



# PERCEPCIONES DE MADRES Y PADRES SOBRE EL IMPACTO OCUPACIONAL EN NIÑAS Y NIÑOS A CAUSA DEL CONFINAMIENTO POR COVID-19 EN LA CIUDAD DE PUNTA ARENAS, CHILE

MOTHERS' AND FATHERS' PERCEPTIONS OF THE OCCUPATIONAL IMPACT OF  
COVID-19 CONFINEMENT ON CHILDREN IN THE CITY OF PUNTA ARENAS, CHILE

**Carolina Andrea Vásquez Oyarzún<sup>1</sup>, Catalina Andrea Bórquez Guencher<sup>2</sup>, Constanza  
Trinidad Parada Cárdenas<sup>3</sup> y Natalia Paz Toro Ortiz<sup>4</sup>**

## RESUMEN

*El equilibrio ocupacional de la población en general está relacionado con la buena salud, sin embargo, la población infantil fue uno de los grupos más afectados por el confinamiento y las medidas de distanciamiento social durante la pandemia de COVID-19. Esta investigación tuvo como objetivo conocer el impacto ocupacional que experimentaron niñas y niños a causa del confinamiento por COVID-19 según la percepción de sus madres y padres en la ciudad de Punta Arenas, Chile. A través de un enfoque cualitativo y alcance exploratorio descriptivo se entrevistó a 25 madres y 1 padre de niñas y niños entre 6 a 12 años, estudiantes de un establecimiento educacional subvencionado que se encontraban en confinamiento en la ciudad de Punta Arenas. Según su percepción, se establece que el confinamiento ocasionó algunos cambios positivos en las actividades de la vida diaria instrumentales y negativos en las ocupaciones de juego, participación social, educación, actividades de la vida diaria de alimentación, descanso y sueño de sus hijas e hijos. Madres y padres se enfrentaron a realizar diversas adaptaciones y modificaciones como organización del tiempo, entorno e implementación de materiales, para favorecer el desempeño ocupacional. Se concluye que debido a la incertidumbre e inestabilidad emocional con relación al ambiente y sus cambios, desde la mirada de la Terapia Ocupacional, resulta relevante el apoyo de las madres y padres para reestructurar las rutinas y adaptarlas al encierro prolongado dentro del hogar, respetando y organizando horarios. El añadir actividades recreativas y fomentar el juego en el ocio y tiempo libre favoreció el equilibrio ocupacional y la sensación de satisfacción de niñas y niños junto a sus familias.*

## PALABRAS CLAVES

*Ocupaciones; Equilibrio ocupacional; Salud infantil; COVID-19.*

- 1 Terapeuta Ocupacional, Licenciada en Ciencia de la Ocupación. Magister en Educación mención Curriculum. Universidad de Magallanes. caro.vasquez.to@gmail.com +56997990870 ORCID 003-4429-0954
- 2 Terapeuta Ocupacional, Licenciada en Ciencia de la Ocupación. Fundación Mi casa. Residencia dependiente de Mejor Niñez, Ministerio de Desarrollo Social catborqu@umag.cl +56944836683 ORCID 001-9236-3201
- 3 Terapeuta Ocupacional, Licenciada en Ciencia de la Ocupación. Universidad de Magallanes conspara@umag.cl +56988293952. ORCID 002-5127-6555
- 4 Licenciada en Ciencia de la Ocupación. Estudiante de Terapia Ocupacional Universidad de Magallanes. ntoro@umag.cl +56967597068 ORCID 002-7357-1723



## ABSTRACT

*The occupational balance of the general population is related to good health; however, the child population was one of the groups most affected by confinement and social distancing measures during the COVID-19 pandemic. The objective of this research was to determine the occupational impact experienced by children as a result of COVID-19 confinement as perceived by their mothers and fathers in the city of Punta Arenas, Chile. Through a qualitative approach and descriptive exploratory scope, 25 mothers and 1 father of children between 6 and 12 years old, students of a subsidized educational establishment who were in confinement in the city of Punta Arenas, Chile, were interviewed. According to their perception, it was established that confinement caused some positive changes in instrumental daily life activities and negative changes in their children's activities of play, social participation, education, daily life activities of eating, resting and sleeping. Mothers and fathers were faced with making various adaptations and modifications such as organization of time, environment and implementation of materials, in order to favor occupational performance. It is concluded that due to the uncertainty and emotional instability in relation to the environment and its changes, from the point of view of occupational therapy, the support of mothers and fathers is relevant to restructure routines and adapt them to the prolonged confinement at home, respecting and organizing schedules. Adding recreational activities and encouraging play in leisure and free time favored occupational balance and the feeling of satisfaction of children and their families.*

## KEYWORDS

*Occupations; Occupational balance, Child health; Covid-19.*

Recibido: 16/06/2021

Aceptado: 06/06/2022

## INTRODUCCIÓN

Chile se ha visto inmerso en una situación de vulnerabilidad producto de un nuevo coronavirus llamado Sars-cov-2, virus altamente contagioso y transmisible entre los humanos que se ha identificado como el agente causal de una nueva enfermedad respiratoria denominada por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como COVID-19 (Patrian, 2020), la cual se originó a fines de diciembre de 2019 en la ciudad de Wuhan, China y fue declarada pandemia global el 11 de marzo de 2020.

Con el fin de reducir los riesgos de contagios se han implementado un conjunto de estrategias preventivas, siendo el confinamiento que se define como "medida extraordinaria y de emergencia tomada por el gobierno por la que se decreta el cierre de establecimientos de ocio, turísticos, culturales y en la que se restringen los desplazamientos de la población de los aprovisionamientos de comida o productos farmacéuticos" (Plena Inclusión, 2020, p. 5). En Magallanes y la Antártica Chilena, la situación se ha tornado compleja puesto que los casos de números activos confirmados han incrementado (Seremi de Salud Magallanes, 2020), causando miedo e incertidumbre respecto al futuro próximo y de mediano plazo, este sentimiento se vincula a

una situación incierta, propia del contexto de pandemia, que es indefinida y que no permite planificación (Johnson et al., 2020).

Si bien esta situación afecta a todo grupo etario, la investigación se centra específicamente en niñas y niños de 6 a 12 años, etapa donde "el niño/a entiende o aplica operaciones o principios lógicos para interpretar las experiencias en forma objetiva y racional. Su pensamiento se encuentra limitado por lo que puede ver, oír y experimentar personalmente" (Jaramillo y Puga, 2016, p. 19). Además, vivencian autodescubrimiento a través de las ocupaciones en el que comienzan a asimilar sus propias necesidades a través de la interacción con el entorno. Por esto son importantes las ocupaciones, actividad con sentido en la que niñas y niños participan, se comprometen cotidianamente y puede ser influenciada por la cultura (Álvarez et al., 2007). Además, "las ocupaciones de un niño en particular definen en forma amplia quién es él" (Mulligan, 2006, p. 89). A través de las distintas actividades, en diferentes contextos, van construyendo identidad. Por esta razón es relevante que niñas y niños tengan un buen desempeño ocupacional, concepto definido como:

Habilidad de participar con éxito en sus ocupaciones de elección, y esta habilidad depende de tres factores interrelacionados: las habilidades individuales; las ocupaciones como tal, que incluyen las demandas de las tareas y las actividades específicas asociadas con las ocupaciones; y los contextos. (Mulligan, 2006, p. 89).

