



AUTORREGULACIÓN EN POBLACIÓN RARÁMURI ANTES Y DURANTE EL CONFINAMIENTO POR COVID-19

Lucía Concepción Palma Gardea

Universidad Autónoma de Chihuahua
lcpalma@uach.mx

Carolina Jiménez Lira

Universidad Autónoma de Chihuahua
cajimenez@uach.mx

Miguel Conchas Ramírez

Universidad Autónoma de Chihuahua
mconchas@uach.mx

Área temática: Procesos de aprendizaje y educación

Línea temática: Familia-escuela durante la contingencia sanitaria por la COVID-19

Tipo de ponencia: Reporte parcial



Resumen

La autorregulación es la capacidad que ayuda a las personas a controlar actividades y emociones frente a los eventos de la vida. La contingencia cambió la forma de vida, por lo que se plantea como principal objetivo de este trabajo determinar cómo se desarrollaban las actividades relacionadas con la autorregulación en niños rarámulis, antes y durante la pandemia. Esta población forma parte de la etnia más numerosa del estado de Chihuahua. Los participantes fueron 30 niños de las comunidades de Guachochi, Norogachi y Tucheachi (M edad = 9.1 años). Los padres completaron un cuestionario dividido en tres secciones (antes y durante la pandemia y características generales). Los resultados indican que, en general, la frecuencia de actividades relacionadas con la autorregulación se incrementó durante la pandemia, $F(9, 29) = 5.04$, $p = .001$, $\eta^2_p = .68$, I de Wilks = .32. Los padres reportaron que sus hijos finalizan sus tareas ($M = 3.73$), respetan turnos ($M = 3.30$), son tranquilos y ponen atención ($M = 3.07$) y siguen instrucciones ($M = 3.43$) muy seguido; mientras que comparten sus juguetes la mitad del tiempo ($M = 2.27$). Se concluye que el apoyo que los niños reciben, por parte de los miembros de su familia es de gran beneficio sobre todo cuando se está en una etapa de crecimiento.

Palabras clave: actividad física, autorregulación, grupos étnicos, salud, vulnerabilidad social.

Introducción

La autorregulación es un proceso, el cual necesita de un predominio de actitudes favorables y positivas para un mejor estímulo de esta, cabe destacar que las realizaciones de estas actividades, a edades tempranas la persona desarrolla de una mejor manera esta capacidad para la toma de decisiones. García (2003), maneja importantes competencias para el desempeño de la persona, en este caso, que aprende y no sólo es expresión de un desarrollo personal, sino del dominio de un conjunto integrado de recursos para conocer y actuar, en síntesis, para aprender con calidad.

En este sentido para García (2003) la autorregulación consiste en el conjunto de habilidades en una persona, la forma de aprendizaje, el dominio integrado de los recursos internos y externos, la determinación de elegir una acción o el dejar de hacerla. A su vez es indispensable para cualquier contexto donde se desarrolle la persona. Por lo tanto, es un proceso psíquico superior, debido a la necesidad del contexto, el cual influye en la persona desde edades tempranas. Así mismo, es un proceso complejo de realizar, como también de explicar, debido a la manera que interviene la personalidad, comportamiento, conducta y regulación de cada persona, ya que son individuales y, por ello, distinta a la de los demás; a su vez influyen los procesos cognitivos, emocionales y hasta valores de cada persona y sociedad, ante diversas situaciones del día a día.

Por otro lado, Montenegro (2018) menciona la autorregulación socioemocional como una capacidad de la personalidad ya que está influida por la motivación, así como la capacidad de inhibir las respuestas negativas y retrasar la gratificación o meta.; es decir, un individuo con esta capacidad puede controlar sus reacciones emocionales ante situaciones ya sean a favor o en contra de las acciones a realizar, en el caso de un niño, puede resistir su inclinación inmediata a estallar en ira cuando un compañero salta frente a él en la fila del almuerzo

Con referencia a los niños y adolescentes Campbell (2006) dice en general, que es más probable lleven a cabo comportamientos de autorregulación si se establecen objetivos para los cuales tienen control directo, ayudando a evaluar de forma continua los comportamientos, respuestas, aptitudes, habilidades, por ende, la autorregulación depende en gran medida de las capacidades de desarrollo; el establecimiento de objetivos y el autocontrol según Zimmerman (1989).

