completamente por varias razones como la económica, ello conlleva a mantener un sistema relacional familiar particular a la que se adaptan mutuamente, (Torres F, 2015).

Razonamiento del Adulto Emergente

Autores como Torres, F (2015), sostiene que la Adulthood Emergente además de reflejarse en cambios socioculturales, subyacen a los lineamientos de razonamiento y comportamiento, característicos de esta etapa.

Los Adultos Emergentes se destacan por direccionar sus esfuerzos a ser más reflexivos y críticos, buscando perfeccionar sus capacidades de pensamiento abstracto y de tipo holístico en el que las variables intervinientes son de carácter social; es decir un pensamiento postformal para procurar decisiones acertadas, lo que desemboca en un esfuerzo para evitar la ambigüedad e imprecisión. (Torres F, 2015).

Es importante considerar que la apertura mental para el juicio y el pensamiento crítico, es pensar sobre las situaciones y examinar sus matices y significancias; la intención sería no precipitarse a concluir, sino analizar y evaluar las posibilidades; tener la apertura para variar ideas en base a evidencias, lo que le permitía ponderar de manera oportuna cada una de ellas.

El razonamiento lógico toma un rol fundamental al igual que los elementos emocionales y la experiencia personal. (Torres F, 2015). “Los adultos emergentes van a ser capaces de afrontar una mayor contradicción y diversidad, así como asumir y manejar adecuadamente el rol que les corresponde en la gestión de su conocimiento” (Labouvie-Vief G, 2006).

Para Schaie K, y Willis S (2003), el razonamiento de los jóvenes emergentes está direccionado a pensar en la emancipación paterna (económica, personal y afectiva), gracias a la posibilidad de adquirir un trabajo, una vivienda propia, la posibilidad de matrimonio, paternidad, es decir, adquirir responsabilidades y compromisos personales y sociales. Este pensamiento está estrechamente ligado a la dualidad entre la necesidad de entablar relaciones afectivas íntimas, y el temor a perder la independencia a causa de

una relación formal que genere compromiso. Eventualmente el Adulto Emergente solventa esta contradicción, independizándose subjetivamente de sus padres, evitando el compromiso formal con una pareja y equilibrando su relación de pareja con relaciones de amistad más amplias, que siguen siendo muy importantes para él.

CAPÍTULO III

LA ATENCIÓN EN EL ESTUDIANTE UNIVERSITARIO (ADULTO EMERGENTE) EN EL CONTEXTO DE LA PANDEMIA POR COVID 19

“Los jóvenes que ingresan a la universidad deben enfrentar una serie de retos personales, relacionales, familiares e institucionales que requieren atención y apoyo específico que faciliten su permanencia y posterior culminación académica” (Almeida, et al, 2002). “El ingresar a una institución de educación superior y terminar una carrera profesional se convierte para muchos estudiantes en una meta, que determina su proyecto de vida profesional y de desarrollo para su familia” (Oliha & Audu, 2015 por (Caballero-Dominguez, C., et al., 2018).

Considerando la carga académica, emocional y psicológica que implica estudiar en la Universidad, sumado a lo abrumante que puede considerarse para los estudiantes lo cotidiano de adaptarse; es relevante considerar como eje para análisis la situación de la Pandemia por Covid-19, que desde hace poco más de un año se presentó como agente imprevisto de importancia radical.

En el mes de marzo del 2019, se dictaminó la declaratoria universal de Pandemia por Covid-19, la misma que ha obligado a todo el mundo a adaptarse en tiempo récord y a procurar una normalidad relativa en todos los ámbitos, provocando además una crisis generalizada y sin precedentes que abarca todos los ámbitos; como por ejemplo en la educación, ya que, ha dado lugar a un cierre masivo de actividades presenciales en más de 190 países a nivel mundial para prevenir la propagación del contagio del virus y mitigar su impacto.

Al respecto, la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL-Unesco) (2020), ha manifestado que se debe considerar que incluso, previo a la pandemia, la situación social en Latinoamérica se encontraba resquebrajada, debido al incremento de índices como los de pobreza y pobreza extrema, desigualdades y descontento social. Bajo este panorama, se consideró que la pandemia tendría relevantes efectos perjudiciales en

diversas porciones sociales, incluidas las de la salud y de la educación, además del empleo y la evolución de la pobreza.

Es relevante que el mismo estudio (CEPAL-UNESCO 2020), muestra que en el campo educativo, ante la crisis, las principales medidas que adoptaron varios países de la región, se relacionan (como se dijo en líneas anteriores), con la interrupción de las clases presenciales, lo que ha obligado a generar el despliegue de modalidades de aprendizaje en línea / a distancia (en uso de una diversidad de recursos tecnológicos y plataformas), favorecer la movilidad de personal educativo, la atención a la salud y procurar en la medida de lo posible el bienestar integral de los estudiantes.

La necesidad de adaptarse a la realidad educativa ha considerado para muchos, un retroceso o estancamiento en este ámbito, ya que los estudiantes sienten o perciben que la consecución de esta autonomía educativa obligada no está logrando aprendizajes significativos para ellos.

Según el estudio realizado por Guzmán y Tamayo (2020), sobre las principales consecuencias que puede causar la cuarentena en la salud mental de la población, se concluyó que la población más afectada por el contexto pandémico son las mujeres, los adultos emergentes en edades alcanzadas entre 18 y 29 años de edad, y aquellas personas con niveles de ingreso económicos inestables o inferiores al básico. De igual manera otro estudio similar realizado por Profamilia, PMNCH, OMS y IPP, (2020) concluyó que la mayoría de adultos emergentes expresan haber sentido: ansiedad, estrés, aburrimiento, sentimiento de tristeza, nervios, miedo o fatiga; siendo el factor común para sentir o percibir lo anterior: estar encerrados, aislados, confinados, con alteración de rutinas diarias o rutinas de estudio, imposibilidad de salir a trabajar, estudiar, ver amigos o familiares (The PMNCH. WHO, PAHO WHO y Asociación Profamilia, 2020, p11).

3.1. Pandemia Coronavirus COVID 19

Considerando el tema de estudio del presente ensayo, es necesario abordar conceptualizaciones básicas sobre la pandemia y sus implicaciones en el ámbito atencional de la población adulta emergente.

La definición establecida en el diccionario de la Real Academia Española, “Pandemia es una enfermedad que se extiende a muchos países o que ataca a casi todos los individuos de una localidad o región” (Real Academia Española, 2001); esta definición tiene una estrecha relación con los términos etimológicos de los que proviene la palabra pandemia, cuya raíz es griega y significa “demos”-pueblo y “pan”-todos (Isaacs, D, 2010). Para el autor citado, lo que identifica y diferencia a una Pandemia de otras manifestaciones de una enfermedad, es la gran velocidad con la que se difumina contagiando a toda aquella persona que no cuenta con inmunidad contra el agente patógeno que la produce.

