

# Estructura y manejo del tiempo en jóvenes mexicanos durante la pandemia covid-19

Maricela Osorio-Guzmán, Ph. D.<sup>a</sup>

Carlos Prado-Romero, Ph. D.<sup>b</sup>

Centeotl Ruiz-Mendoza<sup>c</sup>

Universidad Nacional Autónoma de México

Santa Parrello, Ph. D.<sup>d</sup>

Università degli Studi di Napoli Federico II, Italia

✉ maricela.osorio@iztacala.unam.mx

## Resumen (analítico)

De acuerdo con las ideas de que la concepción del tiempo es un recurso valioso para el ser humano y que la estructuración y manejo de este durante la pandemia afectó a las juventudes debido a las medidas sanitarias implementadas, el objetivo fue describir el grado de estructuración y propósito en el manejo del tiempo de una muestra de jóvenes mexicanos(as) durante la pandemia por covid-19. Participaron 192 jóvenes, quienes respondieron una cédula de datos personales y el cuestionario de estructura del tiempo. Los resultados sugieren que variables como la escolaridad, las condiciones de vivienda y familia, así como las pérdidas por covid-19 modularon la estructura del tiempo. Se concluye que la pandemia repercutió en la forma en la cual los(as) jóvenes y adultos jóvenes estructuraron el tiempo.

## Palabras clave

Manejo del tiempo; percepción del tiempo; Covid-19; adultos jóvenes.

## Tesaurus

Medical Subject Headings.

## Para citar este artículo

Osorio-Guzmán, M., Prado-Romero, C., Ruiz-Mendoza, C., & Parrello, S. (2023). Estructura y manejo del tiempo en jóvenes mexicanos durante la pandemia covid-19. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 22(1), 1-19. <https://doi.org/10.11600/rllcsnj.22.1.5833>

## Historial

Recibido: 24.02.2023

Aceptado: 26.07.2023

Publicado: 17.11.2023

## Información artículo

La investigación hace parte de una más general denominada «Pandemia ed effetti collaterali del distanziamento sociale nella famiglia, nella scuola e nell'università» amparadaa por el convenio de colaboración entre la Universidad de los Estudios de Nápoles Federico II y la Universidad Nacional Autónoma de México (n.º de Registro Unam: 57996-27-27-1-21). Aprobada por el comité de bioética (Oficio CE/Fesi /032022/1407) y se llevó a cabo del 20 de septiembre del 2021 al 30 de noviembre del 2021. Este proyecto no recibió financiamiento de ninguna institución. **Área:** ciencias sociales. **Subárea:** psicología.

# Structure and management of time among Mexican young people during the Covid-19 pandemic

## Abstract (analytical)

Based on the idea that time is a valuable resource for human beings and the structuring and management of time during the pandemic affected young adults, the objective of this study was to describe the time structuring and management used by a sample of Mexican young people during the Covid-19 pandemic. A total of 192 young people answered a personal data survey and a Time Structure Questionnaire (TSQ). The results of the questionnaire suggest that variables such as schooling, housing, and family conditions, as well as the loss of family members due to Covid-19, modulated the young people's time structure. The authors conclude that the pandemic had an impact on the structuring and management of time among the young adults included in the sample.

## Keywords

Time management; time perception; Covid-19; young adults.

# Estrutura e gestão do tempo entre jovens mexicanos durante a pandemia de COVID-19


## Resumo (analítico)


Partindo da ideia de que a concepção do tempo é um recurso valioso para o ser humano e que a sua estruturação e gestão, durante a pandemia, afetou a juventude devido às medidas sanitárias implementadas, objetivou-se descrever o grau de estruturação e finalidade na gestão do tempo de uma amostra de jovens mexicanos durante a pandemia de covid-19. Participaram 192 jovens, que responderam a um formulário de dados pessoais e ao Time Structure Questionnaire (TSQ). Os resultados sugerem que variáveis como escolaridade, moradia e condições familiares, bem como perdas por covid-19 influenciam a estrutura do tempo. Conclui-se que a pandemia teve impacto na forma como o tempo é estruturado nos jovens e adultos jovens da amostra.


## Palavras-chave


Gestão do tempo; percepção do tempo; Covid 19; jovens adultos.

## Información autores

(a) Psicóloga, Doctora en Ciencias Psicológicas y Pedagógicas. Psicología de la Salud, prevención del riesgo individual y social. Università degli Studi di Napoli Federico II (Italia). Académica e investigadora de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Estudios Superiores Iztacala.  0000-0001-7798-5301. H5: 13. Correo electrónico: [maricela.osorio@iztacala.unam.mx](mailto:maricela.osorio@iztacala.unam.mx)

(b) Psicólogo, Doctor en Psicología y Salud, Universidad Nacional Autónoma de México. Académico de la carrera de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Estudios Superiores Iztacala.  0000-0003-0809-0672. H5: 4. Correo electrónico: [carlos.prado@iztacala.unam.mx](mailto:carlos.prado@iztacala.unam.mx)

(c) Psicóloga. Maestranda en la Residencia en Medicina Conductual, Universidad Nacional Autónoma de México.  0000-0003-3076-8603. H5: 1. Correo electrónico: [centeotl.ruiz@gmail.com](mailto:centeotl.ruiz@gmail.com)

(d) Psicóloga y psicoterapeuta. Doctora en Metodologia delle Scienze Relazionali e della Comunicazione. Profesora asociada, Università degli Studi di Napoli Federico II.  0000-0001-7617-6369. H5: 14. Correo electrónico: [parrello@unina.it](mailto:parrello@unina.it)

## Introducción

La pandemia por el virus SARS-CoV-2 tuvo un fuerte impacto a nivel mundial, no solo en los sistemas de salud (desbordados por el número de defunciones y contagios), sino por los efectos causados en todas las áreas de la vida humana. El cierre de las instituciones educativas, centros laborales, oficinas gubernamentales, establecimientos comerciales, iglesias, etc., las medidas de confinamiento y el empeoramiento general de las condiciones en las que se vivió, propiciaron en las personas cambios radicales en sus estilos de vida y en la calidad de estos.

Respecto a la educación formal, en México, más de 33 millones de estudiantes de diferentes niveles educativos tuvieron que acatar la suspensión de actividades y el aislamiento social (Secretaría de Educación Pública, 2020; Statista, 2023), pasando a las denominadas *clases en línea* o enseñanza remota de emergencia (Hodges *et al.*, 2020). Ello impactó críticamente el proceso de enseñanza y aprendizaje de menores y jóvenes, evidenciando, además, una brecha digital, una inequidad social y un rezago educativo (Ruiz-Ramírez *et al.*, 2023).

