



INFORME DEL TRABAJO DE CAMPO Y PROYECTO FINAL



FACULTAD DE HUMANIDADES Y CIENCIAS SOCIALES

Licenciatura en Educación para la Salud

TEMA: Salud Mental en Contexto de Pandemia.

TÍTULO: ANÁLISIS DEL IMPACTO EN LA SALUD MENTAL DE LOS COMERCIANTE DE LA ZONA CÉNTRICA DE SAN PEDRO DE JUJUY DEBIDO A LAS CONDICIONES SOCIOECONÓMICAS, LABORALES y LAS MEDIDAS SANITARIAS DISPUESTAS EN CONTEXTO DE PANDEMIA, DURANTE EL PRIMER SEMESTRE DEL AÑO 2020.

AUTOR: AGUIRRE, JONATAN EMANUEL

DIRECTORA: Lic. Antonia Virginia Aramayo

AGRADECIMIENTOS:

Agradezco a mi Directora de tesis la Lic. Virginia Aramayo, por su infinita paciencia, amabilidad y dedicación como docente y profesional, para conmigo contribuyendo enormemente en este proyecto. A mi familia, mi madre y a mi mujer, por apoyarme todos estos años de estudio y seguir acompañándome en cada paso que doy, hacia el camino de mi perfeccionamiento continuo.

A los comerciantes y trabajadores céntricos, de la ciudad de San Pedro de Jujuy, que contribuyeron amablemente con su participación y muy buena predisposición en este trabajo. Y finalmente a la Lic. Agustina Barrionuevo, psicóloga facultativa, por brindarme consejos, material bibliográfico y asesoramiento para direccionar las intervenciones de esta tesina.

¡Y por sobre todo a Dios por su infinito amor y sabiduría!

ÍNDICE:

Contenido

TEMA:	1
TITULO:	1
AGRADECIMIENTOS:	2
ÍNDICE:	3
INTRODUCCIÓN:	5
JUSTIFICACIÓN Y PLANTEO DEL PROBLEMA	6
Ante tales escenarios se plantearon las siguientes interrogantes:	8
Formulación del Problema:	8
Objetivo General:	8
Objetivos específicos:	8
PALABRAS CLAVES	9
MARCO TEÓRICO	9
METODOLOGÍA PROPUESTA:	18
TIPO DE ESTUDIO	18
UNIVERSO / MUESTRA	21
ANÁLISIS DE CATEGORIAS TRABAJADAS:	22
CONCLUSIONES:	28
CRONOGRAMA	29
BIBLIOGRAFÍA	30
PROPUESTA DE INTERVENCION COMUNITARIA	34
INTRODUCCIÓN:	34
FUNDAMENTACIÓN:	36
OBJETIVOS:	36
Objetivo General:	36
Objetivos Específicos:	36
POBLACIÓN DESTINATARIA	36
DISEÑO METODOLÓGICO:	37
MARCO TEÓRICO	38
PRIMER TALLER:	42

SEGUNDO TALLER:..... 44

TERCER TALLER:..... 46

BIBLIOGRAFÍA:..... 49

ANEXO 51

MODELO DE ENTREVISTA A PROFUNDIDAD: 51

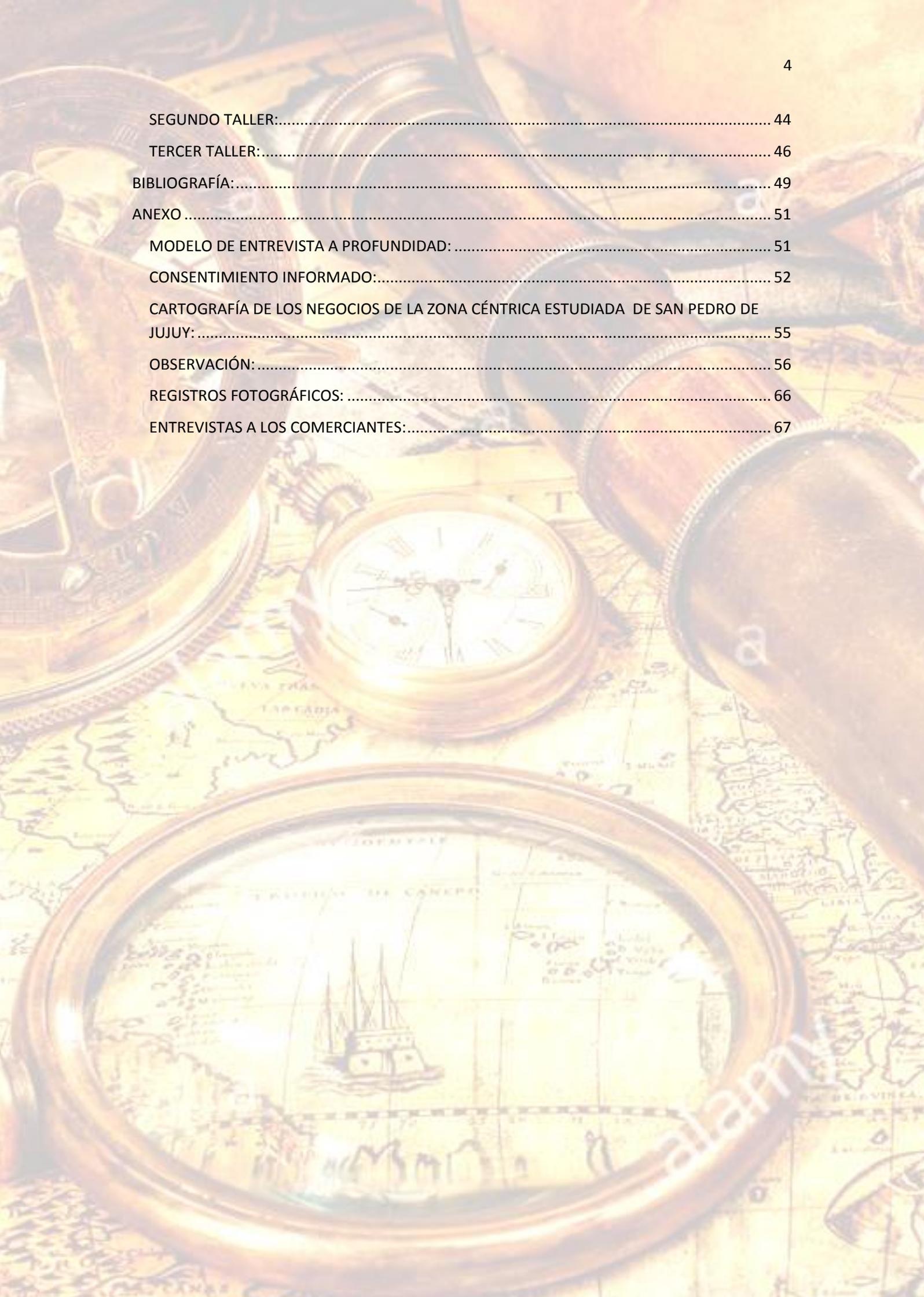
CONSENTIMIENTO INFORMADO:..... 52

CARTOGRAFÍA DE LOS NEGOCIOS DE LA ZONA CÉNTRICA ESTUDIADA DE SAN PEDRO DE JUJUY: 55

OBSERVACIÓN: 56

REGISTROS FOTOGRÁFICOS: 66

ENTREVISTAS A LOS COMERCIANTES:..... 67



INTRODUCCIÓN:

El aislamiento social, ha provocado cambios importantes en la vida cotidiana de las personas, generando algunas dificultades que impactan en todos los órdenes de la vida cotidiana. La pérdida de la rutina ha ocasionado que replanteemos los itinerarios en el aislamiento, modificando espacios y prácticas generando la alteración de comportamientos y conductas de los sujetos.

El siguiente proyecto de investigación, está basado en un paradigma de investigación interpretativa con enfoque cualitativo hermenéutico, por lo cual se propone, interpretar y analizar cómo influyen las condiciones socio-económicas-laborales y sanitarias en la salud mental de los comerciantes de la zona céntrica de San Pedro de Jujuy, principalmente de aquellos que se ubican en las cuatro cuadras que rodean la plaza Belgrano de la ciudad, en el marco de la pandemia producida por COVID-19, desde la perspectiva de la educación para la salud.

La praxis de la Educación para la Salud pone en contacto universos paralelos para entender una realidad de una problemática de salud mental dada en un contexto particular.

Comprendiendo que el Covid-19, es una enfermedad reciente cuyo tratamiento sintomático existe, teniendo en cuenta que, si bien la tasa de supervivencia es alta y los síntomas gripales son de tipo transitorio, puede llegar a acarrear secuelas, complicaciones en la salud de las personas e inclusive la muerte.

Además de considerar que, por cuestiones de posición y trabajo, los comerciantes son en alguna medida un grupo que, al estar expuestos al contacto con mucha gente, a situaciones y objetos de posibles contagios a la enfermedad aumentan el riesgo de padecerla.

Asimismo, las problemáticas multicausales debido a la cuarentena que afectan directamente a las personas en cuestiones de salud mental como el estrés, distrés, depresión, ansiedad, entre otras, se hacen presentes consecuentemente en especial en épocas de crisis económica y sanitaria como la actual.

Por lo cual la importancia de esta investigación es “conocer” las condiciones socio-económica-laborales y de salud que pueden ser determinantes en la población comerciante de la zona céntrica de San Pedro de Jujuy con respecto a la posibilidad desarrollar problemáticas de salud mental por la cuarentena de Covid-19.

Se espera que los resultados de la investigación brinden evidencia científica y permita generar estrategias de intervención integrales desde la educación para la salud y comprender la complejidad del fenómeno a estudiar.

JUSTIFICACIÓN Y PLANTEO DEL PROBLEMA

La pandemia de Covid-19, (coronavirus) representa una amenaza global sin precedentes que ha alterado la vida de miles de millones de personas alrededor del planeta y ha puesto en peligro la economía global. Ha generado cambios súbitos e importantes sobre el comportamiento de las personas, grupos y comunidades. Los recursos para enfrentar estos cambios definen y condicionan nuestras respuestas emocionales y afectivas ante esta crisis; generando impacto sobre nuestro bienestar y el de los otros.

Ante esta situación de pandemia los gobiernos nacionales y provinciales, han tomado diferentes medidas para proteger a la comunidad. Entre ellas; el aislamiento social, preventivo y obligatorio (ASPO) con el fin de proteger la salud pública, todas las personas que habitan en el país debían permanecer aislados en sus domicilios habituales o en donde se encontraban a las 00:00 horas del día 20 de marzo de 2020. (Ministerio de Salud de la Nación, 2020).

El aislamiento social, ha provocado cambios importantes en la vida cotidiana de las personas, generando algunas dificultades que van desde el orden psicológico, laboral, económico, familiar, alimentario entre otros. La pérdida de la rutina, ha ocasionado que replanteemos los itinerarios en el aislamiento, modificando no solo los espacios y modos para la creación de relaciones interpersonales y las prácticas del día a día, sino que ha propiciado la alteración de las conductas y comportamientos de los sujetos, lo que podría ocasionar en un mediano plazo desordenes en la salud mental.

A nivel de la salud mental se observan algunos indicadores de ansiedad, angustia, incertidumbre propios del confinamiento que tendrán sus impactos en la salud de los sujetos.

Ante una situación de crisis, las personas enfrentan diferentes tipos de reacciones: emocionales, físicas, cognitivas e interpersonales, como respuesta a un evento estresor. Entre las principales reacciones emocionales podemos mencionar los estados de ansiedad, angustia, incertidumbre, enojo que generan diferentes mecanismos de afrontamiento en las personas que dificultan las interacciones y relaciones humanas.

Por todo lo expuesto el presente trabajo busca indagar el impacto, en la salud mental debido al aislamiento social en los comerciantes de San Pedro Jujuy, en el periodo de la pandemia Covid-19, por considerar de interés conocer cómo

estas medidas de protección sanitaria, han impactado en la vida cotidiana de dichos comerciantes.

La población objeto de estudio e intervención, son comerciantes de la zona céntrica que trabajan en las cuatro caras frontales de los negocios ubicados alrededor de la plaza Belgrano

Los comerciantes son de diferentes grupos etarios y géneros, por lo cual son grupos heterogéneos de investigación ya que cada comercio se diferencia de acuerdo al rubro elegido, entre los cuales se destacan comercios gastronómicos, casas de electrodomésticos, kioscos, venta de indumentaria y calzados, entre otros.

La actividad diaria de los comerciantes se extiende en horarios completos de más de ocho horas diarias, por lo cual los riesgos de exposición a la enfermedad y contacto con la gente son aún mayores que el promedio medio.

Si bien cada negocio trabaja siguiendo, en la mayoría de los casos, las normas de bioseguridad, la crisis sanitaria epidemiológica puede alterar los ritmos de trabajo y las relaciones interpersonales, debido a los cambios en las conductas y comportamientos.