En función de lo planteado y tomando en cuenta la reciente pandemia que acabamos de vivir en 2020 a nivel mundial se puede decir que durante dos **años y aun en la actualidad, el sentido de la libertad ha cambiado poco a poco, conforme toca vivir el día a día. Una** contingencia sanitaria declarada por la OMS el 30 de enero como “Emergencia de Salud Pública de Interés Internacional”, el 11 de marzo declarada como pandemia, y para el 14 de abril ya se contaba con 117,000 muertes a nivel mundial. Debido a esto, en todo el mundo tuvo que permanecer en los hogares e interrumpir de manera urgente la vida rutinaria de la población global (Camacho-Cardenosa et al., 2020).

Por otra parte, es importante conocer la población que participó en el presente estudio: los Ralámulis mismo nombre que ellos se han establecido, se define según el diccionario tarahumara de Samachique de Hilton (1993) Ralámuli: tarahumara, gente, al resaltar su significado etimológicamente proviene de las raíces rara (pie) y muri (corre) traducido como: “corredores a pie” (INPI, 2017). Es considerado el grupo étnico predominante, en el estado de Chihuahua, con 84.2%, es decir, 85,316 personas aproximadamente como representantes de ésta etnia. El territorio, donde se localizan se conoce como Sierra Tarahumara, la cual, se ubica en la Sierra Madre Occidental en el estado de Chihuahua (López, 2019). Es importante el saber y el reconocer el trabajo que esta etnia indígena desarrolla, como bien son agricultores de maíz y frijol; también artesanos, ya que fabrican distintos objetos para satisfacer sus necesidades de la vida cotidiana y para comercializar. Las mujeres hacen ollas de barro, platos, vasos, tazas y jarros; también usan la palma y palmilla para tejer canastas de diversos tamaños. Los hombres, por su parte fabrican violines, bolas, arcos y tambores, bateas, cucharas y tallan figuras con madera y otros tejen cobijas y fajas de lana con figuras geométricas (INPI, 2017).

Con relación a su educación, tiempo atrás, consistía en aprender y ejecutar con éxito las actividades de ser agricultor, así como criador de ganado, además de aprovechar la pesca y la caza como medios de subsistencia, mientras era guiado a la preparación para ser un guerrero (Arpee, 1935). Día a día ha cambiado, tanto para los mestizos como para las etnias indígenas, y sobre todo para un mejor bienestar ante la sociedad, y crecimiento como país. En el ciclo escolar 2017-2018 en el Estado de Chihuahua aproximadamente la educación Indígena a nivel preescolar llegó a un total de 4,482 siendo 2,150 mujeres y 2,332 hombres, mientras que en la educación primaria se llegó a un total de 19,805 siendo 9,669 mujeres y 10,136 hombres (SEP, 2018).

El objetivo es analizar si existen diferencias en la autorregulación en niños ralámulis antes y durante de la pandemia. Esta investigación se realizó en el municipio de Guachochi, en la cabecera y en dos pueblos cercanos: Norogachi y Tuheachi. La información se recolectó en el lapso de una semana. Está investigación fue realizada con el apoyo de 30 padres y/o tutores con una media de edad de 33.04 años (± 9.35), los cuales contestaron un cuestionario para conocer los datos de 30 niños ralámulis, provenientes del municipio de Guachochi. Dieciséis niños pertenecen a la cabecera, 8 de Norogachi y 6 de Tuheachi; con una media de edad de 9.1 años (± 1.49), los cuales fueron seleccionados a conveniencia, y su participación voluntaria. El diseño de esta investigación es cuantitativo (Hernández et al., 2014), debido a que se aplicó un cuestionario para la recolección de información; los resultados se analizaron de manera estadística. A su vez, exploratoria por investigar problemas que han sido poco estudiados; descriptiva, por la búsqueda de características de un grupo en particular obteniendo información de manera independiente o en conjunto; no experimental, transversal porque solo se analiza la muestra en un momento determinado. Las variables utilizadas en esta investigación mismas que son susceptibles a medirse u observarse son las siguientes: Pandemia, es una época donde se modificaron las actividades cotidianas debido a una situación de salud generalizada, debido a la cancelación de clases, y por lo tanto los niños permanecían la mayor parte del tiempo

dentro de sus casas; la autorregulación, capacidad de controlar emociones ante situaciones determinadas, esto se midió en niños ralmulís antes y durante la pandemia. Así como, el apoyo de mamás o tutores hacia a sus hijos en juegos de pensar, actuar, concentración, memorizar, a la actividad física, apoyo en tareas entre otras características de comportamiento.