Por tanto, un concepto central de este estudio es el equilibrio ocupacional, el cual se puede definir como la percepción del individuo de tener la cantidad correcta de ocupaciones y la variación correcta entre ocupaciones (Wagman, Håkansson & Björklund, 2012). En niñas y niños el equilibrio es fundamental para

### Actividades de la vida diaria

“Actividades orientadas al cuidado del propio cuerpo y completadas de forma rutinaria” (AOTA, 2020, p. 29).

“Universales, están ligadas a la supervivencia y condición humana, a las necesidades básicas, estar dirigidas a uno mismo y suponer un mínimo esfuerzo cognitivo, automatizándose su ejecución tempranamente (alrededor de los 6 años), con el fin de lograr la independencia personal” (Cardozo, 2018)

### Actividades instrumentales de la vida diaria

“Son actividades de apoyo a la vida cotidiana en la comunidad y el hogar” (Leegstra et al., 2014, p.2). Tienen como fin “proveer a los niños de edad escolar primaria de una rutina con tareas simples, como poner la mesa, vaciar el basurero y ordenar, les enseña responsabilidades y les ayuda a sentirse parte de la familia” (Mulligan, 2006, p. 104).

### Descanso y sueño

“Actividades relacionadas con la obtención de descanso y sueño reparador para apoyar la participación activa y saludable en otras ocupaciones” (AOTA, 2020, p. 31).

La ocupación “descanso y sueño”, no simplemente es un período de descanso, sino también un proceso cognitivo en el cual las

actividades de ciertas regiones cerebrales desempeñan un papel decisivo en el aprendizaje y la memoria a lo largo de la vida. (Oates et al., 2012, p. 46)

Es importante que las niñas y niños cumplan con las horas de sueño establecidas para su edad, puesto que juega un papel fundamental en el desarrollo infantil y les otorga una mejor calidad de vida (Masalán et al., 2013).

### Juego y ocio y tiempo libre

Definida según la Asociación Americana de Terapia Ocupacional como, “Actividades lúdicas intrínsecamente motivadas, controladas internamente y elegidas libremente y que pueden incluir la suspensión de la realidad, exploración, humor, toma de riesgos, concursos y celebraciones. El juego es un fenómeno complejo y multidimensional que está moldeado por factores socioculturales” (AOTA, 2020, p. 32).

El juego es una de las ocupaciones primordiales, según Mulligan (2006) los niños de edad escolar pasan más tiempo en actividades grupales que solos o de a dos y muestran una clara preferencia para jugar con pares del mismo sexo. Las actividades sedentarias, como mirar televisión, hablar con amigos, leer, jugar con videojuegos y juegos de mesa son también ocupaciones lúdicas frecuentes en niños de esta edad. A menudo pueden aventurarse a jugar afuera con otros niños del vecindario, andar en bicicleta, jugar a las escondidas o solo estar con amigos. Su ejecución es primordial, ya que les brinda entretención y facilita su desarrollo psicosocial, sin embargo, al iniciar la etapa escolar el juego pasa a un segundo lugar en vista de que “la cantidad de tiempo ocupado en el juego decrece desde el periodo preescolar, con la introducción de las actividades escolares y obligaciones” (Mulligan, 2006, p. 100), por lo que suele realizarse en momentos de ocio y tiempo libre, concepto definido como: una “actividad no obligatoria que está intrínsecamente motivada y se realiza durante un tiempo discrecional, es decir, tiempo no dedicado a ocupaciones obligatorias como el trabajo, el cuidado personal o el sueño” (AOTA, 2020, p. 33).



## Participación social

“Entretejido de ocupaciones para apoyar la participación deseada en actividades comunitarias y familiares, así como aquellas que involucran a compañeros y amigos o la participación en un subconjunto de actividades que incorporan situaciones sociales con otros y que apoyan la interdependencia social”. (AOTA, 2020, p. 81)

## Educación

Ocupación que incluye “Actividades necesarias para aprender y participar en el entorno educativo” (AOTA, 2020, p. 32). “La educación formal es proveer a los niños de las habilidades necesarias para funcionar de manera exitosa e independiente como un miembro de la sociedad responsable y contribuyente” (Mulligan, 2006, p. 110).

## Factor ambiente

Como consecuencia del confinamiento los ambientes físicos y sociales han tenido que sufrir diversas modificaciones, por lo tanto, se han tenido que realizar adaptaciones, las cuales se definen como:

Un ajuste al medio ambiente de cada persona, que se produce en forma continua a través del tiempo y que esa persona, en general y en forma inconsciente, trata de que sea satisfactorio para ella y para los que la rodean. De esta forma, los ajustes se producen como acciones internas del individuo en el momento que se enfrenta a diferentes desafíos (Gómez, 2006, p. 2).

La situación mundial de la crisis sanitaria provoca un cambio de contexto, producto del confinamiento podrían verse afectadas, las actividades de la vida diaria e instrumentales influyendo en las rutinas diarias. En el área de la educación en Chile se han ocasionado diversos cambios en vista de que los niños/as no pueden asistir presencialmente desde la suspensión de clases el día 15 de marzo del año 2020 como lo establece el Protocolo N°2: Coronavirus COVID-19 en establecimientos educacionales y jardines infantiles, artículo 3 numeral

17 “Otorga a las Secretarías Regionales Ministeriales de Salud (SEREMI) la facultad de suspender las clases en establecimientos educacionales y las actividades masivas en lugares cerrados” (MINEDUC, 2020, p. 2).

Las niñas y niños han tenido que adaptarse al nuevo contexto dentro de sus hogares como el lugar donde realizar sus clases y la nueva metodología online. Esto ha repercutido en sus horas y tipo de juego y espacios de participación social. Además, podrían tener nuevas preocupaciones o estar más agitados de lo normal. Por ello, puede que sus patrones de sueño se vean alterados y generen cambios de horarios, cansancio e impacto en el aprendizaje.

Considerando los factores mencionados y que es una problemática nueva en el país, es posible que exista desconocimiento sobre el impacto ocupacional que han provocado las medidas específicas de confinamiento a las niñas y niños de 6 a 12 años en Magallanes. En esta etapa de la vida, la escuela y la familia, son los dos entornos sociales más influyentes en la vida. En este tramo de edad las relaciones interpersonales se dan a través del juego y la educación y por el medio en que se desarrolla la autoestima e incrementan su confianza en amistades, habilidades académicas y deportivas.

La educación en los primeros años de vida es un proceso continuo e integral, producto de múltiples experiencias que brinda la escuela a los niños y niñas, a través de la interacción con la sociedad y con el medio ambiente, siendo la base de la formación integral del ser humano. Una de las tantas herramientas o estrategias pedagógicas son el juego, las artes escénicas, la pintura y la lectura (Cortés y García, 2017).