La crisis económica de Argentina y occidente en general, puede aumentar el riesgo de sufrir una enfermedad mental, por lo tanto; el presente trabajo de investigación, pretende exponer la situación por la que se vio afectada el sector de los comerciantes, en una nueva línea de investigación que ha surgido a partir de la pandemia de COVID-19, como forma de intervención y como forma de contribuir al conocimiento científico desde el campo de la educación para la salud, ya que según investigaciones como la de Semo, B. W., & Frissa, S. M. (2020)¹, *“La pandemia de COVID-19 (enfermedad por coronavirus de 2019) ha afectado las vidas de millones de personas en todo el mundo y es probable que provoque problemas de salud mental entre quienes no tenían enfermedades mentales previas, además de exacerbar la condición de las personas con enfermedades mentales preexistentes problemas / trastornos de salud mental. Por lo cual, es probable que los problemas de salud mental comiencen en un corto plazo a manifestarse en la población y continúen aún más luego de que*

¹ Op.cit.Semo, B. W., & Frissa, S. M. (2020). The mental health impact of the COVID-19 pandemic: Implications for sub-Saharan Africa. *Psychology Research and Behavior Management*, 13, 713. (Traducido del inglés): *“The COVID-19 (Coronavirus Disease of 2019) pandemic has impacted the lives of millions of people around the world and is likely to result in mental health problems among those with no previous mental illness as well as exacerbate the condition of those with pre-existing mental health problems/disorders. Mental health problems are likely to begin early and continue after the pandemic is over. Experience of the disease, breakdown of social support and stigma are possible causes of short-term mental health problems while factors such as economic losses can potentially cause long-term mental health issues.”*

Disponible en : <https://www.dovepress.com/the-mental-health-impact-of-the-covid-19-pandemic-implications-for-sub-peer-reviewed-fulltext-article-PRBM>

termine la pandemia. La experiencia de la enfermedad, la ruptura del apoyo social y el estigma son posibles causas de problemas de salud mental a corto plazo, mientras que factores como las pérdidas económicas pueden causar problemas de salud mental a largo plazo.”

De esta manera queda pensar las formas en que la educación para la salud puede intervenir a futuro, desde un enfoque centrado en la promoción de la salud y en métodos de intervención interdisciplinar y transdisciplinar, que coadyuven a contribuir en búsqueda de soluciones e intervenciones que puedan dar respuestas a este fenómeno.

Ante tales escenarios se plantearon las siguientes interrogantes:

1. ¿Qué desafíos presentan los grupos afectados para poder sobrellevar las posibles enfermedades en la salud mental en contexto de pandemia?
2. ¿Qué intervención/es desde la Educación para la Salud se pueden llevar a cabo en contexto de pandemia para abordar la problemática planteada?
3. ¿Qué impacto (significativo o no) representa la presencia e intervención del educador para la salud, en las diversas y complejas formas en las que las situaciones multicausales afectan cotidianamente la vida de los comerciantes en cuanto a su salud mental?

Formulación del Problema:

¿Cómo influyen las condiciones socio-económica-laborales en la salud mental de los comerciantes de la zona céntrica de San Pedro de Jujuy debido al confinamiento producido ante la pandemia por Covid-19 en el año 2020?

Objetivo General:

Analizar cómo influyen las condiciones socio-económicas-laborales en la salud mental de los comerciantes de la zona céntrica de San Pedro de Jujuy en el marco de la pandemia por COVID-19 a través de la perspectiva de la educación para la salud.

Objetivos específicos:

- Identificar e indagar acerca de las condiciones socio-económicas-laborales y sanitarias de los comerciantes céntricos y las condiciones contextuales con respecto a la pandemia de COVID-19.

- Comprender cómo esas condiciones contextuales, influyen en la salud mental de los comerciantes, ocasionando problemáticas tales como angustia, estrés y depresión, entre otras, en dichos comerciantes.
- Analizar como la educación para la salud interviene en relación a las problemáticas de salud mental, desde la promoción de la salud y prevención de enfermedades, ocasionadas por el contexto de pandemia en los comerciantes.

PALABRAS CLAVES

Condiciones socio-económicas, laborales y sanitarias, Salud, Salud Mental, Educación para la Salud.

MARCO TEÓRICO

Adentrándonos en las concepciones básicas de nuestra disciplina como forma de entender esta propuesta, debemos tener en cuenta que el campo de la educación para la salud, de acuerdo al texto “Intervención Comunitaria y Educación para la Salud”(Max Agüero, 2012)² citando a Samaja, es definido como “Un campo especializado y una práctica científica, del tipo de tecnologías sociales contemporáneas que aborda la realidad socio-sanitaria de los grupos humanos, en los particulares modo de práctica cotidiana de la salud y en las condiciones contextuales económicas, políticas, sociales y simbólico - culturales en las cuales el hecho socio-histórico salud se produce y reproduce individual y colectivamente”, entendiéndose al mismo tiempo, a cuyo campo de actuación propio de los educadores para la salud, por tanto, un “ campo científico, que al mismo tiempo se constituye en un subcampo especializado en el que se sintetizan los aportes de las disciplinas sociales, educativas y de salud, en ligazón directa con las problemáticas de las condiciones de vida, las practicas socio-culturales, los procesos socio-históricos de salud y las condiciones de producción general en los que estos se desarrollan, articulados por modos o modelos de mediación simbólica que construyen y establecen los agentes sociales con su realidad social.”

Desde este posicionamiento epistemológico la presente línea de investigación pretende poner énfasis en las herramientas con las que cuenta el educador para la salud, para poder desenvolverse en las problemáticas sociosanitarias que se les presenta a diario o en un contexto emergente y particular. De esta manera poder compenetrarse en el campo a través de proyectos de intervención profesional. Dichas herramientas son:

² Op.cit.Ernesto F. Max Agüero (2012) Intervención Comunitaria y Educación para la Salud. Apuntes para la formación profesional. Editorial: Unidad de Investigación en Trabajo Social FHycS, UnJu.p.52-53.

Promoción de Salud

Definida en la Carta de Ottawa (1986)³ “La promoción de la salud consiste en proporcionar a los pueblos los medios necesarios para mejorar su salud y ejercer un mayor control sobre la misma”.

Para alcanzar un estado adecuado de bienestar físico, mental y social un individuo o grupo debe ser capaz de identificar y realizar sus aspiraciones, de satisfacer sus necesidades y de cambiar o adaptarse al medio ambiente.