Estas medidas gubernamentales propiciaron, entre otras circunstancias, la pérdida de hábitos y rutinas, la ruptura de la secuencia de vida cotidiana y la suspensión de actividades planeadas con antelación como reuniones escolares, actividades deportivas, graduaciones, entrevistas de trabajo, etc. Lo anterior provocó altos niveles de estrés, decepción e irritabilidad. Las clases en línea también exigieron nuevas formas de participación como estudiantes y esfuerzos de autoobservación sobre las propias habilidades académicas (Saucedo-Ramos, 2022).

En este sentido, el grupo de adolescentes y jóvenes ha sido identificado como uno de los más vulnerables (Guzmán-Utreras *et al.*, 2023), ya que en esta etapa se están definiendo dominios identitarios específicos (Aleni-Sestito & Sica, 2016; Marcia, 1980), el proyecto de vida, se toman decisiones educativas, laborales, de pareja y familiares fundamentales para planificar una estructura vital adulta.

A este respecto, existen numerosas clasificaciones del ciclo vital humano. Por ejemplo, Mansilla (2000) propuso a la adolescencia de los 12 a los 14 años, a los(as) adolescentes tardíos(as) de 15 a 19 años y a la mayoría de edad ubicada entre los 18 a 24 años. Además, este autor refiere que, según la Unesco, de los 25 a los 64 años las personas se pueden considerarse como adultos(as), mientras que a los(as) que tienen entre 25 y 39 años los cataloga en una subclasificación de adultos(as) jóvenes o primarios(as).

Según el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2022) y otros autores (Horesh & Brown, 2020; Osorio-Guzmán *et al.*, 2022a; Palinkas *et al.*, 2021; Ramas-Arauz *et al.*, 2021), los(as) jóvenes y adultos(as) jóvenes tuvieron mayores riesgos de afectación por la pandemia ya que la toma de decisiones determinantes —mencionadas anteriormente— continuó presente aún con la incertidumbre sobre el futuro y el panorama nada favorable al que estaba expuesto el mundo entero (De Rosa & Regnoli, 2022; Lyu & Huang, 2016; Osorio-Guzmán *et al.*, 2022b). En ese sentido, un factor importante que permea el proceso y que también se vio modificado durante la pandemia fue el uso y gestión del tiempo y las variables relacionadas con dichas prácticas.

De este modo, la gestión del tiempo supone una condición fundamental para realizar las actividades cotidianas de manera óptima y sin experimentar agotamiento o tensión de forma innecesaria (Macan *et al.*, 1990). Este concepto fue definido por Claessens *et al.* (2007) como un proceso dirigido a determinar necesidades, establecer metas para dar respuesta a estas situaciones, así como priorizar y planificar las tareas requeridas para conseguirlas.

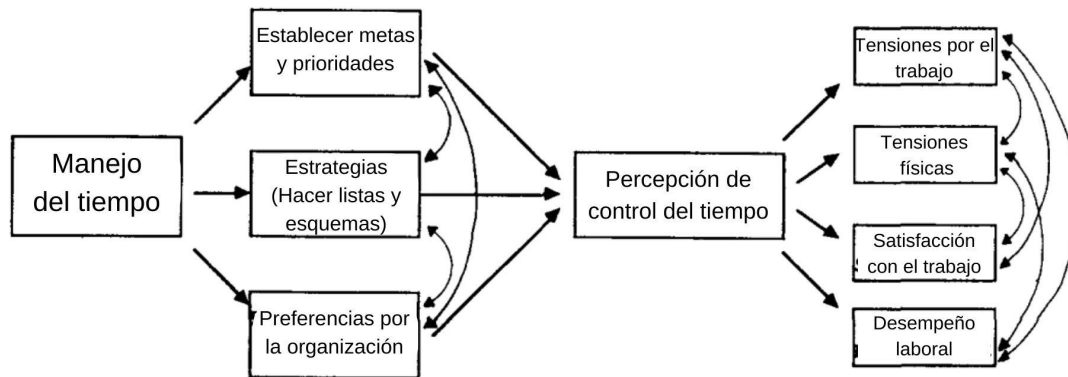
De esta manera es importante retomar la gestión del tiempo en la vida cotidiana de las personas para analizar el impacto que tuvo en ellas la pandemia por covid-19, dadas las consecuencias negativas que se manifestaron y que repercuten en el bienestar psicológico de las personas (Brooks *et al.*, 2020; Cabezas, 2020; Medina & Jaramillo-Valverde, 2020; Morales-Chainé, 2021; Organización Mundial de la Salud [OMS], 2022; Vasconcelos, 2020).

Desde la psicología, el estudio sobre la gestión del tiempo comenzó a cobrar relevancia hace más de 50 años en el ámbito laboral (Drucker, 1967; Lakein, 1973; Mackenzie, 1972); sin embargo, en 1994 Macan desarrolló un modelo que explicaba el proceso de la gestión del tiempo. Dicha propuesta presentaba el establecimiento de metas y la priorización, comportamientos específicos (crear listas de chequeo o esquemas) y tener preferencia por la organización, como estrategias que beneficiaban a los individuos solo si se percibía control sobre el uso del tiempo. A su vez, la combinación de las estrategias y la

percepción de control permitía tener los resultados esperados respecto de las tareas planeadas, además de disminuir las tensiones generadas por el trabajo no resuelto (figura 1).

**Figura 1**

*Modelo del manejo del tiempo propuesto por Macan (1994)*



El modelo de Macan fue respaldado por investigaciones posteriores (Adams & Jex, 1999; Claessens *et al.*, 2004; Häfner & Stock, 2010; Jex & Elacqua, 1999), en las que se resaltó el papel crucial que la percepción de control sobre el tiempo tiene en los resultados del proceso. A este respecto, entra en juego el concepto de *estructura del tiempo*, que se define como el grado en que los individuos perciben que su uso es estructurado e intencionado (Bond & Feather, 1988).

Así, la estructura del tiempo es una variable psicológica íntimamente relacionada con la gestión de dicho recurso e, incluso, se han utilizado como sinónimos (Claessens *et al.*, 2007) en el sentido que la estructura cumple un papel importante en la organización de los recursos del individuo para lograr sus objetivos mediante comportamientos específicos.