Tabla 2: Fases de una Pandemia

Fase 1	Inter pandemia: se identifican posibles virus que existan en animales con potencia de contagio a seres humanos.
Fase 2	Confirmación de contagio en seres humanos por transmisión de animales
Fase 3	Se describe posible población afectada por la enfermedad, con características comunes y con posible transmisión a congéneres
Fase 4	Trasmisión de persona a persona, trasmisión comunitaria. Países tienen la responsabilidad de notificar al órgano regulador mundial de la Salud OMS.
Fase 5	Poblaciones afectadas, de por lo menos 2 países de una misma Región (OMS lo comunica).
Fase 6	Declaración de pandemia por contagio entre varios países

✓ Tomado de (Rosselli D, 2020).

La humanidad a través del tiempo, ha sido embestida por varias pandemias, cuyos registros han sido conservados a través de la historia, los principales de nuestra Era son:

- Peste negra (1345-1351) – la cual según múltiples autores causo más de 200 millones de muertes.
- Gripe española (principios del siglo XX) – causo aprox. 500 millones de muertes.

En la actualidad, la pandemia que nos azota, tiene mucha relevancia, y preocupa al mundo por la rapidez de su contagio tomando en cuenta la globalización en la que el

mundo está inmerso. Ahora, el contagio de un virus considerado pandemia, puede distribuirse a través de cualquier medio de transporte humano (aéreo, terrestre, marítimo, etc.), con mucha agilidad.

Para concluir, al abordar este tema, se torna imperativo considerar la respuesta de los gobiernos a nivel mundial ante la rápida propagación y sin precedentes de la Pandemia Covid 19, la misma que como consecuencia ha provocado un estancamiento en el crecimiento de la economía mundial. La historia demuestra con hechos, que una Pandemia de esta naturaleza como lo es el Covid 19 puede tener un importante impacto clínico, psicológico, formativo y profesional en la población más vulnerable, dentro de la que considera debe incluirse a los jóvenes por el contexto y problemática emocional que pueden atravesar a causa de la posible sensación de desamparo, falta de consideración o protección como sociedad dejándolos relegados.

Pandemia por Covid 19 en Ecuador

La pandemia Covid 19, empezó a darse a notar en el mundo a partir de diciembre de 2019, como una noticia lejana y que ocurría en el otro extremo del planeta. De acuerdo a las fases para considerarse una pandemia, inicialmente no se la consideró como correspondía, por tal razón la población mundial fue tomada por sorpresa.

Existe registro de que el primer caso comprobado y evidenciado, se dio en China, (Wuhan), y debido al contexto y su entorno, fue suficiente para propagar de manera ágil el virus. A pocos días de evidenciada la existencia de Covid en Asia; el 13 de enero del 2020 en la ciudad de Tailandia, se registra el primer caso confirmado de Covid 19; mientras que, al otro lado del continente en Estados Unidos, el 23 del mismo mes, se confirma el primer caso de Covid 19. Posteriormente la confirmación de casos de Covid alrededor del mundo se hace expansiva y alarmante y en todos los continentes del mundo. (Taylor S, 2019).

En Ecuador el primer caso detectado por Covid 19, fue considerado importando, ya que la paciente ecuatoriana quien llegó desde España el 14 de febrero del 2020, se considera introdujo el virus en el país. La paciente inicialmente no presentó síntomas, y para el 27

febrero las presentó y al realizarse una prueba se confirmó las sospechas, posterior a ello fue hospitalizada y semanas después falleció.

Medidas de bioseguridad ante el Covid

El principal órgano regulador mundial de la Salud, OMS, propuso y divulgó a nivel mundial las principales recomendaciones para controlar la transmisión, que consistieron básicamente en lavarse las manos frecuentemente y procurar distanciamiento físico (recomendable de un metro a metro y medio de distancia), distanciamiento social. A este tipo de recomendaciones le siguieron instructivos y normas gubernamentales propias por país para evitar elevar la mortandad y saturar los centros de salud. Las principales medidas y estrategias adoptadas en nuestro país fueron:

- ✓ Cuarentena - Restricción de movilidad: confinamiento obligatorio (marzo 2020). La intención de esta medida de control se dio para evitar el contagio masivo de persona a persona.
- ✓ El confinamiento implementado en nuestro país, en pocos meses de imposición se transformó en distanciamiento. Con las debidas medidas y regulaciones recomendadas, procurando el cuidado sobre todo de la población considerada vulnerable.
- ✓ Uso obligatorio de mascarillas.

3.2. Consecuencias de la Pandemia en la función de la atención

Las medidas de bioseguridad implementadas en Ecuador y en la mayoría de países en el mundo, son beneficiosas y necesarias para erradicar la expansión del virus. Sin embargo, ha saltado a la luz que la medida adoptada en varios países de la región, incluyendo la nuestra “el confinamiento”, ha tenido efectos nocivos y preocupantes en la salud mental de ciertos individuos.

Al considerar que los efectos mentales que pudo vislumbrar el confinamiento y aislamiento social por el Covid 19, necesariamente vamos a hablar de las implicaciones psicológicas, emocionales, personales, académicas, educativas y de toda índole en las personas de toda edad; incluyendo a los adultos emergentes entre la población más afectada en este sentido.

Siendo la salud mental una parte esencial de la salud integral, autores como Casagrande M *et al* (2020), manifiestan que la ansiedad, síntomas asociados a trastornos de estrés post traumático, malestar psicológico y mala calidad de sueño, pueden ser algunas de las repercusiones emocionales a causa de la cuarentena y aislamiento. Manifiesta además que muchas personas pueden experimentar miedo, ansiedad y rabia por estar confinados de manera obligatoria sin su voluntad, estas sensaciones y sentimientos podrían tener efectos psicológicos graves y de larga duración.

Brooks, S *et al* citado por (Jiménez E, Monroy L, 2020), por su parte al respecto, expone que los efectos psicológicos que desencadena el aislamiento social, producto de la pandemia por Covid 19; puede provocar afectaciones en el individuo de manera proporcional a la prolongación de la cuarentena. Los principales efectos del aislamiento social son el temor a salir e infectarse, la frustración, el aburrimiento, la repercusión económica, falta de recursos para la adquisición y pago de servicios básicos, la falta de información sobre lo que realmente está sucediendo.