La salud se percibe pues, no como el objetivo, sino como la fuente de riqueza de la vida cotidiana. Se trata por tanto de un concepto positivo que acentúa los recursos sociales y personales así como las aptitudes físicas. Por consiguiente, dado que el concepto de salud como bienestar trasciende la idea de formas de vida sanas, la promoción de la salud no concierne exclusivamente al sector sanitario. (Carta de Ottawa, 1986).

Prevención de Enfermedades

Según María Dolores Mora y Araujo (2008)⁴ el concepto de prevención, que en general alude al conjunto de medidas destinadas a evitar la enfermedad, abarca un contenido amplio ya que comprende también acciones de recuperación de la salud.

Es prevención proteger la salud, tratar oportunamente a un enfermo o rehabilitarlo evitando secuelas de padecimiento. En este sentido puede decirse que la prevención está presente en toda acción de salud. Paulatinamente la orientación hacia la salud integral ha ido atenuando la visión medicalizada de la prevención para inscribirla en el marco de la promoción de la salud.

Y sin lugar a dudas, entender desde este mismo concepto sus divisiones conceptuales necesarias para la actuación del educador las cuales explican las autoras son las siguientes:

Prevención Primaria: Es una intervención previa a la aparición de un problema de salud -accidente, incapacidad, infecciones, a fin de evitarlo y disminuir su incidencia.

Existen muchos instrumentos de prevención primaria, siendo la Educación para la Salud uno de los fundamentales. Otros son, por ejemplo, la potabilización del agua, medidas de seguridad e higiene en el trabajo, la correcta manipulación de alimentos, la promoción del deporte, las inmunizaciones, etc.

³ Carta de Ottawa (1986) P.02. Disponible en: <https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2013/Carta-de-ottawa-para-la-apromocion-de-la-salud-1986-SP.pdf>

⁴ María Dolores Mora y Araujo. Marcela Pérez y Cristina Sánchez Viamonte. 2008. Módulo “LA EDUCACIÓN PARA LA SALUD. Un enfoque integral”. MINISTERIO DE SALUD DE LA NACIÓN. Departamento de Educación para la Salud. p.10.

Prevención Secundaria: Se realiza al inicio de la aparición de un problema de salud, a través del diagnóstico temprano y el tratamiento adecuado, con el fin de reducir la gravedad, duración y evolución de las enfermedades, accidentes o incapacidades. En algunos casos puede ser necesario tomar medidas generales como la prohibición de un producto causante del problema o modificación de factores de riesgo.

Prevención Terciaria: implica la reeducación, rehabilitación y reinserción de las personas que han padecido un problema de salud, como también evitar las recaídas”.

Todas estas herramientas conceptuales se ven inmersas en la necesidad de interactuar con los individuos y objeto de estudio de esta investigación que son los llamados “**Comerciantes**”, cuya definición según la RAE (2021)⁵ refiere como “*Comerciante: De comerciar y -nte.1. adj. Que comercia. U. t. c. s. 2. m. y f. Persona propietaria de un comercio.3. m. y f. Persona a quien son aplicables las especiales leyes mercantiles*”.

Para esta propuesta de acción investigativa son aquellas personas que se ven afectados por todas las medidas sociosanitarias que se tomaron durante la pandemia del COVID-19, medidas que fueron para resguardar la salud de la población, pero que al mismo tiempo los dejó durante varios meses sin actividad laboral, sin producción y sin la posibilidad del intercambio para solventar y resolver sus propias necesidades.

COVID-19

Según el portal web de la Organización Mundial de la Salud, la COVID-19 es la enfermedad causada por el nuevo coronavirus conocido como SARS-CoV-2. La OMS tuvo noticia por primera vez de la existencia de este nuevo virus el 31 de diciembre de 2019, al ser informada de un grupo de casos de «neumonía vírica» que se habían declarado en Wuhan (República Popular China).

Los coronavirus son una familia de virus que pueden causar enfermedades en animales y en humanos. En los seres humanos pueden provocar infecciones respiratorias que van desde un resfrío común hasta enfermedades más graves, como el síndrome respiratorio de Medio Oriente (MERS) y el síndrome respiratorio agudo severo (SRAS-SARS).

Actualmente nos encontramos ante una pandemia (epidemia que se propaga a escala mundial) por un nuevo coronavirus, SARS-CoV-2, que fue descubierto recientemente y causa la enfermedad por coronavirus COVID-19. (Ministerio de la Salud de la Nación, 2020).

Los síntomas más habituales de la COVID-19 son:

Fiebre
Tos seca

⁵ RAE. Disponible en: <https://dle.rae.es/comerciante>

Cansancio

Otros síntomas menos frecuentes y que pueden afectar a algunos pacientes:

Pérdida del gusto o el olfato
Congestión nasal
Conjuntivitis (enrojecimiento ocular)
Dolor de garganta
Dolor de cabeza
Dolores musculares o articulares
Diferentes tipos de erupciones cutáneas
Náuseas o vómitos
Diarrea
Escalofríos o vértigo

Entre los síntomas de un cuadro grave de la COVID-19 se incluyen:

Disnea (dificultad respiratoria)
Pérdida de apetito
Confusión
Dolor u opresión persistente en el pecho
Temperatura alta (por encima de los 38° C)

Otros síntomas menos frecuentes:

Irritabilidad
Pérdida de la conciencia (a veces asociada a convulsiones)
Ansiedad
Depresión
Trastornos del sueño

Complicaciones neurológicas más graves y raras, como accidentes cerebrovasculares, inflamación del cerebro, estado delirante y lesiones neurales.

En casos graves se caracteriza por producir neumonía, síndrome de dificultad respiratoria aguda, sepsis y choque séptico que conduce a cerca de 3,75 % de los infectados a la muerte” según la OMS (2020). Dicha enfermedad a nivel internacional provocó que a mediados de marzo del 2019 todos los países cerraran sus fronteras y en el caso de Argentina los diversos accesos provinciales además de limitar por cuestiones de bioseguridad, el contacto persona a persona, decreto el confinamiento preventivo, situación está que, impacto también, no solo en lo económico ante cierre obligatorio de locales, produciendo pérdidas de empleo, cierre definitivos de locales comerciales, lo cual para una localidad como San Pedro de Jujuy se vio afectada, generando incertidumbre, temor y preocupaciones en los comerciantes y en la sociedad en general.

Pandemia

La real academia española RAE (2021), define a este término de la siguiente manera: “Enfermedad epidémica que se extiende a muchos países o que ataca a casi todos los individuos de una localidad o región.”