Al interrumpirse la participación social y la asistencia a establecimientos educacionales y actividades extraescolares genera incertidumbre sobre cómo enfrentar el desafío de contribuir al desarrollo de las niñas y niños desde el hogar.

Al conocer las historias y realidades de otras familias, madres y padres podrían sentirse identificados o prevenir situaciones que podrían vivenciar al encontrarse en confinamiento. Además, les permite conocer experiencias para identificar a tiempo lo que podría interferir en el desempeño ocupacional exitoso de sus hijas e hijos.

Desde el ámbito de la educación, los establecimientos educacionales requieren información de los hogares de sus alumnas y alumnos para establecer apoyo a las familias en el proceso de enseñanza aprendizaje.

El establecimiento educacional elegido no realiza selección de alumnas ni alumnos, en su vinculación con la comunidad, la institución favorece el desarrollo de acciones directas e indirectas que contribuyan a sus alumnas y alumnos, como la voluntariedad de participar de estudios que aporten al desarrollo de la sociedad.

Para este establecimiento y otros resulta relevante indagar las distintas realidades para las estrategias de trabajo en conjunto de educadores, familias e idealmente con profesionales de la salud. Al no existir suficiente evidencia científica, este estudio podría generar fuentes de contenido para la disciplina de Terapia Ocupacional, profesionales de salud y educación, entregándoles una visión sobre aspectos que podrían ser intervenidos con el fin de contrarrestar las consecuencias del confinamiento.

Para quienes comprenden a la persona como un ser ocupacional, concienciados de la relación entre la ocupación y la salud, resulta imperativo analizar el impacto que esta pandemia está generando sobre las personas. Frente a la situación de confinamiento, las personas pueden tener una respuesta adaptativa o desadaptativa dependiendo de sus recursos personales, contextuales, sociales y emocionales. (Flores et al, 2020)

Por esta razón, la investigación tiene como objetivo general conocer el impacto ocupacional que experimentan niñas y niños entre 6 a 12 años a causa del confinamiento por COVID-19 según la percepción de sus madres y padres.

De aquí derivan los siguientes objetivos específicos:

1. Identificar los cambios positivos en las ocupaciones de las niñas y niños.
2. Identificar los cambios negativos en las ocupaciones de las niñas y niños.
3. Conocer las adaptaciones y/o modificaciones realizadas por las madres y padres para el óptimo

desempeño de las niñas y niños en sus ocupaciones dentro del hogar a causa del confinamiento por el COVID-19.

## MÉTODO

### Diseño

La presente investigación con enfoque cualitativo, y alcance de tipo exploratorio-descriptivo, se sitúa desde un paradigma fenomenológico, para dar énfasis al “explorar, describir y comprender las experiencias de las personas con respecto a un fenómeno y descubrir los elementos en común de tales vivencias” (Hernández, Fernández y Baptista, 2014)

### Participantes

Los sujetos de estudio que formaron parte del proceso investigativo fueron encontrados bajo la técnica de muestreo no probabilístico-intencional, la cual “permite seleccionar casos característicos de una población, limitando la muestra sólo a estos casos. Se utiliza en escenarios en los que la población es muy variable y consiguientemente la muestra es muy pequeña” (Otzen y Manterola, 2017, p. 230).

Considerando los siguientes criterios de inclusión:

- Ser madres o padres de niñas y niños entre 6 a 12 años.
- Las niñas y niños deben estudiar en el establecimiento educacional subvencionado seleccionado.
- Estuvieron en confinamiento en la ciudad de Punta Arenas producto del COVID-19 entre abril y diciembre de 2020.

Y como criterio de exclusión, se consideró que las niñas y niños no presentaran antecedentes de discapacidad.

Inicialmente se contactó al director del establecimiento educacional vía email, el cual aceptó la invitación a participar del estudio, otorgando el contacto de la orientadora de enseñanza básica. 35 de ellos fueron contactados mediante llamada telefónica y 26 accedieron a participar a los cuales se les hizo envío del



consentimiento informado y se coordinó las fechas y horas de entrevistas.

La muestra estuvo compuesta por 26 entrevistados, 25 madres y 1 padre de 13 niñas y 13 niños, entre 6 a 12 años, que cursan estudios en un establecimiento educacional subvencionado de la ciudad de Punta Arenas, Chile, durante el periodo de confinamiento entre abril y diciembre del año 2020. En relación a las edades de las madres y padres los rangos de edad varían entre 25 a 40 años con educación media completa y superior, técnica o profesional. Además, eran familias nucleares biparentales de nivel socioeconómico medio, constituidas por una madre, padre, dos hijas y/o hijos que vivieron con ellos durante el período de confinamiento. Con respecto a las características del lugar de residencia durante este período, contaban con viviendas tipo casa de un piso, con patio, que presentaba espacio en su hogar para la ejecución de sus ocupaciones.

### **Instrumento de recolección de datos y validación**

Para la recolección de datos, el equipo compuesto por tres investigadoras diseñó una entrevista semiestructurada, la cual se basa en una “guía de asuntos o preguntas y el entrevistador tiene la libertad de introducir preguntas adicionales para precisar conceptos u obtener mayor información” (Hernández et al., 2014, p. 403). Esta se basó en 5 ejes temáticos: rutina previa al confinamiento, rutina durante el confinamiento, cambios en las ocupaciones, adaptación al confinamiento y modificaciones ambientales. Fue validada a través de la técnica juicio de expertos por profesionales de la disciplina de Terapia Ocupacional. Se capacitó al equipo investigador en las características claves del instrumento a aplicar. Posteriormente se aplicaron cinco pruebas piloto a madres y padres de niñas y niños de 6 a 12 años, quienes eran parte del entorno cercano de las investigadoras y que accedieron a participar de forma voluntaria. Fue realizada durante noviembre y diciembre de 2020, mediante vía telefónica, con una duración de 20 minutos aproximadamente.

### **Técnicas de análisis de datos**

La información recogida de las entrevistas fue registrada por un grabador de voz y posteriormente transcrita.

Se utilizó la técnica de análisis temático, un método para el tratamiento de la información en investigación cualitativa, que permite identificar, organizar, analizar en detalle y reportar patrones o temas a partir de una cuidadosa lectura y relectura de la información recogida, para inferir resultados que propicien la adecuada comprensión/interpretación del fenómeno en estudio (Mieles et al., 2012). El identificar, establecer e informar temas y estructuras, permite tanto revelar las experiencias, significados y realidades de los sujetos, como examinar las circunstancias en que los eventos, realidades, significados y experiencias son efectos de los discursos (Mieles et al., 2012).

### **Consideraciones éticas**

Se siguieron las recomendaciones de los principios éticos de la declaración de Helsinki (Asociación Médica Mundial, 2017). Todas las personas participantes fueron informadas y tuvieron la posibilidad de revocar su participación en cualquier fase del estudio. Además, se resguardaron los derechos de los y las participantes mediante el cumplimiento de la aplicación del consentimiento informado, manteniendo el resguardo de la identidad de las niñas, niños y personas adultas entrevistadas, además de la confidencialidad de la información obtenida en las entrevistas y su autorización para publicar los resultados del estudio.