Es importante destacar que las implicaciones del confinamiento en la salud mental son muy significativas, considerando que, para una persona su habilidad para funcionar, como lo mencionan (Jiménez E, Monroy L, 2020) tiene como arista principal su dimensión social que inicia por la familia, amigos, colegas y compañeros concluyendo con la sociedad en general con la cultura y contexto que la caracterice y tenga injerencia en el actuar y desempeño de la persona. Siendo así, y tomando las palabras de Bhugra *et al* (2013), es necesario considerar que la salud mental se define por lo que piensa y siente una persona con respecto a si mismo y a su vida, repercutiendo este pensamiento en como actuará y se comportará ante las adversidades. Los autores antes mencionados, plantean que esta situación podría afectar el funcionamiento y aprovechamiento de las oportunidades que se encuentren al alcance de la persona y la toma de decisiones.

Con la pandemia, se volvió esencial procurar el equilibrio con una salud integral que nos proporcionan la salud física, psicológica, cognitiva, social y emocional. Este estado de equilibrio, como lo manifiesta Galderisi *et al* (2015), durante la vida no se mantiene inmutable, sino que varía durante el ciclo de la vida, es decir irá cambiando a medida que la persona se desarrolle en cada etapa, entendiéndose este cambio como una transformación en diversas áreas y como una adquisición de estrategias y herramientas para enfrentarse a la vida, de ser posible con resiliencia y autorregulación.

Esta homeostasis por medio de la autorregulación, se espera que mantenga a la persona en equilibrio como respuesta del organismo para mantener un estatus. La adaptación hedónica, según Frederick y Loewenstein en 1999: “implica cambios cognitivos en intereses, valores, metas, atención o en la caracterización de una situación”. Para llegar a este estado, se requiere de un proceso psicológico en el cual las personas se acostumbren a un estímulo positivo o negativo y de esta forma, los efectos emocionales del estímulo se vean atenuados con el transcurso del tiempo. (Lyubomirsky S, 2011).

Al respecto Frederick y Loewenstein (1999), continúan planteando que es trabajo de la adaptación hedónica dar de una respuesta consciente de alejar nuestra atención de cualquier problemática y dirigir la atención a pensamientos o situaciones más agradables, esta estrategia disminuye notablemente la cantidad de pensamientos negativos o tristes.

Considerando lo anteriormente expuesto, en general, los procesos adaptativos, así como los factores sociales, con relevantes al momento de abarcar el estudio del Covid 19 y sus implicaciones (Jiménez E, Monroy L, 2020).

Cullen W, et al (2020), concluyen que es esperable que durante cualquier brote de enfermedad infecciosa, las manifestaciones de tipo psicológico y mental intervienen en la forma en la que se propaga el virus, en las manifestaciones de malestar emocional, y en el desequilibrio social que puede presentarse durante y posterior a un brote.

Las reacciones psicológicas pueden determinar el compromiso y adherencia que presentan las personas ante las medidas frente a la pandemia: como el aislamiento social, el uso de tapabocas, el aseo y lavado de manos constante, la vacunación y en general en la manera en que enfrenten la amenaza de una infección y los duelos que puedan darse en este proceso. Es evidente que la ansiedad por el futuro inmediato o a

largo plazo, el incumplimiento de planes y metas, o la ansiedad de contraer el virus, sin considerar además la ansiedad que provoca el tener un familiar enfermo o la responsabilidad de aportar con recursos económicos o financieros; van a generar en las personas reacciones emocionales o psicológicas que afecten su calidad de vida, y su manera de enfrentarse a los retos cotidianos.

Entre las implicaciones de las funciones superiores por la pandemia Covid 19, se encuentra como primordial La Atención, que tiende a ser una de las funciones más afectadas en las personas ante una causal estresora y, que, a su vez, puede afectar otras funciones cognitivas que impliquen la detención o postergación en la consecución de objetivos.

3.3. Relación de la Atención y la población adulta emergente en el contexto de la Pandemia por COVID-19

Cuando discurrimos en que los adultos emergentes enfrentan situaciones de índole personal, socioeconómico y académico; las mismas que muchas veces pasan desapercibidas debido a su entorno, se ha determinado que la atención juega un rol decisivo en aquellos individuos que padecen de algún nivel de desatención, el cual, no se lo trata debido a un ocultamiento, o porque no manifiesta síntomas o signos evidentes que no generan una incapacidad indudable, esto también, debido a que un estudiante en contexto universitario, por lo general puede obtener buenas calificaciones en algunas materias o incluso pasa el semestre; pero, esta tensión que surge dentro del adulto emergente y su capacidad atencional, puede acarrear consecuencias de toda índole y en varios ámbitos como el psicológico, académico, emocional (Barragán R, Lewis S, Palacio J, 2007).

Ahora, considerando que la atención, sobre todo la atención selectiva, es una herramienta primordial de la que los adultos emergentes hacen uso en el proceso enseñanza /aprendizaje. Para Botella (2000), referenciado por Barrera- Hernández A & Vinnet E (2017), “la atención selectiva sería esa capacidad que demuestran los sujetos, dependiente de sus beneficios individuales para focalizar su actividad cognitiva a lo que es relevante y no a lo que es irrelevante” (Barrera-Herrera A, Vinet E, 2017).

En el mismo contexto, autores como Barragán R, Lewis S & Palacio J (2007), consideran que los adultos emergentes con problemas atencionales, al no concretar adecuadamente la interacción de la información, pueden generar consecuencias desfavorables, entre ellas, la que más se destaca y más implicación puede mostrar, es la concentración por lo que además se le dificulta explorar de mejor manera sus propias capacidades.

Otros estudios sobre la relación de las variables en estudio, se ha enfocado en los modelos que hablan sobre la atención y su evolución y adaptación. “Esa idea de que la atención en algún momento era limitada, quedó abolida; y, en la actualidad se ha comprobado que la atención es moldeable y se potencia gracias a la práctica; por lo que, se la considera un mecanismo activo que va mejorando y construyéndose, gracias a que cada individuo así lo decide con voluntad y trabajo, con lo que genera un potencial atencional propio de acuerdo al contexto y su entorno” (Barrera-Herrera A, Vinet E, 2017).

Por otro lado, considerando que los adultos emergentes, se encuentran inmersos en un proceso de cambios internos, tanto cognitivos, psicológicos, afectivos, etc.; es importante destacar que sus procesos cognitivos, mientras quedan completamente establecidos íntimamente, estarán sujetos a cambios y procesos propios de esta transición. Como se dijo en líneas anteriores, los adultos emergentes, podrán adaptar su proceso atencional de acuerdo a su vida y necesidades propias. Cabe destacar que la atención como proceso es esencial e indispensable para fijar conocimientos, es necesario que esta capacidad produzca aprendizajes significativos.