Cuarentena

La cuarentena, en medicina, es un término para describir el aislamiento de personas o animales durante un período de cuarenta unidades de tiempo no específico como método para evitar o limitar el riesgo de que se extienda una enfermedad o una plaga.

La cuarentena por lo general, se aplica a personas que son mayores de edad o que tienen síntomas, y consiste no solamente el aislamiento de los enfermos en centros específicos, sino también la aplicación de medidas de prevención como el saneamiento de lugares y objetos o el tratamiento adecuado de los cadáveres.

Barifouse, Rafael (2020) ⁶así como la RAE (2021)⁷, el termino de cuarentena se define como “Aislamiento preventivo a que se somete durante un período de tiempo, por razones sanitarias, a personas, animales o cosas.”

Condiciones económicas y laborales afectadas por la pandemia.

En relación a la pandemia, las condiciones económicas y laborales, debido a la cuarentena obligatoria, que, en el caso de Argentina, tuvo un tiempo mucho más largo de duración, se vieran afectadas de manera directa las fuentes de trabajo y ocupación de los comerciantes en general.

Según una investigación llevada a cabo durante el 2020 (Weller, J.) *“Entre las diferentes categorías de ocupación, en el contexto de las medidas de contención del COVID-19 el trabajo por cuenta propia tiende a ser más afectado que el trabajo asalariado. Esto vale, sobre todo, pero no exclusivamente, para situaciones en que este trabajo se realiza como actividad informal. A ello contribuye que en gran parte se ejecuta en el espacio público, lo que está fuertemente restringido debido a las medidas de restricción de movilidad. Esta situación puede llevar a que, contrario a los procesos habituales en contextos de crisis económicas, en el corto plazo, la proporción del empleo informal en empleo total se contraiga. El cierre de una cantidad considerable de estas empresas y comercios no sólo conllevaría una profundización de procesos de concentración; también se eliminarían de manera permanente cierta cantidad de empleos formales accesibles para*

⁶ Barifouse, Rafael (2020). «Coronavirus: por qué todavía no hay cuarentena en Brasil; entender qué es y cómo puede ocurrir. <https://web.archive.org/web/20200330185525/https://www.bbc.com/portuguese/brasil-51883270> (html). BBC Mundo (en portugués). Archivado desde el original el 30 de marzo de 2020. Consultado el 30 de marzo de 2020. «Quarentena é uma medida de restrição de movimentos, do direito de ir e vir, que pode ser individual ou coletiva, em bairros, cidades ou outra unidade geográfica.»

⁷ RAE. Disponible en: <https://dle.rae.es/cuarenteno#BSfJqN5>

personas de niveles intermedias de educación formal, con lo cual se intensificaría dicha tendencia de concentrar el empleo de este segmento de la fuerza de trabajo en sectores de baja productividad y el sector informal". (Weller, J. 2020)⁸. Lo que puede provocar una cierta incertidumbre sobre el porvenir del trabajo y la economía en general.

Un impacto en la economía por pérdida de trabajo puede traer emparejado un sinnúmero de situaciones que ponen en riesgo la salud de los trabajadores y en este caso los comerciantes, haciendo hincapié en las condiciones de salud mental y sus determinantes de salud podríamos definir desde las condiciones económicas descritas por Barragán (2007) las siguientes:

CONDICIONES SOCIO-ECONOMICAS (Como determinantes de la Salud)

En el año 2003, la OMS Regional Europa, publicó la segunda edición de "Los Determinantes Sociales de la Salud: Los hechos contundentes", editada por Richard Wilkinson y Michael Marmot (WHO, 2003) cuyos autores sostienen que, la política de salud alguna vez se pensó como muy poco más que la oferta y el financiamiento de la atención médica. Esto ha cambiado y los determinantes sociales de salud han dejado de ser discutidos sólo entre académicos.

Siguiendo este informe, según se sostiene que, "mientras el cuidado médico puede prolongar la supervivencia y mejorar el pronóstico en algunas enfermedades severas, más importante para la salud de la población en su conjunto ***“son las condiciones sociales y económicas que hacen que las personas enfermen y tengan necesidad de atención médica”***".

No obstante, el acceso universal a la atención médica es claramente uno de los determinantes sociales de salud, *pero*, ***“son las condiciones sociales y económicas (a veces ambientales) que afectan la salud de la gente***, como lo demuestra la evidencia acumulada relacionándolos **con enfermedades físicas, enfermedades mentales y mortalidad**". (Barragán y Mestorino, 2007)⁹.

Empleo y desempleo-Condición de trabajo (laborales):

Entonces podemos tomar como categoría de acuerdo a esta base de investigación al desempleo como uno de los determinantes en la salud que tiene un fuerte impacto en los trabajadores y comerciantes, ya que el ***“Desempleo y sub-empleo están asociados con la salud***. El impacto del desempleo en la salud se traduce en muerte temprana, tasas más altas de suicidio y enfermedad coronaria en los que han estado desempleados por una cantidad significativa de tiempo; problemas emocionales de las esposas e hijos,

⁸ CEPAL. Weller, J. (2020). La pandemia del COVID-19 y su efecto en las tendencias de los mercados laborales.p.19

⁹ Barragán, H., Moiso, A., Mestorino, M. D. L. A., & Ojea, O. A. (2007). Fundamentos de salud pública. Editorial de la Universidad Nacional de La Plata (EDULP).p.176

especialmente en los adolescentes; recuperación incompleta y lenta de la salud física y **mental** después del desempleo. (Public Health Agency of Canadá).

Los efectos están vinculados a las consecuencias psicológicas y los problemas financieros (WHO, 2005).

La seguridad del trabajo aumenta salud, bienestar y satisfacción en el trabajo. La inseguridad laboral incrementa los problemas de salud mental (ansiedad y depresión), mala salud autorreportada y enfermedad cardíaca. La inseguridad laboral continua actúa como un estresor crónico, cuyos efectos crecen con el tiempo de exposición (WHO, 2005).

Los efectos no están confinados a los pobres: el gradiente social en salud atraviesa toda la sociedad. Se debe a **causas materiales y psicosociales** (WHO, 2005).” Barragán, H., Moiso, A., Mestorino. (2007)¹⁰.

SALUD MENTAL Y ENFERMEDAD MENTAL

Desde la perspectiva del enfoque socioeconómico, lo mental se define dialécticamente a partir de la estrecha relación entre los individuos y las estructuras socioeconómicas, el ambiente material y la vida cultura; en consecuencia, las condiciones objetivas en las que se encuentra un individuo son causa y no consecuencia de sus modos subjetivos de ser y de pensar. Se concibe entonces la salud mental recursivamente relacionada con la noción de capital global dentro de un marco de derechos y desarrollo humano como un problema de bienestar político y económico dependiente de condiciones más generales de la sociedad, asociados a la condición económica, al ambiente en el que viven las personas y al tipo de recursos disponibles.