## **RESULTADOS**

A continuación, se muestra un esquema resumen para facilitar la observación y la descripción posterior sobre los cambios ocupacionales.

TABLA 1 ESQUEMA RESUMEN

	<p><b>1.</b> Percepción positiva de las madres y padres sobre los cambios ocupacionales durante el confinamiento de sus hijos/as.</p> <p>1.1 Actividades de la vida diaria e instrumentales</p> <p>1.2 Descanso y sueño</p> <p>1.3 Juego/Actividades de ocio y tiempo libre</p> <p>1.4 Educación</p> <p>1.5 Participación social</p>
	<p><b>2.</b> Percepción negativa de las madres y padres sobre los cambios ocupacionales durante el confinamiento de sus hijos/as.</p> <p>2.1 Actividades de la vida diaria e instrumentales</p> <p>2.2 Juegos/actividades de ocio y tiempo libre</p> <p>2.3 Educación</p> <p>2.4 Participación Social</p> <p>2.5 Descanso y sueño</p>
	<p><b>3.</b> Modificaciones y/o adaptaciones en el domicilio realizadas por los madres y padres.</p>
	<p>3.1 Organización del tiempo</p> <p>3.2 Organización del entorno físico</p> <p>3.3 Materiales</p>

## Percepción positiva de las madres y padres sobre los cambios ocupacionales durante el confinamiento de sus hijos/as.

### 1.1 Actividades de la vida diaria e instrumentales

De acuerdo a las experiencias analizadas se observó un aumento en la independencia y autonomía de las actividades de la vida diaria e instrumentales de los niños y niñas. Padres y madres manifestaron que sus hijos e hijas comenzaron a realizar tareas de hogar, relacionadas con la alimentación, vestuario, aseo personal y del hogar.

Los entrevistados manifestaron satisfacción en el desempeño de sus hijas e hijos, aludiendo a lo siguiente:

*“La verdad es que se volvió mucho más autónoma, eh... se baña sola, se viste sola, escoge su ropa, es bien independiente en ese aspecto, se prepara desayuno sola, obviamente algo que no le infrinja peligro, si tiene que prepararse yogurt con cereal solita, lo hace y lo hace bien, muy bien”* (PP.2, madre de niña de 6 años 11 meses)

*“Lo básico de comida, sí me preocupé de mantenerlo súper ordenado para darle un orden a la vida completa, y que no se perdiera, en ese sentido te puedo decir que incluso la cosa mejoró, porque como yo estaba en la casa me podría preocupar de eso”* (PP.13, madre de niño de 8 años).

Con respecto a las actividades de la vida diaria instrumentales hubo un mayor implicación en actividades y responsabilidad del hogar gracias al incentivo y apoyo de las madres y padres:

*“Le hemos dado más responsabilidades en la casa, que tenga el mayor tiempo ocupado en quehaceres, no sé, por ejemplo, eh... ordenar, a sacar polvo, en sacar la basura, en ayudarme a si yo estoy por ejemplo limpiando el antejardín él me tiene que ayudar, él es el encargado de hacer su pieza, de ordenarla, de hacer su cama, está más con actividades domésticas”* (PP.9, madre de niño de 8 años)

*“Trabajamos más en tareas del hogar... yo preparo hartas cosas en la cocina, hacemos más queques, más galletas, decoramos galletas, la cosa es que tenga más actividad”* (PP.11, madre de niño de 7 años)

### 1.2 Descanso y sueño:

Se establece el logro de una correcta organización en los horarios de las niñas y niños, gracias a la preocupación y responsabilidad de las madres y padres que permanecieron en el hogar:

*“Yo he tratado de cuidar que tenga un horario de descanso, que se duerma a una hora, que se despierte a una hora, que duerma una cantidad de horas que no sea un descontrol”* (PP.13, madre de niño de 8 años)

*“Se está durmiendo a las 22.00, hasta el otro día, pero sí duerme bien, en ese aspecto ellos no han variado mucho su rutina, es que tampoco los dejo ver tele de noche y esas cosas, porque yo sé que los estresa más y puede cambiarle su rutina de sueño, entonces no, porque él no usa celulares dos horas antes de dormir, no puede ni juegos*



*de videojuego ni nada de esas cosas, justamente para no alterarle el sueño” (PP.11, madre de niño de 7 años)*

### **1.3 Juego/Actividades de ocio y tiempo libre:**

Madres y padres fomentaron la imaginación y creatividad, a través del ingenio de las niñas y niños comenzaron a realizar actividades familiares como juegos de mesa, lo que fue beneficioso para fortalecer lazos, también aumentó el uso del patio o jardín y tiempo con sus mascotas, lo que permitió la disminución de la tecnología y en parte favoreció el juego al aire libre:

*“Éramos mucho de salir y en la casa, no, como tiene su hermano es más de jugar con muñecos, ahora por ejemplo tiene la mesa, llena de legos, entonces como más juegos de dos, como autos, las peleitas, tienen lleno de colecciones de Max Steel, superhéroes y ese tipo de cosas” (PP.11, madre de niño de 7 años)*

*“Bueno el perro llegó ahora en agosto, ya lleva como 5 meses con nosotros, entonces ahí cuidando al perro, entreteniéndolo, jugando con él, en realidad lo adoptamos con ese propósito de que estuviera más con él que con el celular u otra cosa” (PP.14, madre de niña de 10 años)*

*“Tratamos mucho de tener juegos de mesa, el otro día compré un bingo, todos los domingos jugábamos bingo, apostábamos monedas de 10 pesos, trato siempre de ir jugando” (PP.17, madre de niños de 7 y 11 años)*

### **1.4 Educación:**

Los entrevistados mencionaron lo efectivo que han sido las clases online para sus hijos e hijas, debido a que la mayoría logró adaptarse a la nueva modalidad, lograron adquirir hábitos de estudios, no quedaron con tareas o materia pendiente y aumentaron su participación en clases, permitiéndoles obtener un buen rendimiento académico. Las madres y padres aludieron lo siguiente:

*“Mi hija aprendió a leer y escribir, sin problema el primer semestre y adquirieron hábito de estudio” (PP.2, madre de niña de 6 años 11 meses)*

*“A él le gustó, le dio la oportunidad de participar más en las clases” (PP.25, madre de niño de 10 años).*

### **1.5 Participación social:**

En relación a la participación social, si bien no se pudo desempeñar de manera presencial, el uso de aparatos electrónicos fue una buena herramienta que permitió que niñas y niños tengan instancias de comunicación e interacción con sus familiares y pares a través de video llamadas o videojuegos:

*“Le permitimos tener WhatsApp para que pueda conversar con su papá, porque claro la primera cuarentena igual fue difícil porque él trabaja en el área de la salud, entonces ahí pasó mucho tiempo sin verlo, igual tienen un grupo con los tíos y sus abuelitos y esa es como la forma que tiene para socializar” (PP.22, madre de niña de 9 años)*

*“Le compramos un celular porque a través de esto se pudo conectar con amigas de la escuela, cosa que no podía hacer antes, empezó a jugar con sus amigas por videollamadas” (PP.26, madre de niña de 8 años)*

### **Percepción negativa de las madres y padres sobre los cambios ocupacionales durante el confinamiento de sus hijos/as.**

En relación al impacto negativo, las ocupaciones que más predominaron y se vieron expuestas a cambios adversos fueron: Educación, participación social y el juego, mientras que las actividades de la vida diaria y descanso y sueño tuvieron menos repercusión.