Resumiendo, es importante relacionar las variables presentadas y analizadas en el presente ensayo. La atención en los adultos emergentes y el contexto pandémico como agente estresor exógeno; se han engranado de varias y distintas maneras, y su conjunción ha proyectado afectaciones diferentes entre sí y de individuo a individuo. Siendo así, a continuación, se presenta un compendio a manera de tabla con la posible afectación que puede manifestar la capacidad atencional en adultos emergentes / estudiantes universitarios, debido al contexto de la pandemia por COVID 19.

Tabla 3. Evidencia científica de artículos académicos que abordan las capacidades atencionales en el adulto emergente.

AUTOR	TÍTULO	AÑO	TIPO DE INVESTIGACIÓN	CONCLUSIONES
Hernández, A.	“Procesos Psicológicos Básicos” (Hernández A, 2012)	2012	Revisión sistemática	Como principales conclusiones se puede considerar que las afectaciones en la atención pueden deberse a lesiones orgánicas, agotamiento, neurosis o cualquier resultado de perturbaciones emocionales en las que se ven proyectadas cuestiones de personalidad diferentes de individuo a individuo. Esto quiere decir que en un adulto emergente que se encuentra expuesto a agotamiento o perturbación emocional, resultado de la pandemia, podrá manifestar alteraciones en su capacidad atencional a partir de estos estímulos circunstanciales.
Caballero C, Gallo Y, Suarez Y.	“Algunas variables de Salud Mental Asociadas con la propensión al abandono de los estudios Universitarios” (Caballero, et al, 2018)	2018	Estudio observacional, analítico y trasversal	<p>El estudio ha permitido evidenciar que situaciones externas y estresores (p.e. la pandemia), pueden generar burnout académico con la consecuente manifestación de una merma en la capacidad atencional al igual que dificultades en la resolución de problemas; además demostró relacionarse negativamente con la autoeficacia, situaciones que pueden conllevar a que el adulto emergente se considere vulnerable y abandone su preparación académica,</p> <p>Se concluye que la ansiedad que se genera por situaciones externas, actúa como un ingrediente de riesgo para la disminución de la capacidad atencional que puede</p>

				desencadenar en abandono escolar.
Camargo, A.	Efectos del estrés social agudo sobre la atención selectiva en estudiantes Universitarios	2014	Estudio de enfoque cuasi experimental con diseño de medidas repetidas	Los resultados del estudio, sugieren que las diferencias individuales, sociales y culturales no afectan de manera considerable el rendimiento en la implementación de las tareas que requerían de la atención selectiva.
Bahamón M, Vianchá M, Alarcón L, Bohorquez C.	“Estilos y estrategias de aprendizaje relacionados con el logro académico en estudiantes universitarios” Bahamon, et al, 2012).	2012	Investigación con diseño experimental, cuantitativo transversal-correlacional	El desenvolvimiento académico de adultos emergentes parece no depender únicamente de la capacidad atencional y mnésica de los mismos para retener y evocar información, se presume que requiere de habilidades para analizar, transformar y aplicar; por lo cual un adulto emergente requeriría de estrategias de aprendizaje específicas de procesamiento, para aprender enriqueciendo el desempeño cognitivo. Además de lo antes expuesto, la investigación presentada muestra el hecho de que en las fases del aprendizaje en las personas (adultos emergentes), la atención que se encuentra en la fase de adquisición del aprendizaje, es fundamental pues se encarga de discernir, convertir y llevar la información desde el exterior hasta los registros sensoriales, es decir esta fase cuenta con recursos atencionales encargados de revelar la información previa y fragmentarla según los contenidos de conocimientos previos y las estrategias de repetición que facilitan el tránsito de la información a la memoria de largo plazo en uso de diferentes receptores.

<p>Barrera A, Vinet E</p>	<p>Adulthood emergent and characteristics of the cultural stage in Chilean university students</p>	<p>2017</p>	<p>Investigación cualitativa</p>	<p>La investigación reveló la importancia de la exploración general que realizan los Adultos Emergentes en la Universidad, la cual les permitiría avanzar paulatinamente en la construcción y luego en la consolidación de su identidad personal, la tarea psicosocial propia de la adultez emergente (interdependencia del desarrollo, la consideración del individuo en un contexto). Por otro lado, el estudio refleja que la importancia de los vínculos familiares es relevante y no es excluyente de la autonomía del joven y que además se puede evidenciar en situaciones extremas en las que, como por ejemplo por la pandemia, los jóvenes deban relegar la autonomía para otra época más estable.</p>
<p>Fernandez A, Gutiérrez M.</p>	<p>Selective attention, anxiety, depressive symptomatology and academic performance in adolescents</p>	<p>2009</p>	<p>Investigación descriptiva transversal</p>	<p>The study related variables of psychological and attentional character to academic performance in young people of middle age, concluding that attention has become relevant in the levels of depressive symptomatology and emotional alteration in students of secondary and higher education, the same that intervened opportunistically would avoid academic failure or low academic performance. As previously mentioned, it can be considered that the Pandemic would affect in the attentional capacities and possibly of psychological character.</p>

<p>Barragán R, Lewis S, Palacio J.</p>	<p>“Autopercepción de cambios en los déficits atencionales intermedio de estudiantes universitarios de Barranquilla sometidos al método de autocontrol de la atención” (Barragán, et al, 2007).</p>	<p>2007</p>	<p>Diseño preexperimental y observacional.</p>	<p>Se concluye que al implementar el método Mindfulness se generan cambios favorables y significativos en la autopercepción de los subprocesos atencionales y en los indicadores de atención del WAIS ((Barragán, et al, 2007).</p>
<p>Uriarte J.</p>	<p>“En la transición a la edad adulta, los adultos emergentes” (Uriarte J, 2005).</p>	<p>2005</p>	<p>Estudio analítico de razones de tipo psicológico</p>	<p>El estudio concluyó que los adultos emergentes se encuentran interesados en contar con los beneficios de ser mayores, sin asumir responsabilidades propias de la adultez, situación que podría verse exacerbada por situaciones exógenas como la pandemia.</p>
<p>Torres, F.</p>	<p>“Estatus adulto, consolidación de identidad, religiosidad y trascendencia como predictores del bienestar psicológico en la adultez emergente” (Torres F, 2015).</p>	<p>2015</p>	<p>Metodología de encuestas con diseño muestral no probabilístico, en base a procedimiento de bola de nieve.</p>	<p>La investigación concluyó en que la relación entre todas las variables estudiadas en este artículo, son especialmente significativas. Siendo así, nos invita a analizar como dichas variables presentadas como casos en este estudio, se relacionan con la capacidad atencional y el equilibrio con el que se construye para favorecer un desarrollo saludable para enfrentar situaciones de riesgo.</p>
<p>Jacobsohn E, Monroy L.</p>	<p>Narrativa sobre la cuarentena en adultos emergentes y mayores en Bogotá</p>	<p>2020</p>	<p>Enfoque intergeneracional con método cualitativo-narrativo.</p>	<p>Los resultados muestran que la experiencia de la cuarentena varía según el contexto e historia de vida de cada participante, y se ve influenciada por la forma en la que se encuentran atravesando su ciclo de vida actual. Sin embargo, todos los grupos sufrieron efectos emocionales</p>