Desde la concepción socioeconómica se plantea que tanto la salud mental como el sufrimiento psicológico y la anormalidad del comportamiento responden no solo al modo de funcionamiento del cerebro sino a las leyes sociales que regulan los comportamientos “normales”; aunque sean el resultado de molestias y contradicciones de los individuos, los comportamientos considerados anormales, al igual que los normales, no nacen de la naturaleza del propio individuo, sino que son reflejo y consecuencia de contradicciones sociales. Al concebir la salud como la prioridad y al reconocer que las causas de la enfermedad trascienden la dimensión biológica, se propone que las estrategias para la promoción de la salud deben ser integrales, multisectoriales y deben estar enfocadas en la determinación social de la salud. La propuesta de Atención Primaria en Salud Integral constituye un referente filosófico y estratégico importante para lograr tal propósito, en el cual la participación individual y comunitaria es un eje fundamental.

Las acciones en salud mental desde el enfoque socioeconómico requieren una perspectiva integradora que haga posible la intervención de los contextos sociales y los modos de vida de las comunidades, que trascienden el enfoque biomédico centrado en la enfermedad y el enfoque comportamental centrado en los factores de riesgo” (Ochoa, 2012).¹¹

¹⁰ Op.Cit.p.178

¹¹ Ochoa, D. A. R., & Estrada, J. C. J. (2012). Concepciones de salud mental en el campo de la salud pública. Facultad Nacional de Salud

Concepciones de Salud Mental con el paso del tiempo según Ochoa (2012):¹²

Tabla 1. Síntesis de las concepciones de salud mental en el campo de la salud pública.

	Concepción biomédica de la salud mental	Concepción conductual de la salud mental	Concepción cognitiva de la salud mental	Concepción socioeconómica de la salud mental
Mente	La noción de mente se define en términos de procesos biológicos.	Se deja de lado la noción de mente y se sustituye por "conducta".	La mente se entiende en términos de procesos cognitivos (no observables) que determinan la manera como las personas sienten, piensan y se comportan.	La mente se conceptualiza como un constructo dinámico emergente de las interacciones sociales y de las condiciones objetivas de existencia.
Salud mental	Ausencia de trastornos "mentales" según criterios del modelo biomédico. DSM IV TR. CIE-10.	Salud comportamental: adaptación como ajuste al contexto y al sistema productivo.	Capacidad del sujeto para adaptarse racionalmente a las demandas internas y externas.	Se concibe en términos de derechos y desarrollo humano.
Enfermedad mental	Manifestación de desórdenes en diferentes procesos cerebrales que median el funcionamiento psicológico.	Ateraciones o desajustes del hábito, es decir, respuestas "maladaptativas" "indeseables" o "inaceptables".	Formas distorsionadas o irracionales de pensamiento que llevan a desajustes en el comportamiento o afecciones emocionales.	Expresión de las condiciones socioeconómicas del contexto y de las contradicciones sociales.
Intervención	Centrada en la atención de los trastornos mentales por parte de los especialistas mediante diferentes formas de tratamiento (farmacoterapia, terapia electroconvulsiva, etc.).	Enseñar /entrenar a los sujetos para que desarrollen un repertorio conductual más adaptativo. Énfasis en la prevención.	Corregir formas de pensamiento disfuncionales (creencias irracionales, distorsiones cognitivas, etc.). Énfasis en la prevención.	Centrada en los modos de vida y en las condiciones de vida. La intervención se desarrolla a través de una lógica horizontal orientada a generar entornos saludables que favorezcan la elección de condiciones de vida. Es Intersectorial. Énfasis en la promoción de la salud.

DEPRESIÓN

Según la OPS/OMS (2017) ¹³ dentro de los trastornos mentales comunes está la “Depresión, los cuales se refieren a dos categorías principales de diagnóstico: los trastornos depresivos y los trastornos de ansiedad. Estos trastornos son altamente prevalentes en la población (de ahí que se consideren “comunes”) y repercuten en el estado de ánimo o los sentimientos de las personas afectadas. Los síntomas varían en cuanto a su intensidad (de leves a severos) y duración (de meses a años). Estos trastornos son condiciones de salud diagnosticables y se diferencian de los sentimientos de tristeza, estrés o temor que cualquiera puede experimentar ocasionalmente en su vida. Aunque la depresión puede afectar, y afecta, a personas de todas las edades y de todas las ocupaciones y condiciones sociales, el riesgo de sufrir depresión se incrementa a causa de la pobreza, el desempleo, acontecimientos vitales importantes como la muerte de un ser querido o la ruptura de una relación sentimental, una afección física o problemas causados por el consumo de alcohol u otras sustancias.”

Según líneas de investigaciones llevadas a cabo en España durante el periodo de pandemia COVID-19 se ha extendido rápidamente. El objetivo del estudio fue examinar el impacto psicológico de la pandemia y el confinamiento nacional vivido en ese país durante los meses de marzo y abril de 2020.

Se investigó la prevalencia del miedo al coronavirus, los síntomas emocionales, y los problemas de sueño. También se examinó los posibles efectos positivos. Una muestra de 1.161 participantes de 19 a 84 años, quienes a través de manera online complementaron el Cuestionario de Impacto Psicológico del Coronavirus, según la Escala de Intolerancia a la Incertidumbre y las escalas PANAS de afecto positivo y negativo.

Los resultados indican que **los miedos más comunes corresponden a las categorías de contagio/enfermedad/muerte, aislamiento social, y problemas de trabajo/ingresos.** También se encontró niveles elevados de impacto emocional reflejado en los **miedos al coronavirus, problemas de sueño, y síntomas emocionales (preocupación, estrés, desesperanza, depresión, ansiedad, nerviosismo, e inquietud).**

La intolerancia a la incertidumbre y la exposición a los medios de comunicación son poderosos predictores del impacto. Se evidenció que el confinamiento favorecía algunas experiencias personales positivas.

Al relacionar el estado emocional y el impacto del coronavirus se determinó estados emocionales negativos tales como, ansiedad, depresión, preocupación, soledad, desesperanza, ira/irritabilidad, nerviosismo, estrés/agobio, e inquietud y problemas para dormir.