### **2.1 Actividades de la vida diaria e instrumentales:**

Las personas entrevistadas mencionaron cambios principalmente en las actividades de la vida diaria, específicamente en la alimentación, destacando dos aspectos importantes; cambios de horarios alimenticios debido a falta de organización en la rutina y aumento en el consumo de alimentos no saludables, los entrevistados expresaron lo siguiente:

*“Todo se corrió po, porque yo no alcanzaba a hacer el almuerzo para que estuviera listo 12.30 y si había tomado desayuno 10.30 era imposible que le dé almuerzo a las 12.30... sí hubo cambio, pero más de hábito que de calidad” (PP.12, madre de niño de 8 años)*



*“Está preocupado siempre de tomar agua, de comer fruta, no, como que en ese sentido, no se ha notado tanto el desorden, más que nada con los horarios que, por ejemplo, el desayuno y once es más tarde, más que nada un cambio de horario pero no en la alimentación en sí”* (PP.16, madre de niño de 7 años).

En cuanto al consumo de alimentos no saludables, los entrevistados mencionaron que:

*“Él es como que de repente se pone más ansioso, pero por ejemplo estamos tomando desayuno algo ya 1, 2 panes, hijo no, ya 3, pasa media hora y ‘mamá quiero galleta’, o ‘dame otra galleta’”* (PP.17, madre de niño de 7 años)

*“En la primera cuarentena fueron muchas golosinas, era ver una película y mucha bebida, muchas palomitas, papitas y se volvió una costumbre, lo que le generó cierta dependencia por el nivel de azúcar y sal”* (PP.22, madre de niña de 9 años)

## 2.2 Juegos/actividades de ocio y tiempo libre:

En relación a esta ocupación los entrevistados destacan un cambio rotundo en el juego y actividades de ocio y tiempo libre, mencionando que aumentó el sedentarismo producto de la dependencia en el uso de aparatos electrónicos, el desuso de juguetes, disminución del juego al aire libre y con pares y en cuanto a las actividades extracurriculares la mayoría demostró disconformidad al ser realizadas vía remota con posterior pérdida de interés e incluso abandono de la actividad:

*“Ah no... el juego es prácticamente, o sea cero, bueno la única interacción que tiene con otros niños últimamente es por jugar Roblox o por WhatsApp... acceder a videojuegos vía celular tengo la sensación de que le generó cierta dependencia”* (PP.22, madre de niña de 9 años)

*“El tema del celular, pero después pedía más y se convirtió casi en una adicción... y si no lo tiene se aburre y como ella es hija única en la familia... y tiene de todo... a ella le gusta mucho el tema de los dibujos y le compraron unos lápices casi profesionales y ahí están, botando polvo”* (PP.26, madre de niña de 8 años).

## 2.3 Educación:

En cuanto a la educación, en un inicio se generó disconformidad por parte de las niñas y niños por la nueva metodología online debido a su complejidad y considerando que era la única alternativa disponible. Las madres y padres hicieron hincapié en cuatro aspectos importantes que interfirieron en esta ocupación; conflictos familiares al momento de realizar tareas escolares, distracción por estímulos del ambiente impidiendo una correcta atención, rol de educadores por parte de las madres y padres, resultando complejo debido a que no tenían conocimiento del tema o la técnica para enseñar y como último aspecto una minoría no disponían de dispositivos tecnológicos o no se encontraba en condiciones para ser utilizado:

*“El tema de las tareas igual fue como complicado con él, porque de partida a él no le gustaba ir al colegio, y esta cuestión de hacer las clases, más encima así, menos po, entonces, acá ha sido una pelea todos los días con él para que hiciéramos las tareas, pero entre todos las hacíamos, no parábamos, a veces hasta los fines de semana”* (PP.3, madre de niño de 10 años)

*“Lo más terrible es que teníamos un solo computador para los tres... con él se complicó más porque coincidían las horas con su hermana y, lamentablemente, teníamos que decirle que no se podía meter a clases porque su hermana tenía clases”* (PP.19, madre de niño de 9 años)

*“El tema de las clases conmigo pesca menos que en el colegio, porque hay veces incluso que hay cosas que yo no sé explicarte porque no tengo la técnica, los estudios, entonces a veces me cuesta y a ella también porque obvio yo no soy profesora”* (PP.20, madre de niña de 7 años)

## 2.4 Participación Social:

Fue la ocupación que más impactó en el diario vivir de las niñas y niños debido al distanciamiento físico, disminuyó considerablemente ya que no podían reunirse con sus familiares y amigos, generando descontento y a su vez afectando el componente emocional puesto que verlos a través de una pantalla no generó la misma satisfacción que verlos personalmente, por lo que anhelaban el momento del reencuentro. Madres y padres hacen referencia a lo siguiente:



*“Al estar confinados, él ya no pudo salir más a jugar con sus amigos y manifestaba inconformidad, ya estoy aburrido acá porque no puedo salir a jugar con mis amigos”* (PP.1, madre de niño de 11 años)

*“Extraña mucho compartir, eso es lo que más le afecta, el contacto con los niños, porque él es muy amistoso y no puede, entonces extraña mucho a sus amigos, lo pone más ansioso la pandemia”* (PP.11, madre de niño de 7 años)

## 2.5 Descanso y sueño:

Por último, respecto a esta ocupación, se pudo observar que producto del confinamiento hubo cambios en los horarios establecidos para dormir, debido que los infantes se acostaban entre dos a tres horas más tarde, lo que alteraba el despertar al día siguiente, teniendo como consecuencia un desfase en la rutina:

*“Hasta las 6 de la mañana a veces y tengo que enojarme para que se acueste a dormir y con cuea se acuesta a las 12, y al otro día duerme hasta las 1 ó 2, de repente cuando no hay clases el fin de semana”* (PP.19, madre de niño de 9 años)

*“Se acuesta como a las 9.30 pero son las 11 las 12 y todavía está despierta viendo tele”* (PP.20, madre de niña de 7 años).

## Modificaciones y/o adaptaciones en el domicilio realizadas por las madres y padres.

A raíz de los efectos negativos mencionados anteriormente, las madres y padres se vieron comprometidos a realizar adaptaciones y/o modificaciones dentro del hogar, de otro modo habrían existido limitaciones al momento de ejercer sus ocupaciones.

### 3.1 Organización del tiempo:

Se evidenció que las madres y padres implementaron restricciones en el uso de aparatos electrónicos, disminuyendo las horas de utilización de celulares, videojuegos o televisión, previniendo el sobreuso y evitando comportamientos inadecuados provocados por el uso excesivo de los dispositivos:

*“Yo le pongo horario, igual ha jugado con unos monitos que corren, compre un juego, pero les pongo horarios, de las 4 a las 5 por ejemplo, si veo que se pelean se apaga”* (PP.17, madre de niño de 7 años)

*“Entonces ahora le restringimos el tema, está con horarios, porque hasta el comportamiento había cambiado, estaba con muy baja tolerancia a la frustración, se enojaba por todo, empezó a contestar y todo, así que lo atribuimos todo con el juego y el celular”* (PP.26, madre de niña de 8 años).