				comunes como disminución en las capacidades atencionales, ansiedad, miedo, desconcierto y rabia, pero lograron una adaptación hedónica en la que las redes de apoyo jugaron un papel fundamental y a raíz de la cuarentena construyeron nuevos referentes identitarios que dieron paso a nuevos objetivos y proyecciones.
Musso M, Costa E, Duarte C	“Procesos Cognitivos, estrategias de aprendizaje y competencias: un estudio descriptivo en estudiantes universitarios” (Musso M, et al, 2012).	2012	Investigación descriptiva en base a muestra en uso de instrumentos atencionales.	El aprender a aprender es considerado como una competencia clave y fundamental para el éxito tanto individual como social (Hoskins y Deakin Crick, 2010). De acuerdo con los resultados del presente estudio, se puede concluir que existen diferencias individuales en los aspectos cognitivos como capacidades atencionales, que pueden favorecer o dificultar seriamente la adquisición de conocimientos específicos. Dichas diferencias deben ser consideradas a la hora de enseñar y desarrollo sistemas de apoyo o tutoría a los estudiantes.
Schmidt C, Vinet E.	Atención Plena: Validación del Five Facet Mindfulness Questionnaire (FFMQ) en estudiantes universitarios chileno	2015	Investigación descriptiva correlacional de grupo único.	Los resultados mostraron que la versión especial para chilenos del FFMQ es un buen instrumento para medir la capacidad atencional plena en estudiantes universitarios, lo cual permite contribuir a la investigación de este constructo y posibilitar la medida de su impacto en intervenciones terapéuticas. La exploración de las facetas de atención plena y su relación con otras variables psicológicas resulta relevante para la comprensión de la naturaleza del

				<p>constructo, la evidencia empírica sobre cada una de las facetas puede servir para la práctica clínica, como una forma de poder explicarles a los pacientes el cómo afrontar sus síntomas.</p>
<p>Puerta, I.C, Dussán, C., Montoya, D.M., & Landínez, D.</p>	<p>“Estandarización de pruebas neuropsicológicas para la evaluación de la atención en estudiantes universitario” Puerta I, et al, 2018).</p>	<p>2018</p>	<p>Investigación cuantitativa y análisis factorial en aplicación de pruebas neuropsicológicas</p>	<p>El estudio pudo evidenciar una gran variabilidad entre tareas en un mismo sujeto, ello se da porque la atención se considera un proceso interdisciplinario que requiere que quien lo evalúe obtenga información del desarrollo del evaluado en diferentes circunstancias y contextos, y que además utilice más de una prueba. Por lo cual se ha considerado que el presente estudio puede ser un buen insumo para el estudio de la afectación en la atención en la población adulta emergente en situaciones de riesgo como la pandemia.</p>
<p>Perez, K.</p>	<p>“Funciones ejecutivas y procesos atencionales de aprendizaje en estudiantes Universitarios” (Perez K, 2019).</p>	<p>2019</p>	<p>Investigación a partir de una revisión bibliográfica. (bibliometría-revisión metódica literaria)</p>	<p>A partir de esta investigación bibliométrica, se observa que la atención y su relación con el rendimiento académico ha ocupado un gran número de publicaciones científicas, lo que sugiere que existe interés por estudiar esta relación. Situación similar se da con el estudio de procesos atencionales en relación al aprendizaje, de los cuales preocupa el estudio en adolescentes y estudiantes universitarios. Con lo que se puede también concluir que la preocupación en la investigación sobre la atención en la población adulta emergente es primordial para definir estrategias para sobrellevar situaciones caóticas y procurar mejorar la calidad de vida de un adulto</p>

				emergente.
Ramos C, Paredes L, Andrade Sh, Santillán W, Gonzalez L.	“Sistemas de atención focalizada, sostenida y selectiva en Universitarios de Quito – Ecuador” Ramos C, et al, 2016).	2016	Investigación cuantitativa, no experimental, transeccional, basado en la comparación de grupos.	El presente estudio permitió verificar que los conocimientos atencionales básicos se encuentran totalmente desarrollados en los estudiantes universitarios, con ello se analiza que variables externas que descompensen la calidad atencional en los adultos emergentes pueden alterar el adecuado desempeño de esta función y reducir su eficiencia al ser evaluada.

Elaborado por: Fuente propia.

CONCLUSIONES

Se ha sustentado que existe suficiente evidencia para considerar que, en la población de adultos emergentes, algunas de las principales afectaciones cognitivas debido a agentes estresores, tienen relación con la atención selectiva y el rendimiento académico. Esto hace presumir que existe una reducción en el procesamiento de la información que afecta entre otras funciones al aprendizaje y al rendimiento académico.

La pandemia por COVID 19, ha obligado a interrumpir los procesos de aprendizaje/enseñanza de manera presencial, forzando a continuar el proceso educativo de manera virtual, esto se ha traducido en una crisis de salud integral y ha deteriorado el bienestar mental de los jóvenes. Razón por la cual, varios estudios demuestran que un alto porcentaje de adultos emergentes sufren en la actualidad de problemas de ansiedad y depresión como parte de las principales afecciones mentales evidenciadas en esta población.

Otros estudios han demostrado que una intervención prematura en las dificultades atencionales ha evitado prolongar síntomas depresivos en los estudiantes, este hecho nos invita a concluir que la implementación de una solución oportuna y pertinente a los problemas académicos relacionados con la falta o reducción en la atención o la concentración, disminuye el riesgo de padecer de depresión en los jóvenes.

También se concluye que varios resultados de investigaciones sobre la afectación en adultos emergentes por el confinamiento a partir de la Pandemia Covid 19, arrojan que la población en cuestión, cuenta con una percepción desfavorable de su calidad de vida debido al confinamiento y desapego social, lo que genera una sensación de incertidumbre y desesperanza en cuanto al futuro.