Diversas investigaciones reportaron que existen relaciones positivas entre la estructura del tiempo y atributos como la autoestima, el uso efectivo del tiempo, la calidad de vida y, en general, con variables que abonan al bienestar psicológico de las personas (Bond & Feather, 1988; Kelly, 2002). Por otro lado, se presentaron relaciones negativas con la depresión, el estrés, la ansiedad, síntomas físicos y la desesperanza (Goodman *et al.*, 2016; Hloba *et al.*, 2018). En ese sentido, contar con una adecuada estructura del tiempo puede ser clave para reducir experiencias psicológicas desagradables (Kelly, 2002).

De igual forma, se han realizado estudios comparativos respecto del manejo del tiempo. En cuanto al sexo, las mujeres presentan mayor percepción del control del tiempo

que los hombres (Durán-Aponte & Pujol, 2013; Macan *et al.*, 1990; Soares *et al.*, 2011). Referente al estado laboral, los(as) empleados(as) presentan niveles más altos de manejo del tiempo que los(as) desempleados(as) (Feather & Bond, 1983; Goodman *et al.* 2016).

Recientes investigaciones han demostrado que contar con estrategias de manejo del tiempo coadyuvan al rendimiento académico de los(as) estudiantes, pues permiten la organización y gestión de las cargas del curso (participación, exposiciones, tareas, entregas de trabajos, prácticas, etc.; Adams & Blair, 2019; García *et al.*, 2008; Kearns & Gardiner, 2007; Marcén & Martínez, 2012)

Específicamente en jóvenes y en el contexto de la pandemia, Aroca (2021) realizó un estudio con la participación de universitarios(as), encontrando que estos(as) percibían de manera distinta el paso del tiempo durante el confinamiento; ello pues se interrumpieron las rutinas previamente establecidas y algunos(as) participantes tuvieron mayores desafíos para estructurar su tiempo. Sin embargo, se concluyó que el confinamiento por sí solo no influyó negativamente en la gestión del tiempo (aunque sí lo condicionó), sino variables como el contexto físico, las características del hogar, el grado de capacidad personal para gestionar el tiempo previo a la pandemia y, por último, la continuidad de las clases en línea.

Otros(as) autores(as), siguiendo la línea anterior, afirman que la pandemia modificó la gestión del tiempo de los(as) jóvenes y agregan otros factores que median dicho cambio. Por ejemplo, Vázquez-Paucar *et al.* (2022) hacen mención de la zona de residencia, si se cuenta con familia propia que atender y aspectos laborales o escolares. Por su parte, Loáiciga-Gutiérrez y Chanto-Espinoza (2022) comentan que los problemas económicos y de salud —tanto propios como de familiares— son factores que influyen en la modificación del uso del tiempo.

A partir de la información expuesta, surgió la siguiente interrogante: ¿qué tipo de estructura y propósito en la gestión del tiempo se presentó durante la pandemia por covid-19 en la vida cotidiana de los(as) jóvenes y jóvenes adultos(as)? Para responderla se realizó la presente pesquisa con el objetivo de describir el grado de estructuración y propósito en el manejo del tiempo de una muestra de jóvenes mexicanos(as) durante la pandemia por covid-19. Lo anterior con base en la hipótesis de que las medidas gubernamentales (suspensión de actividades no esenciales y confinamiento) establecidas durante la pandemia por covid-19 propiciaron modificaciones y afectaciones en los niveles de estructuración, propósito y gestión del tiempo en los(as) jóvenes y jóvenes adultos(as).

## Método

La investigación se realizó con un enfoque cuantitativo, transversal, descriptivo y correlacional (Ato *et al.*, 2013). Participaron en ella 192 jóvenes mexicanos(as) (30.7 % hombres y 69.3 % mujeres) con una edad promedio de 21.22 años (DE = 3,502; min. = 18; max. = 34), cuyo nivel de estudios fue 1 % secundaria, 28.6 % bachillerato, 66.1 % licenciatura y 4.2 % posgrado. La muestra residía predominantemente en la Ciudad de México (40 %) y en el Estado de México (52 %). Los criterios de inclusión fueron tener o ser mayor de 18 años, aceptar el hecho de participar en la investigación, firmar el consentimiento informado y contestar los instrumentos incluidos en el enlace compartido.

Para la recolección de datos se aplicó una cédula que recabó información personal de los(as) participantes como edad, sexo, nivel de estudios, lugar de residencia, personas con las cuales compartía la vivienda antes de la pandemia, con quién(es) vivía en el momento de la aplicación de la encuesta, si contaba con habitación propia, si estaba en ese momento inscrito(a) en algún programa educativo, si era estudiante foráneo(a), si trabajaba, qué tipo de empleo tenía, si habían ocurrido cambios en su trabajo a partir de la pandemia (despido), si realizaba trabajo a distancia, si su familia había tenido repercusiones económicas y si sus proyectos personales habían sido influidos por la pandemia (positiva o negativamente).