### 3.2 Organización del entorno físico:

Los entrevistados dieron a conocer las modificaciones realizadas al interior del hogar con el fin de que sus hijos e hijas tengan un óptimo funcionamiento y desempeño en la dinámica de sus actividades. Los principales cambios apuntaron a la distribución de algunos espacios del hogar:

*“El escritorio se vino al dormitorio de los papás, pusimos una oficina, con materiales y todo en la pieza de nosotros, porque está el internet entonces era mucho mejor la conexión para sus clases y todo, em... quedó como un sector de la casa que es como una sala de estar, con toda la caja de los materiales, entonces si ella necesitaba algo, ella sabía que los materiales estaban en ese lugar”* (PP.2, madre de niña de 6 años 11 meses)

Junto a la independización de las habitaciones de sus hijos, como menciona una madre:

*“Sí, de hecho, distribuimos los espacios, el mayor se fue a un lado, él se fue a otro y yo me quedo en otro lugar, cada uno tiene su espacio para entrar a sus clases que era lo principal, porque como te decía, esta es una casa colegio, entonces sí, cada uno tuvo su espacio y ahí yo tuve que armar las piezas de cada uno, antes compartían pieza, pero ahora ya cada uno tiene su pieza”*. (PP.13, madre de niño de 8 años)

Por último, cambios en elementos del entorno a otras habitaciones, permitiéndoles llevar a cabo de manera óptima actividades escolares y de juego:

*“Tuvimos que sacar todos los muebles para que ella pudiera entrenar y hacer educación física”* (PP.26, madre de niña de 8 años)

### 3.3 Materiales:

Los entrevistados mencionaron la necesidad de invertir recursos económicos en materiales debido a que el contexto virtual lo requería para que sus hijos e hijas puedan llevar a cabo sus estudios en el hogar, mencionando lo siguiente:

*“Tuvimos que comprar un computador, tuvimos que comprar impresora, tuvimos que comprar los audífonos, hojas, resmas de hojas jajá, eso no lo teníamos ahí, así que hubo que aumentarlo”.* (PP.9, madre de niño de 8 años)

*“Tuvimos que adquirir una tableta nueva, porque la primera no funcionaba y tuvimos que invertir en eso para que él pudiese trabajar de mejor manera”.* (PP.25, madre de niño de 10 años)

## DISCUSIÓN

El presente estudio se planteó el objetivo de conocer el impacto ocupacional que experimentaron niñas y niños entre 6 a 12 años a causa del confinamiento por COVID-19 según la percepción de sus madres y padres. Los resultados indican que, de acuerdo a los discursos analizados, la pandemia ha impactado negativamente en las ocupaciones de las niñas y niños estudiados en Magallanes, especialmente las que tienen relación con su participación social, educación, juego, descanso y sueño, actividades de la vida diaria de alimentación. En tanto, ocasionó algunos cambios positivos en sus actividades de la vida diaria instrumentales.

Estos hallazgos se alinean a los encontrados en otros estudios que afirman que el distanciamiento físico, el aislamiento social, los cambios en las rutinas diarias derivados de la pandemia de COVID-19, han generado importantes riesgos para la salud, desencadenando graves consecuencias para el estado de ánimo y el comportamiento de la población en general (Canet-Juric et al., 2020; Heitzman, 2020).

La participación social se desarrolla mayoritariamente en el tiempo de juego y educación, por lo tanto, en los niños y niñas estudiadas es la que resultó más afectada producto del distanciamiento físico. Bajo esta situación en diversos casos hubo disminución en las habilidades sociales y la exploración con el medio, generando sentimientos de angustia y soledad. Por esto la presencia

de la familia en el hogar es fundamental, puesto que les otorga la oportunidad de compartir y realizar actividades junto a sus hijos, fortaleciendo el apego y lazos emocionales. Según Mulligan (2006) las relaciones familiares proveen estabilidad, acogida, apoyo emocional no solo durante la niñez sino durante toda la vida.

La educación, se tornó compleja debido a que las niñas y niños debieron adaptarse a la nueva modalidad virtual, como refiere Cifuentes (2020), adecuándose a un entorno en el que podrían existir distractores como ruidos molestos, ansiedad por querer salir, utilizar videojuegos y celulares en momentos inadecuados. Además, se vio condicionada por el compromiso y disponibilidad de las madres y padres, respondiendo a aprender una serie de herramientas informáticas para apoyar las tareas de sus hijos e hijas y desempeñar un rol de profesores improvisados para fomentar y facilitar el aprendizaje, considerando que debían cumplir con otros roles y responsabilidades del trabajo y el hogar.

Las madres y padres mencionan que el juego tuvo un impacto tanto en la calidad como en la cantidad de tiempo que le dedicaban al aire libre, con sus pares y en actividades extracurriculares, existiendo un aumento de las actividades sedentarias, como mirar televisión, jugar videojuegos, uso de computadores y celular, como lo describe CATOI (2020).

El descanso y sueño se vio afectado, debido a que niñas y niños tendieron a acostarse y levantarse más tarde al vivenciar situaciones que no exigían horarios determinados como ocurrió durante el confinamiento. Esto coincide con algunos estudios que indican que la pandemia de COVID-19 parece ser un factor de riesgo de trastornos del sueño (Barrea et al., 2020, Casagrande et al., 2020).

Esto desarrolló rutinas desfasadas y, como consecuencia, la desorganización de actividades durante el día como, impactando directamente en los horarios de alimentación, junto al aumento considerable del apetito, en especial de alimentos no saludables altos en grasas y azúcares, no recomendados en períodos de aislamiento o cuarentena domiciliaria (Méndez et al., 2020), ya que podría ocasionar consecuencias a largo plazo en la salud de niñas y niños ya que aumentan el riesgo de padecer sobrepeso u obesidad y enfermedades crónicas.



Motivos como estos llevaron a que madres y padres tuvieran que realizar modificaciones o adaptaciones en el ambiente físico y temporal. La organización que tenía su vida se había alterado y para que las niñas y niños logaran un óptimo desempeño ocupacional, había que reestructurar. Estas fueron adecuaciones de mobiliario, redistribución de espacios, adquisición de nuevos materiales fueron indispensables para el desempeño de las actividades escolares y para brindar nuevas áreas de juego al interior de los hogares y patio. Las restricciones de horario fueron necesarias para reducir el sobreuso de aparatos electrónicos y así favorecer la ejecución de las actividades de la rutina.

Desde la percepción positiva en educación, las madres y padres fueron apoyo crucial, “no sólo en el sentido de guiar actividades que los padres puedan hacer en las casas, sino más bien en hacer presencia y acompañarlos” (Morales, 2020, párr. 13) para que finalmente sean partícipes de esta nueva modalidad virtual, cumplan con sus responsabilidades y mantengan parte de los estímulos que a su edad y nivel de desarrollo requieren. El aprendizaje se vio favorecido aumentando la participación en clases, el reforzamiento de contenidos, los hábitos de estudios y la finalización de tareas.