Estudios estadísticos han demostrado que aun cuando los adultos emergentes reconocen la importancia de las medidas de bioseguridad y confinamiento para salvaguardar las vidas de todos, los jóvenes expresaron que esta situación ha generado un impacto de percepción negativa en cuanto al constructo de su libertad de movimiento y el derecho a acceder a la información.

La atención en la adultez emergente, debido a la pandemia por Covid 2019 se ha visto afectada en varios niveles, muchos de ellos confundidos (tapiñados) con otras afectaciones de índole cognitivo; para un joven que, en estado de adaptación normal, es decir sin realidades desbordantes que generen incertidumbre, este adulto emergente se encuentra ante el temor de equivocarse al tener que tomar decisiones trascendentes.

Para lograr generar aprendizajes significativos, la atención necesariamente estará involucrada y en ello también la concentración, la misma que propicia el ambiente adecuado para que la atención cumpla con su trabajo, es importante considerar que en un contexto de pandemia este proceso normal puede verse afectado debido a que los distractores, problemas, temores, sufrimientos desvían la atención académica a procurar pensamientos personales que generan ansiedad e incertidumbre producto del temor del futuro inminente al que se deben adaptar en uso de recursos internos y externos antes no explorados por ellos mismos ni por personas cercanas a sus realidades.

BIBLIOGRAFÍA

- Colby C. (1991). The neuroanatomy and neurophysiology of attention. *J Child*, 88-116.
- A. Estévez-Gonzales, C. García-Sánchez, C. Junque. (1997). La atención: una compleja función Cerebral. *Revista de Neurología*, 1989-1997.
- Almeida, L., Soares, A., & Ferreira, J. (. (2002). Questionário de Vivências Acadêmicas (QVA-r): Avaliação do ajustamento dos estudantes universitários. *Avaliação Psicológica*, 81-93.
- Aparicio L, Aparicio C, Hernández J. (2020). Calidad de vida en niños, adolescentes y jóvenes durante el confinamiento obligatorio familiar en Bogotá por COVID 19. *Revista Internacional de Pedagogía e innovación Educativa*, 11-28.
- Ardila, A., & Ostrosky, F. (2012). *Guía para el diagnóstico neuropsicológico*. Retrieved from http://ineuro.cucba.udg.mx/libros/bv_guia_para_el_diagnostico_neuropsicologico.pdf
- Arnett J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 469-480.
- Arnett J, Kloep M, Hendry L, Tanner J. (2011). Debating Emerging Adulthood, Stage of Process? *Oxford University Press*.
- Arnett, J. J., Kloep, M., Hendry, L., y Tanner, J. (. (2011). Debating Emerging Adulthood, Stage or Process? *Oxford University Press*.
- Ausubel, D., Novak, J. y Hanesian, H. (1993). *Psicología Educativa. Un Punto de vista cognoscitivo*. . Mexico: Trillas.
- Avendaño, S. (2019). *Funciones Ejecutivas y procesos atencionales de aprendizaje en estudiantes universitarios*. Colombia.

- Bahamón M, Vianchá M, Alarcón L, Bohórquez C. (2013). Estilos y estrategias de aprendizaje relacionados con el logro académico en estudiantes universitarios. (U. d. Boyaca, Ed.) *Pensamiento Psicológico*, 115-129.
- Bandura A. (1982). *Teoría del aprendizaje social*. Madrid -España: Calpe.
- Barkley RA, Fischer, Smallish, Fletcher. (2003). *Does the Treatment of Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder with Stimulants contribute to Drug use/abuse? A 13 year Prospective Study*. Pediatrics.
- Barragán R, Lewis S, Palacio J. (2007). Autopercepción de cambios en los déficit atencionales intermedios de estudiantes universitarios de Barranquilla sometidos al Método de Autocontrol de la Atención (Mindfulness). *Salud Uninorte*, 23, 184-192.
- Barrera A, Vinet E, Ortiz M. (2020). Evaluación de la adultez emergente en Chile: validación del IDEA - extendido en universitario chilenos. *Terapia Psicológica*, 47-61.
- Barrera-Herrera A, Vinet E. (2017). Adultez Emergente y características culturales de la etapa en universitarios chilenos. *Terapia Psicológica*, 47-56.
- Barros, A. . (2007). Estrategia de aprendizaje en las matemáticas que emplean los estudiantes universitarios. *Revista Perspectiva Psicológica*, , 7 - 51.
- Bautista, C. . (2006). Identificación de los estilos de aprendizaje de los estudiantes de Fisiología del Ejercicio de la facultad de Rehabilitación y Desarrollo Humano. . *Revista Ciencias de la Salud*, 41 - 53.
- Bench CJ, Frith CD, Grasby PM, et al. (1993). *Investigations of the functional anatomy of attention using the Stroop test*. Neuropsychologia.
- Bhugra, D. e. (2013). What is Mental Health?. *International Journal of Social Psychiatry*., 3 - 4.
- Brooks S et al. (2020). The Psychological Impact of Quarantine and How to Reduce It: Rapid Review of the Evidence. *SSRN Electronic Journal*, 912-920.
- Brown KW, R. R. (2003). The benefits of Being Present: Mindfulness and its role in Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social*.

- Bruna, O, Roig, T., Puyuelo, M., Junqué, C. y Ruano, A. (2011). *Rehabilitación neuropsicológica: Intervención y práctica clínica*. Barcelona: Elsevier Masson.
- Caballero-Dominguez, C., Gallo-Barrera, Y., & Suárez-Colorado, Y. (2018). *Algunas variables de salud mental asociadas con la propensión al abandono de los estudios universitarios*. Santa Marta - Colombia: Psychologia,.
- Camarero F., Martín F. y Herrero. J. (2000). Estilos y estrategias de aprendizaje en estudiantes universitarios. *Psicothema*, 615-622.
- Camargo A., (2014). *Efectos del estrés social agudo sobre la atención selectiva en estudiantes universitarios*. Bogotá: Corporación Universitaria Iberoamericana.
- Casagrande M. (2020). The enemy who sealed the world: Effects quarantine due to the COVID 19 on sleep quality, anxiety, and psychological distress in the Italian population. *Sleep Medicine*.
- Cepal -Unesco. (2020). La Educación en tiempos de la pandemia de COVID-19. *Informe COVID-19*, 1-21.
- Cooley EL, Morris RD. (1990). . Attention in children: A neuropsychological based model for assessment. *Dev Neuropsychol*, 239-274.
- Cornblatt BA, L. M.-K. (1992). Childhood attentional dysfunctions predict social deficits in unaffected. *Br J Psychiatry*, 59-64.
- Correa, J. . (2006). Identificación de los estilos de aprendizaje en los estudiantes de Fisiología del Ejercicio de la Facultad de Rehabilitación y Desarrollo Humano. *Revista Ciencias de la Salud*, 41 - 53 .
- Cullen. W et al. (2020). Mental health in the COVID-19 pandemic,. *QJM: An International Journal of Medicine*,, 311-312. Retrieved from <https://doi.org/10.1093/qjmed/hcaa110>
- Desimone R, Duncan J. (1995). *Neural mechanisms of selective visual attention*. *Ann Rev Neurosci*.
- Dominguez-Lara, S. A. (2018). Agotamiento emocional académico en estudiantes universitarios: ¿cuánto influyen las estrategias cognitivas de regulación emocional? *Educación Médica*, 96-103.