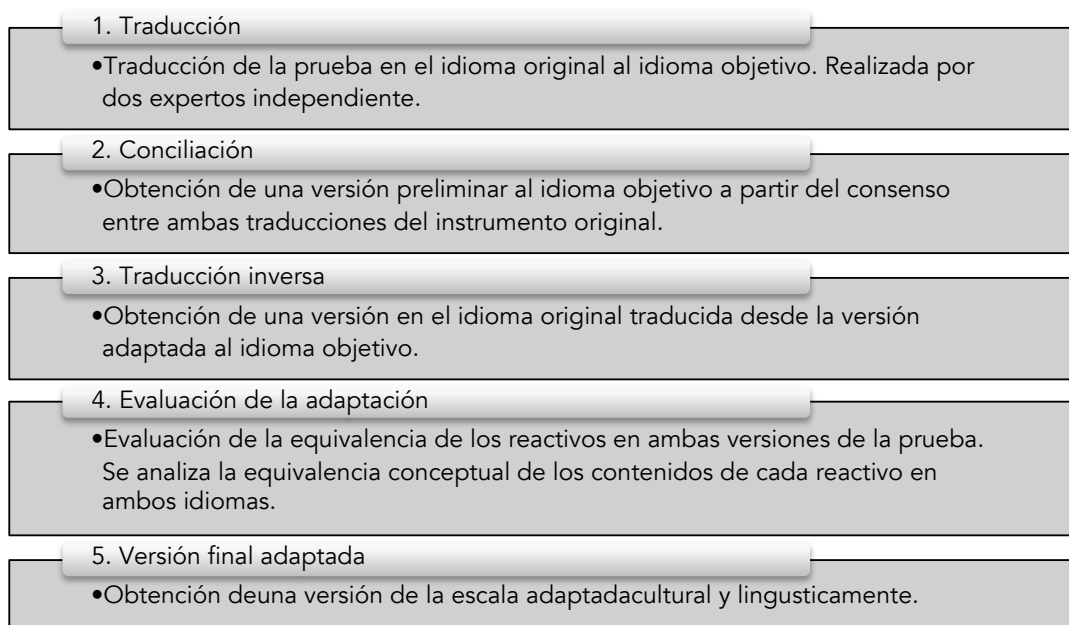
Así mismo, se les solicitó información sobre su salud, si habían sido contagiados(as) por covid-19, si conocían a algunas personas que hubieran estado contagiadas, si se habían mantenido en aislamiento por haber estado en contacto con alguna persona que fuera contagiada con el virus y si algún familiar o conocido(a) había fallecido a causa del covid-19. También se les aplicó el Cuestionario de estructura del tiempo (*Time Structure Questionnaire* [en adelante, TSQ]; Bond & Feather, 1988), el cual es un instrumento que evalúa el grado en que los individuos usan su tiempo de manera estructurada y con propósito, a través de 26 reactivos con formato de respuesta tipo Likert de siete puntos (desde *sí, siempre*, hasta *no, nunca*). El TSQ está conformado por cinco factores: 1) rutina estructurada (describe el grado en que un individuo sigue una rutina); 2) sentido de propósito (describe el grado en que las personas se perciben a sí mismas como poseedoras de metas personales); 3) orientación presente (indica estar enfocado en el «aquí y ahora» en oposición al pasado o futuro); 4) organización efectiva (describe el grado en que un individuo percibe su tiempo para estar bien organizado); y 5) persistencia (describe el grado en que las personas son reacias a abandonar las actividades). Una puntuación alta

es indicativa de una estructura del tiempo óptima. La fiabilidad general del instrumento es de  $\alpha = 0.92$  (Bond & Feather, 1988).

En la primera etapa se realizó la adecuación lingüística al castellano de México de la escala, siguiendo las recomendaciones de la Comisión Internacional de los Test y de autores(as) como Brislin (1986) y Spector *et al.* (2015) para la adaptación de las pruebas psicométricas (figura 2). Así, la prueba TSQ en su versión original en inglés fue traducida al castellano de México por dos expertos(as) independientes; ambas versiones fueron analizadas y conciliadas en una única versión. Posteriormente, se tradujo de nueva cuenta al inglés, con la finalidad de analizar la equivalencia conceptual de los contenidos de ambas versiones. Una vez que los(as) jueces (juezas) determinaron que los contenidos de los reactivos se mantenían a través del proceso de adaptación, se obtuvo la versión final adaptada al español. Este proceso fue revisado por traductores(as) certificados(as), expertos(as) en psicología y psicometría.

## Figura 2

### Proceso de adaptación lingüística de la escala TSQ



Para el levantamiento de datos con la muestra objetivo se construyó la batería de evaluación con la herramienta Google Forms, la cual se difundió mediante redes sociales utilizando un muestreo no probabilístico intencional, en donde el (la) investigador(a) selecciona deliberadamente a los individuos por su fácil acceso (Hernández *et al.*, 2010).



Finalmente, se recuperó la base de datos de las respuestas en formato Excel y se la exportó al software SPSS (versión 25) para su análisis.

El grado de acuerdo entre jueces y juezas sobre la calidad de la adaptación fue evaluada con el estadígrafo V de Aiken (valores  $V > 0.80$  se consideran adecuados; Aiken, 1980; Penfield & Giacobbi, 2004), mientras que la fiabilidad del instrumento se obtuvo calculando el  $\alpha$  de Cronbach; de acuerdo con Furr (2017), este es aceptable si es superior a  $\alpha > 0.8$ . Por otro lado, se empleó estadística descriptiva para analizar las variables atributivas de la muestra, mientras que en los niveles de estructura del tiempo se compararon las puntuaciones del TSQ de acuerdo con los subgrupos de la muestra; para ello se utilizó la *t* de Student para muestras independientes y la prueba Anova con comparaciones *post hoc* HSD de Tukey. Se calcularon los tamaños del efecto con los índices  $\delta$  de Cohen y  $\eta^2$  y, finalmente, se evaluó el grado de asociación entre variables con la *r* de Pearson.

La presente investigación siguió los estándares éticos de la Asociación Americana de Psicología en el tratamiento de participantes en investigaciones con humanos y estuvo conforme a las disposiciones de la Declaración de Helsinki de 1995 y modificaciones posteriores. También con lo estipulado en el Código Ético del Psicólogo de la Sociedad Mexicana de Psicología y el Comité de Ética de la Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Estudios Superiores Iztacala (Oficio CE/Fesi /032022/1407). Se garantizó el anonimato de los(as) participantes, ya que los datos se presentaron de forma agregada para evitar su identificación. Además, el almacenamiento se realizó en medios tecnológicos con contraseñas que conocía solo el personal autorizado.

## Resultados

Como primer elemento de esta investigación, se muestra el análisis sobre la calidad de la adaptación del instrumento TSQ en su versión original al castellano de México. Frente a ello, los(as) jueces (juezas) que evaluaron la equivalencia conceptual de los reactivos en ambos idiomas la clasificaron como sobresaliente (6.85/7), es decir, que el sentido, significado e implicaciones de los reactivos se mantuvieron a través de los idiomas. De esta forma, se encontró que el acuerdo entre jueces y juezas fue adecuado ( $V = 0.938$ ;  $IC_{10\%} = 0.91-0.96$ ); por otra parte, la fiabilidad general de la escala fue analizada con el estadígrafo alfa de Cronbach, encontrándose un  $\alpha = 0.89$ ; por lo que, a partir de los elementos anteriores, se considera que el TSQ puede ser aplicado en población mexicana.