En participación social el cambio hacia el entorno virtual impuso el uso masivo de la red social virtual haciendo realidad la conexión con el entorno físico externo, así como la participación en las actividades significativas que se desempeñaban previamente. Los juegos de mesa promovieron el fortalecimiento de lazos familiares y la recreación.

Las niñas y niños adquirieron nuevas responsabilidades en tareas domésticas fortaleciendo su independencia y autonomía al tomar decisiones y participar del cuidado del hogar. Siendo esto último muy destacable para su satisfacción personal. La posibilidad de participar de nuevas actividades junto al apoyo familiar favorece lo que la Terapia Ocupacional fomenta para el desarrollo exitoso de niñas y niños. Como establece Aragonés & Martínez (2017) se ha demostrado que mantener roles, y ocupaciones en contextos de confinamiento tiene beneficios cognitivos, emocionales, físicos, funcionales y sociales. Finalmente, con la satisfacción de participar de ocupaciones se logra el equilibrio ocupacional, que se entiende como la “percepción o experiencia subjetiva que tiene el propio individuo acerca de tener la cantidad adecuada de ocupaciones, la correcta variación

entre las mismas y la satisfacción con el tiempo dedicado” (Sánchez et al., 2017), por lo que promueve la sensación de bienestar y salud que en situaciones de crisis como esta pandemia son fundamentales.

La pandemia generó incertidumbre en relación al ambiente y sus cambios. Las familias debieron adaptarse presentando inestabilidad emocional. Desde la mirada de la Terapia Ocupacional se puede aseverar que resulta relevante el apoyo de las madres y padres para reestructurar las rutinas y adaptarlas al encierro prolongado dentro del hogar, respetando y organizando horarios. En los hogares en los que las ocupaciones se organizaron de forma equilibrada se vio reflejado el bienestar de niñas y niños durante el confinamiento. Si una ocupación no estaba presente o estaba desorganizada, repercutía negativamente en la salud y aprendizaje. El añadir actividades recreativas y fomentar el juego en el ocio y tiempo libre favoreció el equilibrio ocupacional y la sensación de satisfacción de las niñas y niños junto a sus familias.

Como fortaleza del presente estudio cabe mencionar que los datos presentados proporcionan una primera evidencia empírica de que la cuarentena obligatoria tiene un impacto ocupacional en la población infantil estudiada en la región de Magallanes. Sobre sus limitaciones, consideró a apoderados de un mismo establecimiento educacional, lo cual enmarca los resultados a un contexto en particular, desconociendo las percepciones y aportes de madres y padres de otras instituciones de la región o zonas geográficas del país. Además, el abordar una temática actual que aun se encuentra en desarrollo, hizo que resultara complejo encontrar variedad de artículos científicos relacionados con la temática que sustentan teóricamente la investigación.

Este estudio permitió conocer percepciones de madres y padres sobre el impacto que experimentaron niñas y niños en sus ocupaciones, por lo que resulta pertinente investigar sobre las consecuencias que provocan tanto a nivel emocional como físico. Por este motivo invitamos a cumplir este desafío a otros investigadores para aumentar la evidencia científica. También es importante abarcar aspectos ergonómicos (posturas, altura del escritorio, silla, etc.) considerando el ambiente donde las niñas y niños llevan a cabo sus ocupaciones, los hábitos alimenticios y habilidades sociales que podrían requerir entrenamiento.

En definitiva, relevar a niñas y niños como seres ocupacionales, cuya salud y óptimo desarrollo está fuertemente determinado por su contexto, e influido por sus cuidadores o núcleo más cercano.

## FUENTE DE FINANCIAMIENTO

La presente investigación no recibió financiamiento por parte de ninguna institución.

## AGRADECIMIENTOS

Las investigadoras agradecen al establecimiento educacional, por hacer posible que se lleve a cabo la investigación y a los/as participantes por su colaboración y participación.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alvarez, E., Gómez, S., Muñoz, I., Navarrete, E., Riveros, M., Rueda, L., Salgado, P., Sepúlveda, R., & Valdebenito, A. (2021). Definición y desarrollo del concepto de ocupación: ensayo sobre la experiencia de construcción teórica desde una identidad local. *Revista Chilena de Terapia Ocupacional*, 22(2), 161-167. <https://doi.org/10.5354/0719-5346.2007.81>
- American Occupational Therapy Association. (2020). Occupational therapy practice framework: Domain and process (4th ed.). *American Journal of Occupational Therapy*, 74 (Suppl. 2), 7412410010. <https://doi.org/10.5014/ajot.2020.74S2001>
- Aragón-Fernández, V. J., & Martínez-Sánchez, M. C. (2017). Roles a través de la ocupación, justificación bajo el modelo de atención centrada en la persona. *Revista Terapia Ocupacional Galicia*, 14(25), 276-80. <http://www.revistatog.com/num25/pdfs/colab.pdf>
- Asociación Médica Mundial. (2017). *Declaración de Helsinki de la AMM - principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos*. <https://www.wma.net/es/polices-post/declaracion-de-helsinki-de-la-amm-principios-eticos-para-las-investigaciones-medicas-en-seres-humanos/>
- Barrea, L., Pugliese, G., Framondi, L., Di Matteo, R., Laudisio, D., Savastano, S., Colao, A., & Muscogiuri, G. (2020). Does Sars-Cov-2 threaten our dreams? Effect of quarantine on sleep quality and body mass index. *Journal of translational medicine*, 18(1), 318. <https://doi.org/10.1186/s12967-020-02465-y>
- Canet-Juric, L., Andrés, M.L., del Valle, M., López-Morales, H., Poó, F., Galli, J.I., Yerro, M., & Urquijo, S. (2020). A longitudinal study on the emotional impact cause by the COVID-19 pandemic quarantine on general population. *Frontiers in Psychology*, 11, 565688. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.565688>
- Casagrande, M., Favieri, F., Tambelli, R., & Forte, G. (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*, 75, 12-20. <https://doi.org/10.1016/j.sleep.2020.05.011>
- Cardozo Tafur, M. (2018). Instrumentalización de las Actividades de la Vida Diaria (AVD), una revisión desde Terapia Ocupacional. *Revista Chilena de Terapia Ocupacional*, 18(1), 27-34. <https://doi.org/10.15332/s1657-107X.2017.0001.06>
- Cazau, P. (2006). Introducción a la investigación en ciencias sociales. *Universidad de Extremadura*. <https://alcazaba.unex.es/asg/400758/MATERIALES/INTRODUCCION%20EN%20CC.SS..pdf>
- Cifuentes-Faura, J. (2020). Consecuencias en los Niños del Cierre de Escuelas por Covid-19: El Papel del Gobierno, Profesores y Padres. *Revista Internacional De Educación Para La Justicia Social*, 9(3), 1-12. <https://revistas.uam.es/riejs/article/view/12216/12089>
- Cortés, A., & García, G. (2017). Estrategias pedagógicas que favorecen el aprendizaje de niñas y niños de 0 a 6 años de edad en Villavicencio-Colombia. *Rev. Interamericana De Investigación, Educación.*, 10(1), 125-143. <https://doi.org/10.15332/s1657-107X.2017.0001.06>
- Flores Águila, M. A., Verdugo Huenumán, W. A., Vásquez Oyarzún, C. A., Mandiola Godoy, D., & Hichins Arismendi, M. (2020). Impacto ocupacional por cuarentena obligatoria: el caso de la región de Magallanes y Antártica Chilena. *Revista Terapia Ocupacional Galicia*, 17(2), 168-176. <https://doi.org/S1885-527X2020000200009>
- Gómez Lillo, S. (2021). Equilibrio y organización de la rutina diaria. *Revista Chilena de Terapia Ocupacional*, 22(2), 169-176. <https://doi.org/10.5354/0719-5346.2006.111>
- Guzman, M. (2020). *Sugerencias de Terapia Ocupacional infantil: ¿Cómo sobrellevar el período de cuarentena y aislamiento social?* Catoí, Universidad Central. [https://www.ucentral.cl/ucentral/site/docs/20200402/20200402112630/materia\\_catoi\\_21162\\_.pdf](https://www.ucentral.cl/ucentral/site/docs/20200402/20200402112630/materia_catoi_21162_.pdf)
- Heitzman J. (2020). Impact of COVID-19 pandemic on mental health. *Psychiatria Polska*, 54(2), 187-198. <https://doi.org/10.12740/PP/120373>
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2014). Metodología de la investigación. (6ª ed.). McGraw-Hill Education.
- Jaramillo-Naranjo, L.M., & Puga-Peña, L.A. (2016). El pensamiento lógico-abstracto como sustento para potenciar los procesos cognitivos en la educación. *Sophia*, Colección de Filosofía de la Educación, (21), 31-55. <https://doi.org/10.17163/soph.n21.2016.01>
- Johnson, M., Cuesta, L., & Tumas, N. (2020). *Emociones, preocupaciones y reflexiones frente a la pandemia del COVID-19 en Argentina*. *Ciência & Saúde Coletiva*. 25(1), 2447-2456. <https://doi.org/10.1590/1413-81232020256.110472020>
- Leegstra, R., Cacciavillani, M., Anderson, M., Remesar, S., Prada, M., Cristiani, L., Bertoloto, M., & Collavini, M. (2014). Descripción