- Echavarría, L. (2013). EL PROCESO DE LA ATENCIÓN: UNA MIRADA DESDE LA NEUROPSICOLOGÍA. *Rev. digit. EOS Perú - Instituto Psicopedagógico EOS Perú*, 15-18.
- Escalante, E. Linzaga, E. y Escalante, E. . (2006). Los estilos de aprendizaje de los alumnos del CEP-Csaegro. . *Revista Iberoamericana de Educación*, 6-15.
- Fernandez A. (2014). Neuropsicología de la atención. Conceptos, alteraciones y evaluaciones. *Revista Argentina de Neuropsicología*, 1-28.
- Fernandez, A. (2014). Neuropsicología de la atención. Conceptos, alteraciones y evaluaciones. *Revista Argentina de Neuropsicología*, 1-28.
- Fernandez-Castillo A, Gutiérrez M. (2009). Atención selectiva, ansiedad, sintomatología depresiva y rendimiento académico en adolescentes. *Education & Psychology*, 49-76.
- Flavell, J. . (1984). *El desarrollo cognitivo*. Madrid: Visor.
- Fortoul, I. T., Varela, R. M., Ávila, C. M., López, M. S. y Nieto, M. D. . (2006). Factores que influyen en los estilos de aprendizaje en el estudiante de Medicina. . *Revista de la Educación Superior*, 55 - 62.
- Frederick, S., & Loewenstein, G. (1999). *Hedonic Adaptation. Well-being: The foundations of hedonic psychology*. 302 - 329.
- Gagné R. (1987). *Las condiciones del aprendizaje*. Mexico: Iberoamericana.
- Galderisi, S et al. (2015). Toward a new definition of mental health. *World psychiatry : official journal of the World Psychiatric Association (WPA)*, 231 - 233. Retrieved from <https://doi.org/10.1002/wps.20231>
- Garello, M., y Rinaudo, M. (2013). Autorregulación del aprendizaje, feedback y transferencia de conocimiento. Investigación de diseño con estudiantes universitarios. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 32-45. Retrieved from *Revista Electrónica de Investigación Educativa*.
- Gil, R. (2006.). *Neuropsicología*. Paris : Elsevier Masson.
- Guzmán, J., y Tamayo, A. (2020). Ansiedad y depresión, “verdugos” de los jóvenes en la pandemia. *Pesquisa Javeriana*. Retrieved from

<https://www.javeriana.edu.co/pesquisa/ansiedad-y-depresion-verdugos-de-los-jovenes-durante-la-pandemia/>

- Heilman, K.M. (2002). *Matter of mind*. Oxford University Press. .
- Hernández A. (2012). *Procesos psicológicos básicos*. México: Red Tercer Milenio S.C.
- Herrera, L. . (2009). Estrategias de aprendizaje en estudiantes universitarios. Un aporte a la construcción del Espacio europeo de educación superior. *Educación y Educadores*, 75 - 98.
- Isaacs, D. (2010). Lessons from the swine flu: Pandemic, panic and/or pandemonium?. *Journal of paediatrics and child health*, 623-626. Retrieved from <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/pdf/10.1111/j.1440-1754.2010.01912.x>
- J Portellano y J García. (2014). *Neuropsicología de la atención, las funciones ejecutivas y la memoria*. Madrid: Editorial Sítesis S.A.
- J. Portellano. (2005). *Introducción a la Neuropsicología*. Madrid.
- J. Santiago, F. Tornay, E. Gómez y M. Elosúa. (2012). *Procesos psicológicos básicos*. México.
- Jacobsohn E, Monroy L. (2020). *NARRATIVAS SOBRE LA CUARENTENA EN ADULTOS EMERGENTES Y MAYORES EN BOGOTÁ*. Bogotá: Universidad Javeriana.
- Jiménez E, Monroy L. (2020). *Narrativas sobre la cuarentena en adultos emergentes y mayores en Bogotá*. Bogota: Pontificia Universidad Javeriana/Facultad de Psicología.
- Kaejer T, Bertelsen C, Piccini P, Brooks D, Alving J, Lou H. (2002). Increased Dopamine tone during Meditation-induced change of Consciousness. *Cognitive Brain Research*, 255-259.
- Kolb, B. & Wishaw, I. (2009). *Neuropsicología humana*. Madrid: Médica Panamericana.
- Labos, E., Sclachevsky, A., Fuentes, P., & Manes, F. (2008). *Tratado de neuropsicología clínica. Bases conceptuales y técnicas e evaluación*. Argentina: Akadia Editorial.

- Labouvie-Vief G. (2006). Emerging adults in America. Coming of age in the 21st century. *American Psychological Association*, 59-83.
- Lally, M., & Valentine-french, S. (2019). *Lifespan Development A Psychological Perspective*. Retrieved from <http://dept.clcillinois.edu/psy/LifespanDevelopment.pdf>
- López, C. y Ballesteros, C. (2003). Evaluación de los estilos de aprendizaje en estudiantes de Enfermería, mediante el cuestionario Chaea. *Chaea. Revista Enfermería Global*, 1 - 12. Retrieved from <http://revistas.um.es/eglobal/article/view/626/652>
- Luria A. (1986). Atención y Memoria. In L. A, *Atención y Memoria*. España: Fontabella.
- Lyubomirsky S. (2011). Hedonic adaptation to positive and negative experiences. *Oxford University Press*.
- Madrona, P., Contreras, O., Pastor, J., Gómez, I., González, E., García, L., De Moya, M. y López, A. . (2007). Estilos de aprendizaje de los estudiantes de Magisterio: Especial consideración de los alumnos de Educación Física. . *Revista de Curriculum y Formación profesorado*, 1 - 19.
- Manzano-Soto, N. &-M. (2015). Análisis de necesidades de orientación del estudiante de primer año en la universidad autónoma de occidente. *Revista Española De Orientación y Psicopedagogía*, 121-140.
- Mateer M.S. (2001). Cognitive Rehabilitation an Integrative Neuropsychological Approach. *The Guilford Press*.
- Mateer, M. S. (2001). Cognitive Rehabilitation An Integrative Neuropsychological Approach. *The Guilford Press*.
- Mesulam MM. Attention, confusional states, and neglect. In Mesulam MM, ed. (1992). Principles of Behavioral Neurology. *Philadelphia: FA Davis Company*, 125-168.
- MM, Mesulam. (1991). Large-scale neurocognitive networks and distributed processing for attention, language and memory. *Ann Neurol*, 597-613.