El instrumento que se utilizó para esta investigación fue un cuestionario de 26 preguntas relacionadas con la autorregulación; 20 de ellas se encuentran divididas en dos secciones: actividades o acciones que se realizaban antes de la pandemia y; las mismas durante la pandemia, cada una de estas con escala tipo Likert sobre la frecuencia con que se realizan: 1. juegos de pensar y actuar 2. memorizar, 3. actividad física por lo menos 30 minutos, 4. Concentración y atención, 5. Cantar repitiendo palabras o agregándole, 6. Promover a finalizar tareas, 7. Promover a respetar turnos, 8. Compartir juguetes, 9. Tener tranquilidad, 10. Poner atención y alentar a seguir instrucciones. Esta sección se analizó de manera previa, con un análisis de personal externo sobre la comprensión de las preguntas. El resto del cuestionario consta de 6 preguntas para conocer el comportamiento del niño, de las cuales 5 cuentan con opción múltiple y solo una abierta.

Se determinó el instrumentó, siendo este un cuestionario dividido en tres áreas para conocer la autorregulación del niño antes y durante la pandemia, así como las características del comportamiento general del niño. Así mismo, se generaron los consentimientos informados y traducidos en lengua tarahumara

En la localidad de Guachochi se le pidió ayuda a una maestra que se encontraba ahí, para poder aplicar los cuestionarios. Se habló con los padres de familia, de manera individual y con los lineamientos de sanitización, para explicar todo el procedimiento, de donde pertenecía esta investigación y con qué fin se realizaba, de manera voluntaria accedieron 16 personas a contestar los cuestionarios. Mientras tanto en Norachi una maestra se fue casa por casa explicando el proceso de esta investigación y pidiendo permiso para la aplicación de los cuestionarios. De manera voluntaria solo 8 personas accedieron a contestarlos.

Por otro lado, en Tucheachi no todos hablaban bien el español por lo cual se contó con un intérprete de lengua Tarahumara para, de esta manera explicarles todo el procedimiento. Se logró la aplicación de 6 cuestionarios. En todas las localidades se tuvo buena actitud por parte de las personas, al igual que una adecuada participación.

El análisis estadístico se realizó un Análisis de varianza de Medidas Repetidas de 2(tiempo: antes y durante la contingencia) x 10 (ítems del cuestionario) seguido de ANOVAs de medidas repetidas individuales. Así mismo, para las preguntas sobre el comportamiento, se realizó un análisis descriptivo de la información.

Desarrollo

A continuación, se presentan los resultados de las preguntas de autorregulación del cuestionario. En las cuales, la media más alta se encuentra en la pregunta que habla sobre el nivel de promover turnos en casa durante la pandemia, con una media de 3.87, mientras que la media más baja de 1.33 se ve en la pregunta cinco que habla si en ese tiempo se realizaban actividades de canto en las cuales se agregaban o repetían palabras antes de la pandemia. Otra, respuesta que llama la atención es la relacionada con la promoción para la finalización de las tareas por parte del niño, en la cual se observa que antes de la pandemia el nivel de promoción era mayor que durante la pandemia.

Para analizar si existen diferencias entre los ítems antes y durante la contingencia, se realizó un Análisis de Varianza de Medidas Repetidas de 2(tiempo: antes y durante) x 10(ítems del cuestionario). Los resultados indicaron un efecto de Tiempo, $F(9, 29) = 10.69, p = .003, \eta^2_p = .27, l$ de Wilks = .73, siendo mayor la media de los resultados durante la pandemia ($M = 2.867, DE = 0.10$), que antes de la pandemia ($M = 2.470, DE = 0.116$); un efecto significativo de los ítems, $F(9, 29) = 18.29, p = .000, \eta^2_p = .89, l$ de Wilks = .11; y una interacción significativa de tiempo x ítems, $F(9, 29) = 5.04, p = .001, \eta^2_p = .68, l$ de Wilks = .32, (ver Figura 3.1). A continuación, se realizaron Análisis de Medidas Repetidas para cada ítem, comparando las respuestas del antes y durante la contingencia (tabla 1).