Ahora bien, frente los resultados de la cédula aplicada, en primer lugar, se encontró que el 87.5 % era estudiante y el 34.9 % trabajaba. Con respecto a su actividad laboral, la mayoría señaló ser empleado(a) en alguna empresa o factoría (51.5 %), seguido de comerciante (22.7 %) o con trabajos como libre profesionalista (25.8 %). Cabe señalar que al momento de realizar el levantamiento de datos el 23.7 % se encontraba realizando trabajo a distancia, dadas las restricciones sanitarias derivadas del covid-19, mientras que el 12.5 % de las personas que trabajaban antes de la pandemia reportaron haber sido despedidas.

Otros elementos que se modificaron a partir de la contingencia sanitaria fue la residencia de los(as) participantes, ya que antes de la pandemia el 2.1 % vivían con compañeros de habitación y posterior a ella el porcentaje bajó a cero; asimismo, el porcentaje de participantes que vivían solos(as) disminuyó de un 4.7 % al 1.6 %, retornando a cohabitar con sus familias de origen. Así, este último porcentaje se incrementó de un 90.6 % a 94.3 %, aunque una tercera parte de ellos(as) no contaba con una habitación propia con su familia (31.8 %). En cuanto al porcentaje de quienes vivían con su pareja antes de la pandemia (2.6 %), este se incrementó durante la misma (4.2 %). En cuanto a las repercusiones económicas en este grupo primario, el 67.2 % informó haberlas tenido. Respecto a los proyectos personales, el 90.1 % reportó haberlos visto modificados (65.1 % negativamente y 25 % positivamente).

En el contexto de pandemia fue necesario indagar sobre la salud de los(as) jóvenes, encontrándose que una cuarta parte de la muestra (27.6 %) contrajo covid-19 en algún momento, aunque ninguno(a) tuvo la necesidad de ser hospitalizado. Así mismo, todos(as) reportaron conocer a una persona que contrajo la enfermedad y el 50.5 % conocía a alguien que había fallecido a causa de la misma; sin embargo, solo la mitad (50.5 %) mantuvo cuarentena voluntaria tras tener contacto con una persona contagiada.

Respecto a los niveles de estructura del tiempo, los resultados se presentan en la tabla 1, en la que se puede apreciar que, en su mayoría, los puntajes totales de la escala se ubican en nivel medio (68.8 %).

**Tabla 1**

*Porcentaje de los niveles de las diferentes áreas que conforman el TSQ*

	Rutina estructurada	Sentido de propósito	Orientación presente	Organización efectiva	Persistencia	Total
Bajo	12.5	21.9	5.2	21.4	43.8	15.6
Medio	83.3	50.5	55.2	43.8	47.4	68.8
Alto	4.2	27.6	39.6	34.9	8.9	15.6

Se puede observar que la mayoría de los(as) participantes reportó niveles medios y altos en las diferentes áreas del cuestionario; por ejemplo, en la orientación presente (la cual indica que la muestra manifestó una visión y acciones centradas en el aquí y ahora) o en la rutina estructurada (que implica que las personas llevan a cabo acciones estructuradas, constantes, cotidianas, y reportan organizar el tiempo con el fin de terminar los planes emprendidos). No obstante, sobresale que en la subescala de persistencia se manifestaron puntuaciones bajas; es decir, casi la mitad de los(as) participantes reportan que no siempre son constantes en la consecución de planes o tareas.

Posterior al análisis descriptivo de las variables del estudio, se procedió a realizar las comparaciones de las medias de los subgrupos de la muestra. El primer análisis implicó el contraste entre las puntuaciones de hombres y mujeres, según el cual no se encontraron diferencias estadísticamente significativas.

Por otra parte, se observó que personas inscritas en algún programa educativo presentaron una mayor estructura del tiempo total ( $t = 2.932$ ;  $p < 0.05$ ;  $\delta = 0.64$ ), mejor organización efectiva ( $t = 2.587$ ;  $p < 0.05$ ;  $\delta = 0.56$ ) y sentido de propósito ( $t = 2.023$ ;  $p < 0.05$ ;  $\delta = 0.44$ ).

Respecto al ámbito laboral, aquellos sujetos que no trabajan obtuvieron niveles significativamente más altos de estructura del tiempo total ( $t = -2.228$ ;  $p < 0.05$ ;  $\delta = 0.38$ ) y organización efectiva ( $t = -2.435$ ;  $p < 0.05$ ;  $\delta = 0.38$ ); mientras que las personas que no disponen de una habitación propia mantienen una mayor estructura ( $t = -2.917$ ;  $p < 0.05$ ;  $\delta = 0.45$ ), organización efectiva ( $t = -2.018$ ;  $p < 0.05$ ;  $\delta = 0.31$ ), sentido de propósito ( $t = -2.970$ ;  $p < 0.05$ ;  $\delta = 0.46$ ) y persistencia ( $t = -2.672$ ;  $p < 0.05$ ;  $\delta = 0.41$ ). Adicionalmente, emergió que las personas cuyos familiares o amigos(as) fallecieron a consecuencia del covid-19 puntuaron una menor estructura ( $t = -2.561$ ;  $p < 0.05$ ;  $\delta = 0.37$ ), organización efectiva ( $t = -2.591$ ;  $p < 0.05$ ;  $\delta = 0.37$ ); sentido de propósito ( $t = -2.203$ ;  $p < 0.05$ ;  $\delta = 0.32$ ) y persistencia ( $t = -2.203$ ;  $p < 0.05$ ;  $\delta = 0.32$ ).

Continuando con las comparaciones, se utilizó la prueba ANOVA, gracias a la cual se encontraron diferencias significativas en relación con el grado académico en las dimensiones de orientación presente ( $F = 2.985$ ;  $p < 0.05$ ;  $\eta^2 = 0.045$ ) y estructura del tiempo ( $F = 3.159$ ;  $p < 0.05$ ;  $\eta^2 = 0.048$ ), donde las personas con bachillerato fueron quienes poseían mayores niveles a comparación de aquellos(as) con estudios de posgrado.

Por otra parte, se hallaron diferencias significativas respecto de las personas con quienes habitan los(as) participantes, siendo aquellos(as) quienes residen con sus familias

de origen los(as) que tienen mayores puntajes de estructura total ( $F = 4.262$ ;  $p < 0.05$ ;  $\eta^2 = 0.043$ ) y organización efectiva ( $F = 3.189$ ;  $p < 0.05$ ;  $\eta^2 = 0.033$ ) a comparación de las personas que viven con sus parejas.