- Monereo. (2001). *Ser estratégico y autónomo aprendiendo*. Barcelona: Gráo.
- Musso M, Costa E & Duarte C. (2012). Procesos cognitivos, estrategias de aprendizaje y competencias: un estudio descriptivo en estudiantes universitarios. *Revista Científica de UCES*, 127 - 144.
- Newberg AB, Alavi A, Baime M, Pourdehnad M, Santanna JD, Aquili EG. (2001). *The measurement of regional cerebral blood flow during the complex cognitive task of meditation: a preliminary SPECT study*. Psychiatry Research.
- OIT Juventud. (2020). Los Jóvenes y la Covid 19: Efectos en los empleos, la educación, los derechos y el bienestar mental. *Empleo Decente para los jóvenes*, 1-6.
- Orozco, Sh. (2018). *Influencia de la Resiliencia en la resignificación de la crisis de la adultez emergente*. Quito, Ecuador: Escuela de Psicología, Universidad de las Américas.
- Perez K. (2019). *Funciones Ejecutivas y procesos atencionales de Aprendizaje en estudiantes universitarios*. Universidad Cooperativa de Colombia.
- Ponce, J. (2016). *Educación Superior en Iberoamérica - Informe Nacional: Ecuador*. Retrieved from <https://cinda.cl/wp-content/uploads/2019/01/educacion-superior-en-iberoamerica-informe-2016-informe-nacional-ecuador.pdf>
- Posner MI, Petersen SE. (1990). The attention system of the human brain. *Ann Rev Neurosci*, 25-42.
- Pozuelos J, Paz-Alonso P, Castillo A, Fuentes, L, Rueda R. (2014). Development of Attention Networks and Their Interactions in Childhood. *Developmental Psychology*, 2405-2415.
- Puerta I, Dussán C, Montoya D, Landinez D. (2018). Estandarización de pruebas neuropsicológicas para la evaluación de la atención en estudiantes universitarios. *CES Psicología*, 17-31.
- Ramos C, Paredes, L, Andrade S, Sntillas W, Gonzalez. L;. (2016). Sistemas de atención focalizada, sostenida y selectiva en universitarios de Quito-Ecuador. *Revista Ecuatoriana de Neurología*, 34-38.

- Real Academia Española. (2001). Diccionario de la lengua española. In *Diccionario de la Lengua Española*. Madrid, España: RAE.
- Román, S. y Gallego, R. (1994). *Escalas de estrategias de aprendizaje*. Madrid: Edutorial PSEA.
- Roselli, M. (2015). Desarrollo neuropsicológico de las habilidades visoespaciales y visoconstruccionales. *Revista Neuropsicología, Neuropsiquiatría y Neurociencias*, 175-200.
- Roselli D. (2020). Epidemiología de las pandemias. *Medicina*, 168-174.
- Santiago de Torres J, T. M. (1999). *Procesos Psicológicos Básicos*. Madrid, McGraw-Hill.
- Schaie K, Willis S. (2003). *Psicología de la edad adulta y la vejez*. Madrid: Pearson Educacion.
- Schmidt C, Vinet E. (2015). Atención Plena: Validación del Five Facet Mindfulness Questionnaire (FFMQ) en estudiantes universitarios chilenos. *Terapia psicológica*, 93 -101.
- Singhal T. (2020). A review of coronavirus disease 2019 (Covid 19). *The Indian Journal of Pediatrics*, 1-6.
- Soutullo C, Díez A. (2008). *The attentive brain*. MIT Press.
- Styles E. (2017). *The Psychology of Attention* .
- Tanner J, Arnett J. (2009). *The emergence of 'emerging adulthood': the new life stage between adolescence and young adulthood en A. Fulong (Ed)*. Abingdon, Oxon: Routledge.
- Taylor S. (2019). *The Psychology of Pandemics: Preparararig for the Next Global Ortbreak od Infectious Disease*. Cambridge Scholars Publishing.
- The PMNCH WHO, PAHO WHO y Asociación Profamilia. (2020). *Entendiendo las experiencias y prácticas resilientes de adolescentes y jóvenes durante la pandemia del COVID- 19 en Colombia*. Retrieved from <https://profamilia.org.co/wp-content/uploads/2020/07/Informe-largo-espanol-PMNCH-WHO.pdf>

- Torres F. (2015). *Estatus adulto, consolidación de identidad, religiosidad y trascendencia como predictores del bienestar psicológico en la adultez emergente*. Valencia: Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación - Universidad de Valencia.
- Troiano, H. Breitman, M. y Gete-Alonso, C. (2004). Estilos de aprendizaje que predominan entre los estudiantes universitarios. . *Revista de Enseñanza Universitaria*, 63 - 84.
- Úbeda, M. y Escríaxiñe, M. (2002). Estudio contrastivo de los estilos de aprendizaje en los estudiantes de Arquitectura. *Revista Didáctica (Lengua y Literatura)*, 251 - 274. Retrieved from <http://revistas.ucm.es/edu/11300531/articulos/DIDA0202110251A.PDF>
- Uriarte J. (2005). En la transición a la edad adulta. Los adultos emergentes. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 145-160.
- Van Zomeren AH, B. W. (1994). *Clinical Neuropsychology of Attention*. . New York: Oxford University Press.
- Westen D. (1998). Empirical perspectives on the psychoanalytic unconsciousness. *Unconscious thought, feeling and motivation: The end of a century-long debate*. In R. F. Bornstein y J. M. Mesling (Eds.). (pp. 1-43). Washington, DC: American Psychological.
- WHO. (2003). Coronavirus disease 2019 (COVID 2019): situation report, 72. *Coronavirus disease 2019 (COVID 2019): situation report, 72*. World Health Organization.
- Yang Y, et al. (2020). The deadly coronaviruses: The 2003 SARS pandemic and the 2020 novel coronavirus epidemic in China. *Journal of autoimmunity*.
- Zimmerman, B., Kitsantas, A., Campillo M. (2005). *Evaluación de la Autoeficacia Regulatoria: Una Perspectiva Social Cognitiva*. 1 - 21: Evaluar.