Los resultados indican que en las preguntas 1 a la 7, se obtuvo una diferencia entre el antes y durante la pandemia, siendo mayores las medias para el periodo de contingencia excepto para la pregunta seis en la cual se observó una disminución durante la pandemia (tabla 1 y figura 1).

Figuras 1. Diferencia de autorregulación de antes y durante la pandemia



Los padres reportaron que antes de la contingencia jugaban juegos que requieren parar, pensar y luego actuar de vez en cuando con sus hijos y durante la contingencia la frecuencia de esta actividad se incrementó a la mitad del tiempo. Con respecto a juegos que requieren memorizar, antes de la pandemia en promedio los padres involucraban a sus hijos de vez en cuando en esta actividad, durante la pandemia se incrementó levemente tendiendo hacia la mitad del tiempo.

Para los ítems animar a realizar actividad física por lo menos 30 minutos, jugar a juegos que implican concentración y atención, practicar canciones que repitiendo o agregan palabras, la frecuencia reportada antes de la contingencia fue de vez en cuando mientras que durante la contingencia la frecuencia de esta actividad se incrementó a la mitad del tiempo. Para la pregunta sobre que si los padres promovieron la finalización de las tareas se observó una disminución en la frecuencia del durante comparado con el antes de la contingencia de muy seguido tendiendo hacia la mitad del tiempo. Los ítems en los cuales no se observaron diferencias fueron: promover a respetar turnos, compartir juguetes, tener tranquilidad, poner atención y alentar a seguir instrucciones.

Tabla 1. Comparación de actividades antes y durante la pandemia

Preguntas	Antes Media DE	Durante Media DE	F	P
1	1.40 (± 0.89)	2.13 (± 0.93)	13.82	.000
2	1.37 (± 1.03)	1.90 (± 0.92)	6.98	.013
3	1.60 (± 1.16)	2.57 (± 0.85)	21.99	.000
4	1.57 (± 1.22)	2.33 (± 1.21)	5.85	.022
5	1.33 (± 1.39)	2.07 (± 1.17)	7.33	.011
6	3.70 (± 0.46)	3.23 (± 0.67)	9.73	.004
7	3.57 (± 0.72)	3.87 (± 0.43)	5.48	.026
8	3.50 (± 0.86)	3.80 (± 0.48)	3.51	.071
9	3.27 (± 0.86)	3.30 (± 0.79)	0.03	.865
10	3.40 (± 0.93)	3.47 (± 0.86)	0.12	.730

Nota: DE = desviación estándar.

La Tabla 2 presenta los descriptivos del cuestionario de comportamientos. Se encontró que en general, los niños finalizan sus tareas ($M = 3.73$), respetan turnos ($M = 3.30$), son tranquilos y ponen atención ($M = 3.07$) y siguen instrucciones ($M = 3.43$) muy seguido; mientras que los padres reportaron que comparten sus juguetes la mitad del tiempo ($M = 2.27$).

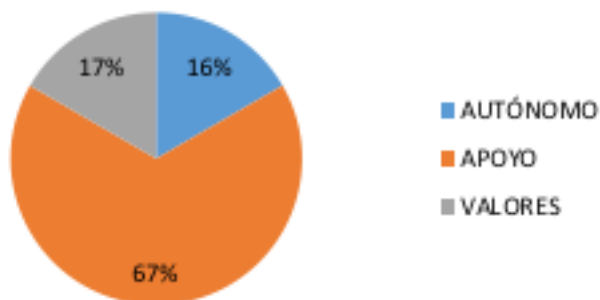
Tabla 2. Medias y diferencia estándar de las preguntas de comportamiento

Pregunta	Media (DE)
1	3.73 (±0.52)
2	3.30 (±0.70)
3	2.27 (±0.87)
4	3.07 (±0.69)
5	3.43 (±0.63)

Nota: DE = desviación estándar.

Para finalizar, en la Figura 2 se presentan las respuestas de la pregunta abierta ¿qué actividades realiza usted para que su hijo/a se mantenga en haga tareas o realice actividades de manera autónoma? de esta manera se destacó que las actividades realizadas por los padres para que los niños terminen sus actividades son apoyándolo con un 67% de los casos, siguiendo el inculcarles valores y por último el dejar que realicen las cosas de forma autónoma.