Finalmente, se analizó el grado de asociación entre la edad y las subescalas del instrumento TSQ, encontrándose así correlaciones negativas débiles con la organización efectiva ( $r = -.179$ ;  $p < 0.05$ ), sentido de propósito ( $r = -.151$ ;  $p < 0.05$ ) y total ( $r = -.171$ ;  $p < 0.05$ ); por lo que, a menor edad, mayor organización efectiva y sentido de propósito.

## Discusión

La concepción del tiempo es uno de los recursos más valiosos con los que cuenta el ser humano. Debido a que la estructuración y manejo de este durante la pandemia pudieron haber sido afectados, estudios como el presente resultan importantes para contribuir a conocer las modificaciones reportadas por un grupo de jóvenes.

A partir de los resultados, se confirma la hipótesis planteada sobre que las medidas gubernamentales (suspensión de actividades no esenciales y confinamiento) establecidas durante la pandemia por covid-19 propiciarían modificaciones y afectaciones en los niveles de estructuración, propósito y gestión del tiempo en los(as) jóvenes. Ello va en línea con estudios como los de Guzmán-Utreras *et al.* (2023), Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022), Ruiz-Ramírez *et al.* (2023) y Saucedo-Ramos *et al.* (2022).

Respecto al tipo de repercusiones derivadas de la pandemia, autores como De Rosa y Regnoli (2022) y Osorio-Guzmán *et al.* (2022a) argumentan que estas pueden dividirse en positivas o negativas. De igual manera lo manifestó el grupo de jóvenes encuestados(as), quienes aseguraron que sus proyectos personales se vieron modificados negativamente, aunque mencionaron aspectos como regresar a habitar con su familia como una situación positiva. La situación familiar de los(as) jóvenes, de acuerdo con los datos obtenidos, indican que este grupo primario sirve como apoyo social que establece reglas que desarrollan y fomentan una mejor estructura del tiempo (Aroca, 2021).

A diferencia de otros estudios relacionados con el manejo y gestión del tiempo, en los cuales se encontraron diferencias significativas a partir de la variable sexo (Durán-Aponte & Pujol, 2013; Macan *et al.*, 1990; Soares *et al.*, 2011), en la presente muestra no se hallaron, lo que puede revelar afectaciones similares en todos(as) los(as) jóvenes participantes.

Respecto a las personas inscritas en algún programa educativo, estas presentaron mayores puntajes en cuanto a la estructura del tiempo, organización efectiva y sentido de propósito. Estos resultados concuerdan con los obtenidos por Adams y Blair (2019), García *et al.* (2008), Kearns y Gardiner (2007) y Marcén y Martínez (2012), quienes afirman que estas cualidades se relacionan con las demandas exigidas a los(as) estudiantes en los programas educativos formales.

De tal manera, se puede afirmar que esta circunstancia pudo fungir como factor de protección, ya que el hecho de realizar actividades académicas en línea les permitía continuar con una rutina específica, con tiempos de entrega establecidos y horarios definidos. Así, contar con estrategias de manejo del tiempo les permitió tener mejor organización, gestión de tareas y actividades a realizar (Adams & Blair, 2019; Aroca, 2021).

Por otro lado, en las personas que contaban con un empleo, se encontró una diferencia con lo reportado por algunos(as) autores(as) (Feather & Bond, 1983; Goodman *et al.* 2016), quienes encontraron que aquellos sujetos que contaban con un trabajo alcanzaban mejor manejo del tiempo. En el presente estudio resultó que fueron las personas que no trabajan quienes tuvieron niveles más altos en estructura del tiempo total. Planteamos la hipótesis que lo anterior tiene que ver con dos situaciones: una, trabajaban desde casa, dónde muchas veces —según lo reportado por los sujetos— no existían horarios, actividades y funciones bien definidas; y, dos, estaba presente la incertidumbre constante de cambios en su estatus contractual debido a la pandemia.

La pandemia, como ya se mencionó, obligó a muchos(as) jóvenes —sobre todo estudiantes— a regresar a casa y, como también ya se planteó, varios(as) no contaban con una habitación exclusiva. Frente a lo anterior, fue interesante encontrar que estos (a diferencia de los y las que sí tenían habitación propia) obtuvieron puntajes mayores en estructura del tiempo, mayor organización efectiva, alto sentido de propósito y persistencia. Ello se asemeja a lo encontrado por Aroca (2021) y Vázquez-Paucar *et al.* (2022), quienes señalan que los recursos materiales son determinantes para una estructura adecuada del tiempo, ya que al compartir los recursos físicos, estos tienen que ser optimizados.

A su vez, es importante resaltar que aquellos(as) participantes que al momento de la encuesta residían con su familia de origen obtuvieron puntajes más altos en estructura total y organización efectiva, en comparación con quienes vivían con sus parejas. Una situación similar fue reportada por Vázquez-Paucar *et al.* (2022). Junto con lo anterior, se encontraron correlaciones débiles entre organización efectiva, sentido de propósito y estructura total con los(as) participantes de menor edad. Se considera que esto puede

ocurrir, por una parte, porque estos(as) jóvenes aún viven con sus padres o madres de familia, quienes establecen normas a seguir en casa, así como tienen que convivir con otros miembros de la familia; por otro lado, el hecho de estar inscritos(as) en un programa educativo les permite contar con horarios y actividades estructuradas desde las instituciones. Esto último va en línea con haber encontrado que son los(as) estudiantes de bachillerato quienes tienen niveles más altos de orientación presente y estructura del tiempo en comparación con los(as) estudiantes de posgrado.

Un dato especialmente relevante en este estudio fue haber encontrado en personas cuyos familiares o amigos(as) fallecieron a consecuencia del covid-19 una puntuación menor en rutina estructurada, organización efectiva, sentido de propósito y persistencia. Este resultado corrobora lo mencionado en diferentes investigaciones cuando se afirma que existe un impacto transversal de la pandemia que está afectando a todas las esferas de la sociedad con efectos potencialmente traumáticos, a tal grado de influir negativamente en la esfera psicológica de los individuos y la sociedad (De Rosa & Regnoli, 2022; Horesh & Brown, 2020; Osorio-Guzmán *et al.*, 2022a; Osorio-Guzmán *et al.*, 2022b).