Los resultados presentan un perfil similar en los **grupos de hombres y mujeres, en el cual predominan los casos de elevada preocupación, estrés, y desesperanza, y descienden significativamente los casos de irritabilidad/ ira y sentimientos de soledad.**

Trastornos depresivos

¹³ PAHO (2017) Disponible en: <https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/34006/PAHONMH17005-spa.pdf> p.05-06-07.

Los trastornos depresivos se caracterizan por un sentimiento de tristeza, pérdida de interés o de placer, sentimientos de culpa o autoestima baja, alteraciones del sueño o del apetito, fatiga y falta de concentración. La depresión puede ser duradera o recurrente, de modo que deteriora sustancialmente la capacidad de la persona de desempeñar su trabajo o rendir en sus estudios, o de hacer frente a su vida cotidiana. En su forma más severa, la depresión puede conducir al suicidio. Los trastornos depresivos incluyen dos subcategorías principales:

- trastorno o episodio depresivo mayor, que presenta síntomas como un estado de ánimo deprimido, pérdida de interés y de la capacidad de disfrutar y disminución de la energía; dependiendo del número y gravedad de los síntomas, un episodio depresivo se clasifica como leve, moderado o severo; y
- distimia, una forma persistente o crónica de depresión leve; los síntomas de distimia son similares a los de un episodio depresivo, pero tienden a ser menos intensos y más duraderos. (PAHO/OMS, 2017)

ANGUSTIA

“La angustia es la emoción más universalmente experimentada por el ser humano, tiene un efecto de inmovilización y conduce al sobrecogimiento en innumerables ocasiones; se define como una emoción compleja, difusa y desagradable que conlleva serias repercusiones psíquicas y orgánicas en el sujeto; la angustia es visceral, obstructiva y aparece cuando un individuo se siente amenazado por algo (Ayuso, 1988). Es un sentimiento vinculado a situaciones de desesperación, donde la característica principal es la pérdida de la capacidad de actuar voluntaria y libremente por parte del sujeto, es decir, la capacidad de dirigir sus actos. En ella participan factores biológicos, psicológicos, sociales y existenciales, por lo que conlleva inevitablemente un abordaje integral desde todos los campos mencionados.” (Sierra, J. C., Ortega, V., & Zubeidat, 2003).

METODOLOGÍA:

Esta investigación fue abordada metodológicamente a partir de un enfoque cualitativo, basada en el paradigma interpretativo, con la utilización de observación directa y entrevistas en profundidad como técnicas de recolección de datos. Al mismo tiempo siendo la misma de corte transversal.

La propuesta se encuadra en una metodología de carácter cualitativa desde un paradigma interpretativo y materialista dialectico transformador. Este modelo de investigación se basa en una comprensión profunda de la realidad y de los motivos que incurren que sea así, sin detenerse en lo general y explicaciones causales. Por lo cual “la investigación cualitativa proporciona profundidad a los datos, dispersión, riqueza interpretativa, contextualización del grupo en cuestión ambiente o entorno, detalles y experiencias únicas. También aporta un punto de vista “fresco, natural y holístico” de los fenómenos, así como flexibilidad.”. El enfoque se basa en métodos de recolección de datos no estandarizados ni completamente predeterminados. No se efectúa una

medición numérica, por lo cual el análisis no es estadístico. La recolección de los datos consiste en obtener las perspectivas y puntos de vista de los participantes (sus emociones, prioridades, experiencias, significados y otros aspectos subjetivos). También resultan de interés las interacciones entre individuos, grupos y colectividades” (Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. 2010).¹⁴

Por otro lado, Vasilachis de Gialdino (1992) afirma que los estudios cualitativos aportan datos muy ricos a la investigación porque no solo conserva el lenguaje original de los actores sociales, sino que indaga los hechos, tal como los comprenden los involucrados. De modo tal que, esta metodología permite la comprensión de las complejas interrelaciones que se dan en la realidad, donde el investigador no descubre, sino que construye el conocimiento.

Tal como lo señalan Taylor y Bogdan (1998) quien investiga se aproxima a la visión que tienen los sujetos acerca de su propia historia y de los condicionantes estructurales que, según ellos, las sostienen. Se analiza el modo en que los actores experimentan el mundo, ya que la realidad que importa es lo que ellos perciben como importante.

La investigación cualitativa, de este modo, es concebida como un proceso dinámico y reflexivo, cuya característica principal es el uso de un diseño flexible en el proceso investigativo. El concepto de flexibilidad alude a la posibilidad de advertir durante el proceso de investigación situaciones nuevas e inesperadas vinculadas con el tema de estudio (Vasilachis, 2006).

En concordancia con las características y naturaleza del conocimiento que se busca construir en el presente trabajo se utilizaron técnicas de recolección de datos a la observación directa y entrevistas en profundidad ya que, resultan pertinentes al enfoque y objeto de estudio en cuestión.

Paradigma interpretativo

Se entiende por paradigma al sistema coherente no sólo de teorías científicas, sino también de metodologías, formas de concebir la realidad, valores compartidos en el contexto de investigación. Al respecto, Thomas Kuhn (2019), los paradigmas constituyen un conjunto de teorías reconocidas por la comunidad científica, que tienen vigencia en un tiempo y espacio determinado. El autor define a este concepto como realizaciones científicas universalmente reconocidas que, durante cierto tiempo, proporcionan modelos de problemas y soluciones a una comunidad científica. Por lo que las realizaciones científicas son un conjunto de conocimientos y creencias que forman una visión del mundo en torno a una teoría o supuesto hegemónico.

En tal sentido el paradigma interpretativo según Vasilachis (2009) tiene como supuesto básico “la necesidad de comprensión del sentido de la acción social en el contexto del mundo de la vida y desde la perspectiva de los participantes”. Este paradigma nace con la idea de practicar una ciencia de la realidad de la vida que nos rodea y en la cual estamos inmersos, mediante la

¹⁴ SAMPIERI Hernández, Roberto, Collado Fernández, Carlos, Lucio Baptista, María del Pilar (2010. 2006.2003.1998.1991) Metodología de la Investigación 5° edición McGRAW-HILL / INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V.

comprensión, por una parte, del contexto y significado cultural de sus distintas manifestaciones en su forma actual y por otro lado, de las causas que determinaron históricamente que se haya producido así y no de otra manera. La autora remarca especialmente una preocupación por los hechos históricos singulares, con la incorporación de la comprensión como herramienta fundamental para el análisis de la realidad social.

Desde esta perspectiva, la autora menciona que existe la intención de comprender a los sujetos desde sus valores, sus formas de comprender el mundo, de sus experiencias de vida (con el mundo de su cultura).