Figura 2. Actividades que realiza tutor-hijo para la realización de tareas



Los resultados sobre el comportamiento de los niños sugieren que éstos prefieren terminar sus tareas antes que realizar otra actividad de las mencionadas, y dejando como la actividad menos frecuente el prestar los juguetes, por lo cual si lo analizamos, es más común que los niños terminen sus tareas porque es algo que los tutores de cada familia se encargan más de implementar día a día, y bien, el prestar los juguetes es algo que en su mayoría no se están al pendiente de ello mientras que hoy en día debido al confinamiento que nos enfrentamos es más difícil realizar esta actividad ya que los niños no realizan sus actividades como antes.

Conclusiones

La investigación tenía como objetivo conocer si existía una diferencia en la autorregulación en niños rarámulis antes y durante la pandemia, por lo cual concluimos que sí, si existe una diferencia. La autorregulación mejora de una manera mínima pero significativa para la vida de los niños, vivir bajo las reglas de un confinamiento crea un mejor desarrollo de esta ya que están sujetos a nuevos cambios en la vida diaria, y a una mayor atención por parte de los miembros de su familia, al ser limitados los horarios de salida.

Si la autorregulación mejoró durante esta pandemia se debe al hecho de que los padres y/o tutores de cada participante están trabajando con ellos de una manera más en conjunto, la realización de las tareas de la escuela y casa ahora están bajo el mandato de las personas más cercanas a ellos. Se recomienda que los niños, en conjunto con los mayores, trabajen actividades para el mejor desarrollo de la autorregulación siendo estas actividades en las cuales este el pensar y actuar, las emociones, analizar, la cognición, seguir instrucciones, un orden, entre otras, con el fin de lograr una mejor capacidad de toma de decisiones y esta no conlleve a comportamientos riesgosos y no saludables. Así mismo se recomienda que se abran las propuestas a nuevos temas a investiga sobre la autorregulación y algunos confinamientos, ya que en la actualidad y en el futuro no estamos exentos a encontrar en nuestra vida otro confinamiento, estas investigaciones con el fin de saber trabajar y mejorar la autorregulación y sobre todo conocer como esta se desenvuelve en diferentes ámbitos de la vida.

Referencias

- Arpee, L. (1935). *Los indios tarahumaras de Chihuahua, Anales del Museo Nacional de México* (2), 461-477. Museo Nacional de México.
- Camacho-Cardenosa, A., Camacho-Cardenosa, M., Merellano-Navarro, E., Trapé, Á. A., y Brazo-Sayavera, J. (2020). Influencia de la actividad física realizada durante el confinamiento en la pandemia del covid-19 sobre el estado psicológico de adultos: un protocolo de estudio. *Revista Española Salud Pública*, 94, 1-9.
- Campbell, S. B. (2006). *Behavior problems in preschool children: Clinical and developmental issues*. Guilford Press.
- García, I. (2003). *La autorregulación del aprendizaje escolar*. Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas-CIPS. http://biblioteca.clacso.org.ar/Cuba/cips/20130705115548/Garcia_Montero.pdf.
- Hilton, K. S. (1993). *Diccionario tarahumara de Samachique: Vocabularios Indígenas*.
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación*. Sexta Edición. Mcgrawhill: interamericana editores. México.

- INPI. (2017). *Etnografía del pueblo tarahumara (rarámuri)*. México. <https://www.gob.mx/inpi/articulos/etnografia-del-pueblo-tarahumara-raramuri>.
- Montenegro, M. A. (2018). El desarrollo socio emocional en los niños menores de 5 años (Tesis de pregrado). Universidad Nacional de Tumbes: Perú.
- López, E. (2019). *Los 4 Grupos Étnicos de Chihuahua Principales*, Lifeder.com <https://www.lifeder.com/grupos-etnicos-chihuahua/>
- SEP. (2018). *Principales Cifras del Sistema Educativo Nacional 2017-2018*. México. https://www.planeacion.sep.gob.mx/Doc/estadistica_e_indicadores/principales_cifras/principales_cifras_2017_2018_bolsillo.pdf
- Zimmerman, B. J. (1989). A social cognitive view of self-regulated academic learning. *Journal of educational psychology*, 81(3), 329–339. DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-0663.81.3.329>.