Ahora bien, entre las limitaciones encontradas en la presente investigación se pone de relieve la procedencia de la muestra, ya que los(as) participantes en su mayoría habitaban en el centro del país; por otra parte, se recomienda tomar en cuenta el sesgo que pueden tener los datos presentados inherentes al método de muestreo, ya que todos(as) los(as) participantes poseían los recursos mínimos indispensables para acceder a la investigación (equipo de cómputo o teléfono inteligente, conexión a internet, etc.), situación que los(as) ubica en una posición social distinta de quienes no tienen estos medios.

Los datos aquí mostrados son interesantes y evidencian que la pandemia y algunas variables atributivas incidieron en la estructura y manejo del tiempo de los(as) participantes. Se cree que puede ser relevante para futuras investigaciones complementarlo con una metodología mixta; además, resultará trascendental analizar la estructura y manejo del tiempo de los(as) jóvenes y jóvenes adultos(as), ahora que se ha regresado al sistema presencial y que se han cancelado las restricciones gubernamentales.

## Agradecimientos

Los autores agradecen a todos los y las jóvenes que participaron en el estudio por su disposición y por el tiempo invertido. De la misma manera agradecemos al L. C. E. Justo

Díaz Ortiz, editor ejecutivo de las Publicaciones UABJO y a la maestra Liliana Silva Carmona por la revisión del texto.

## Referencias

- Adams, G. A. & Jex, S. M. (1999). Relationships between time management, control, work-family conflict, and strain. *Journal of Occupational Health Psychology*, 4(1), 72-77. <https://doi.org/10.1037//1076-8998.4.1.72>
- Adams, R., & Blair, E. (2019). Impact of time management behaviors on undergraduate engineering students' performance. *Sage Open*, 9(1). <https://doi.org/ghndbw>
- Aiken, L. R. (1980). Content validity and reliability of single items or questionnaires. *Educational and Psychological Measurement*, 40(4), 955-959. <https://doi.org/dn3f75>
- Aleni-Sestito, L., & Sica, S. (2016). *Dopo l'infanzia e l'adolescenza: Lo sviluppo psicologico negli anni della transizione verso l'età adulta*. Gruppo Spaggiari.
- Aroca, F. J. (2021). La gestión del tiempo durante el confinamiento: el caso del alumnado universitario. *Studia Humanitatis Journal*, 1(1), 1-19. <https://doi.org/10.53701/shj.v1i1.10>
- Ato, M., López-García, J. J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 29(3), 1038-1059. <https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Bond, M. J., & Feather, N. T. (1988). Some correlates of structure and purpose in the use of time. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55(2), 321-329. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.55.2.321>
- Brislin, R. (1986). The wording and translation of research instruments. En W. Lonner, & J. Berry (Eds.), *Field methods in cross-cultural research* (pp.137-164). Sage.
- Brooks, S., Webster, R., Smith, L., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395(10227), 912-920. <https://doi.org/ggnth8>
- Cabezas, C. (2020). Pandemia de la covid-19: tormentas y retos. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 37(4), 603-4. <https://doi.org/k43w>
- Claessens, B., van Eerde, W., Rutte, C., & Roe, R. (2007). A review of the time management literature. *Personnel Review*, 36(2), 255-276. <https://doi.org/bnczmd>
- Claessens, B. J., van Eerde, W., Rutte, C. G., & Roe, R. A. (2004). Planning behavior and perceived control of time at work. *Journal of Organizational Behavior*, 25(8), 937-950. <https://doi.org/10.1002/job.292>

- De Rosa, B., & Regnoli, G. M. (2022). La pandemia da Covid-19: un potenziale trauma collettivo. *Topic-Temi di Psicologia dell'Ordine degli Psicologi della Campania*, 1(2), 56-71. <https://doi.org/10.53240/topic002.05>
- Drucker, P. F. (1967). *The effective executive*. Harper & Row.
- Durán-Aponte, E., & Pujol, L. (2013). Manejo del tiempo académico en jóvenes que inician estudios en la Universidad Simón Bolívar. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 11(1), 93-108.
- Feather, N., & Bond, M. (1983). Time structure and purposeful activity among employed and unemployed university graduates. *Journal of Occupational Psychology*, 56(3), 241-254. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8325.1983.tb00131.x>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2022). *El impacto del covid-19 en la salud mental de adolescentes y jóvenes*. <https://www.unicef.org/lac/el-impacto-del-covid-19-en-la-salud-mental-de-adolescentes-y-j%C3%B3venes>
- Furr, M. (2017). *Psychometrics: An introduction*. Sage.
- García, R., Pérez, P. P., Talaya, I. G., & Martínez, E. D. (2008). Análisis de la gestión del tiempo académico de los estudiantes de nuevo ingreso en la titulación de Psicología: capacidad predictiva y análisis comparativo entre dos instrumentos de evaluación. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 245-252.
- Goodman, W., Geiger, A. M., & Wolf, J. M. (2016). Leisure activities are linked to mental health benefits by providing time structure: Comparing employed, unemployed and homemakers. *Epidemiology & Community Health*, 71(1), 4-11. <https://doi.org/f9gnkt>
- Guzmán-Utreras, E., Baeza-Ugarte, C., & Morales-Navarro, M. (2023). Vivencias académicas y salud mental en tres cohortes universitarias bajo emergencia covid-19. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 21(2), 1-22. <https://doi.org/k43z>
- Häfner, A., & Stock, A. (2010). Time management training and perceived control of time at work. *The Journal of Psychology*, 144(5), 429-447. <https://doi.org/fwgtzc>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill
- Hloba, N., Isaeva I., & Karmazina I. (2018). Regarding the role of time deficiency factor in development of emotional stress in medical students. *Science Review*, 6(13).
- Hodges, C., Moore, S., Lockee, B., Trust, T., & Bond, A. (2020). *The difference between emergency remote teaching and online learning*. <http://hdl.handle.net/10919/104648>
- Horesh, D., & Brown, A. (2020). Traumatic stress in the age of Covid-19: A call to close critical gaps and adapt to new realities. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(4), 331-343. <https://doi.org/10.1037/tra0000592>