- de la forma y función de la participación de los jóvenes en las actividades instrumentales de la vida diaria. *Revista Chilena de Terapia Ocupacional*, 14(2), 211-218. <https://doi.org/10.5354/0719-5346.2014.35723>
- Masalan, M.P., Sequeira, J. & Ortiz, M. (2013). Sueño en escolares y adolescentes, su importancia y promoción a través de programas educativos. *Revista chilena de pediatría*, 84(5), 554-564. <https://doi.org/10.4067/S0370-41062013000500012>
- Méndez, D., Padilla, P., & Lanza, S. (2020). Recomendaciones alimentarias y nutricionales para la buena salud durante el COVID-19. *Innovare: Revista De Ciencia Y Tecnología*, 9(1), 55-57. <https://doi.org/10.5377/innovare.v9i1.9663>
- Mieles-Barrera, M.D., Tonon, G., & Alvarado-Salgado, S.V., (2012). Investigación cualitativa: El análisis temático para el tratamiento de la información desde el enfoque de la fenomenología social. *Universitas Humanística*. (74), 195 - 225. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=79125420009>
- MINEDUC. (2020). *Coronavirus COVID-19 en establecimientos educacionales y jardines infantiles*. (protocolo n° 2). Ministerio de Educación. [https://www.mineduc.cl/wp-content/uploads/sites/19/2020/03/circular\\_coronavirus.pdf](https://www.mineduc.cl/wp-content/uploads/sites/19/2020/03/circular_coronavirus.pdf)
- Morales, C. (2020, 28 de abril). «Si a esta situación que ya es tremendamente ansiógena, uno le agrega que tiene que responder a un ideal de madre o padre, se vuelve algo muy inabordable». Universidad de Chile. <https://www.uchile.cl/noticias/162923/crianza-de-ninos-ninas-y-adolescentes-en-medio-de-la-pandemia>
- Morrison, R., & Silva, C. (2020). Terapia ocupacional en tiempos de pandemia. *Revista Chilena de Terapia Ocupacional*, 20(1), 7-12. <https://doi.org/10.5354/0719-5346.2020.57813>
- Mulligan, S. (2006). *Terapia Ocupacional en pediatría: Proceso de evaluación*. Médica Panamericana.
- Oates, J., Karmiloff, A., & Johnson, M. (1). (2012). *El cerebro en desarrollo*. The Open University. <http://www.codajic.org/sites/default/files/sites/www.codajic.org/files/El-cerebro-en-desarrollo.pdf>
- Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de muestreo sobre una población a estudio. *International Journal of Morphology*. 35(1), 227-232. <https://doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>
- Pastrian-Soto, G. (2020). Genetic and Molecular Basis of COVID-19 (SARS-CoV-2) Mechanisms of Pathogenesis and Immune. *Revista internacional de odontostomatología*. 14 (3), 331-337. <http://doi.org/10.4067/S0718-381X2020000300331>
- Plena inclusión España. (2020) *Confinamiento y aislamiento: Estrategias para afrontar situaciones de confinamiento y aislamiento por el COVID-19 con personas con discapacidad intelectual o del desarrollo que presentan problemas de conducta y/o salud mental*. [https://www.plenainclusion.org/sites/default/files/plena\\_inclusion.\\_confinamiento\\_y\\_aislamiento.pdf](https://www.plenainclusion.org/sites/default/files/plena_inclusion._confinamiento_y_aislamiento.pdf)
- Rodríguez-Fernández, P., González-Santos, J., Santamaría-Peláez, M., Soto-Cámara, R., & González-Bernal, J. J. (2021). Exploring the Occupational Balance of Young Adults during Social Distancing Measures in the COVID-19 Pandemic. *International journal of environmental research and public health*, 18(11), 5809. <https://doi.org/10.3390/ijerph18115809>
- Sánchez-Martín, A. López-Roig, S., Peral-Gómez, P. (2017). Concepto de equilibrio ocupacional en estudiantes de 1° de grado de Terapia Ocupacional de la Universidad Miguel Hernández. *Revista Terapia Ocupacional Galicia*, 14(26), 427-435. <http://www.revistatog.com/num26/pdfs/original9.pdf>
- Seremi de Salud Magallanes. (s.f.). *Contingencia coronavirus en Magallanes Covid19*. Consultado el 18 de julio de 2020. <https://contingencia-coronavirus-snit-magallanes.hub.arcgis.com>
- Wagman P, Håkansson C, Björklund A. (2012). Occupational balance as used in occupational therapy: a concept analysis. *Scand J Occup Ther*, 19(4):322-7. <https://doi.org/10.3109/11038128.2011.596219>