- Jex, J., & Elacqua, T. (1999). Time management as a moderator of relations between stressors and employee strain. *Work & Stress*, 13(2), 182-191. <https://doi.org/bw54kk>
- Kearns, H., & Gardiner M. (2007). Is it time well spent? The relationship between time management behaviors, perceived effectiveness and work-related morale and distress in a university context. *Higher Education Research & Development*, 26, 235-247. <https://doi.org/10.1080/07294360701310839>
- Kelly, W. E. (2002). Harnessing the river of time: A theoretical framework of time use efficiency with suggestions for counselors. *Journal of Employment Counseling*, 39(1), 12-21. <https://doi.org/10.1002/j.2161-1920.2002.tb00504.x>
- Lakein, A. (1973). *How to get control of your time and life*. Penguin.
- Loáiciga-Gutiérrez, J., & Chanto-Espinoza, C. (2022). La planeación del tiempo en el contexto de la covid-19, por estudiantes de educación superior del campus Liberia, Sede Regional Chorotega de la Universidad Nacional de Costa Rica. *Revista Espiga*, 21(44), 174-201. <https://doi.org/10.22458/re.v21i44.4510>
- Lyu, H., & Huang, X. (2016). Development and validation of future time perspective scale for adolescents and young adults. *Time & Society*, 25(3), 533-551. <https://doi.org/10.1177/0961463X16662669>
- Macan, T. (1994). Time management: Test of a process model. *Journal of Applied Psychology*, 79(3), 381-391. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.79.3.381>
- Macan, T., Shahani, C., Dipboye, R., & Phillips, A. (1990). College students time management: Correlations with academic performance and stress. *Journal of Educational Psychology*, 82(4), 760-768. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.82.4.760>
- Mackenzie, R. A. (1972). *The time trap: Managing your way out*. Amacom.
- Mansilla, M. E. (2000). Etapas del desarrollo humano. *Revista de Investigación en Psicología*, 3(2), 105-116.
- Marcén, M., & Martínez, N. (2012). Gestión del tiempo de los universitarios evidencias para estudiantes de primer curso de la Universidad de Zaragoza. *Innovar. Revista de Ciencias Administrativas y Sociales*, 22(43), 117-130.
- Marcia, J. E. (1980). Identity in adolescence. En J. Adelson (Ed.), *Handbook of adolescent psychology*. Wiley.
- Medina, R. M., & Jaramillo-Valverde, L. (2020). El covid-19: cuarentena y su impacto psicológico en la población. *Scielo Preprints*. <https://doi.org/h5fv>
- Morales-Chainé, S. (2021). Impacto de la pandemia por covid-19 en la salud mental. *Enfermería Universitaria*, 18(2), 1-4. <https://doi.org/10.22201/eneo.23958421e.2021.2.1218>

- Organización Mundial de la Salud. (2022, 2 de marzo). *Mental health and Covid-19: Early evidence of the pandemic's impact: Scientific brief, 2 March 2022*. [https://www.who.int/publications/i/item/WHO-2019-nCoV-Sci\\_Brief-Mental\\_health-2022.1](https://www.who.int/publications/i/item/WHO-2019-nCoV-Sci_Brief-Mental_health-2022.1)
- Osorio-Guzmán, M., Prado-Romero, C., Ruiz-Mendoza, C., Niño-Higuera, R., Somman-tico, M., & Parrello, S. (2022b). Traducción, estructura factorial y confiabilidad de la Escala de Perspectiva del Tiempo Futuro para Adolescentes y Adultos Jóvenes (FTPS-AYA) en una muestra mexicana. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 4(65), 193-207. <https://doi.org/10.21865/RIDEP65.4.14>
- Osorio-Guzmán, M., Regnoli, G., Postiglione, J., Fenizia, E., De Rosa, B., Prado, C., & Parrello, S. (2022a). Perspectiva del tiempo futuro en jóvenes adultos durante la pande-mia covid-19: resultados preliminares comparación Italia-México. *Enseñanza e Investi-gación en Psicología*, 4(3), 664-678.
- Palinkas, L., De Leon, J., Salinas, E., Chu, S., Hunter, K., Marshall, T., Tadehara, E., Strnad, C., Purtle, J., Horwitz, S., McKay, M., & Hoagwood, K. (2021). Impact of the Covid-19 pandemic on child and adolescent mental health policy and practice implementa-tion. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(18), 9622. <https://doi.org/10.3390/ijerph18189622>
- Penfield, R. D., & Giacobbi, P. R. (2004). Applying a score confidence interval to Aiken's item content-relevance index. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 8(4), 213-225. [https://doi.org/10.1207/s15327841mpeeo0804\\_3](https://doi.org/10.1207/s15327841mpeeo0804_3)
- Ramas-Arauz, F. E., López-Lozada, G., & Freixas, R. (2021). Pandemia, libertad y futuro: ¿qué piensan los jóvenes de la situación actual? *Revista Espacios*, 42(3), 71-87. <https://doi.org/10.48082/espacios-a21v42v03p06>
- Ruiz-Ramírez, R., García-Cué, J., Estrada, K., Zapata-Martelo, E., & Ruiz-Martínez, F. (2023). Impacto de la covid-19 en estudiantes de preparatoria en comunidades rurales, México. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 21(1), 1-20. <https://doi.org/10.11600/rlcsnj.21.1.5332>
- Saucedo-Ramos, C., Pérez-Campos, G., & Canto-Maya, C. (2022). Estudiantes universi-tarios en tiempos de covid-19: clases en línea y vida cotidiana. *Revista Latinoameri-cana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 20(2), 1-22. <https://doi.org/jfsh>
- Secretaría de Educación Pública [México]. (2020). *Debe compartirse la experiencia de México en el aprendizaje a distancia: Unesco* [Boletín n.º 125]. <https://bit.ly/3yhvZma>
- Soares, A., Almeida, L., & Guisandez, A. (2011). Ambiente académico y adaptación a la universidad: un estudio con estudiantes de 1º año de la Universidad Do Minho. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 2(1), 99-121.

- Spector, P. E., Liu, C., & Sánchez, J. I. (2015). Methodological and substantive issues in conducting multinational and cross-cultural research. *Annual Review Organizational Psychology and Organizational Behavior*, 2, 101-131. <https://doi.org/gf84wj>
- Statista. (2023, 23 de octubre). *La educación a distancia en México. Datos estadísticos*. <https://es.statista.com/temas/7394/la-educacion-a-distancia-en-mexico/#topicOverview>
- Vasconcelos, M. (2020). Las consecuencias económicas del coronavirus. *Estudios Económicos*, 37(75), 131-138.
- Vázquez-Paucar, M., Rodríguez-Cotilla, Z., La O-León, O., & Padilla-Orlando, M. (2022). Organización del tiempo de estudiantes universitarios para recibir clases virtuales en tiempos de Covid 19. *Santiago*, (157), 180-195.