La investigación interpretativa también es conocida como investigación naturalista, fenomenológica o etnográfica; que comprende un conjunto de estrategias y acercamiento al estudio del mundo humano en sus aspectos simbólicos “comprender el sentido de acción social en el contexto del mundo de la vida y desde la perspectiva de los participantes”.

En razón de ello, el propósito del acercamiento a los comerciantes fue describir la forma en que los mismos perciben y experimentan los fenómenos que los rodean, profundizando sus puntos de vista, interpretaciones y significados.

Los fenómenos sociales son distintos de los naturales y no pueden ser comprendidos en términos de sus relaciones causales mediante la subsunción de los hechos sociales a leyes universales porque las acciones sociales están basadas e imbuidas de significados sociales: intenciones, actitudes y creencias" (Fielding y Fielding, 1986; citado en Vasilachis de Gialdino 1992:57).¹⁵

Considerando que el proceso de investigación con enfoque cualitativo posee un diseño flexible y adaptable al objeto de estudio y al contexto de investigación se resalta también su carácter dialéctico.

Paradigma socio- crítico o materialista dialéctico

“...El paradigma socio-critico de acuerdo con Arnal (1992) adopta la idea de que la teoría crítica es una ciencia social que no es puramente empírica ni solo interpretativa; sus contribuciones; se originan, “de los estudios comunitarios y de la investigación participante” (p.98). Tiene como objetivo promover las transformaciones sociales, dando respuestas a problemas específicos presentes en el seno de las comunidades, pero con la participación de sus miembros. El paradigma socio crítico se fundamenta en la crítica social con un marcado carácter autoreflexivo, considera que el conocimiento se construye siempre por intereses que parten de las necesidades de los grupos, pretende la autonomía racional y libertadora del ser humano, y se consigue mediante la capacitación de los sujetos para la participación y transformación social...” Alvarado, L. J., & García, M. (2008)¹⁶.

¹⁵ Vasilachis de Gialdino, Irene (1992): Métodos cualitativos I. Los problemas teórico - epistemológicos. Ed. C.E.A.L., Bs. As.

¹⁶ Alvarado, L. J., & García, M. (2008). Características más relevantes del paradigma socio-crítico: su aplicación en investigaciones de educación ambiental y de enseñanza de las ciencias realizadas en el Doctorado de Educación del Instituto Pedagógico de Caracas. Sapiens: Revista Universitaria de Investigación, (9), 187-202.

Técnicas de recolección de datos

De acuerdo a los autores Taylor, S. J, Bogdán, R (1987) este procedimiento es “El proceso de obtener acceso a un escenario también facilita la comprensión del modo en que las personas se relacionan entre sí y tratan a otros.” Por tanto, en el estudio realizado se utilizaron la observación y entrevistas en profundidad de manera individual a los comerciantes del contexto de investigación.

Observación: La propuesta se basó principalmente en la exploración del contexto mediante visitas regulares, lo cual permitió visualizar espacios, características del lugar, espacios de trabajo, formas de trabajo, tipo de comercio, cantidad de comerciantes y trabajadores, dimensiones, medidas sanitarias.

Entrevistas a profundidad: Según Benney y Hughes (1970) ¹⁷“Por entrevistas cualitativas en profundidad entendemos reiterados encuentros cara a cara entre el investigador y los informantes, encuentros que estuvieron dirigidos hacia la comprensión de las perspectivas que tienen los informantes respecto de sus vidas, experiencias o situaciones, tal como las expresan en sus relatos”. Las entrevistas realizadas tuvieron como objetivo identificar aquellos factores que son influyentes o determinantes en las problemáticas socio-sanitarias e identificar la relación existente entre las condiciones socioeconómicas, laborales y la salud mental de los comerciantes, debido al aislamiento por contexto de COVID-19.

UNIVERSO / MUESTRA

Con la finalidad del presente trabajo de investigación, el universo estuvo constituido por los comerciantes que se encuentran ubicados alrededor (cara frontal) de la plaza Manuel Belgrano en San Pedro de Jujuy. En cuanto a la muestra, fueron seleccionados 20 sobre un total de 33 comerciantes, cuyas características de negocios pertenecen a distintos rubros dentro de la actividad comercial.

Como mencionamos anteriormente la muestra estuvo constituida por 20 comerciantes entre varones y mujeres, quienes fueron seleccionados al azar. Las entrevistas se llevaron a cabo dentro de cada negocio bajo normas de distanciamiento social y seguridad debido a la situación sanitaria.

En la investigación cualitativa, la entrevista, constituye una herramienta valiosa, dado que nos habilita a interactuar con diferentes actores para resignificar y reconstruir la complejidad de la realidad, generando así nuevos conocimientos.

¹⁷ Taylor, S. J., & Bogdan, R. (2008). La entrevista en profundidad. *Métodos cuantitativos aplicados*, 2, 194-216.

¹⁸Kuhn, T. S. (2019). La estructura de las revoluciones científicas. Fondo de cultura económica.

¹⁹ Vasilachis, I. (2009). Los fundamentos ontológicos y epistemológicos de la investigación cualitativa

Criterio de selección:

Los criterios para la selección de los informantes/ participantes claves en este estudio estuvieron estructurados en función de:

- Edad: Ser mayor de 18 años.
- Ser comerciante y estar ubicado alrededor de la plaza, específicamente en zona céntrica de San Pedro de Jujuy.
- Admitir el Consentimiento Informado a los fines de aceptar formar parte de la investigación en curso. Siguiendo con los lineamientos de dicho consentimiento, que implica que el/la investigador/a asegure a los informantes y garantice la absoluta confidencialidad en todos los aspectos salvaguardando la integridad e identidad de los participantes.

ANÁLISIS DE CATEGORIAS TRABAJADAS:

A partir del discurso de los actores sociales, se determinaron categorías de análisis de acuerdo a los siguientes detalles:

CONDICIONES SOCIO-ECONÓMICAS:

Condiciones socio-económicas afectadas por la pandemia:

"...La pandemia, hizo que cerraran muchísimos comercios, mi comercio subsistió gracias a un plan estratégico que tenemos nosotros de acumulación de insumos..." Señor: R.G. Fotodigital

"...Fue bastante complicado ya que los alquileres seguían corriendo, y bueno el intentar llegar a fin de mes, intentar hacer la venta desde casa, que por ahí no es lo mismo..." Señor G.C. Ropa/ Indumentaria 4.

Esta situación puede verse reflejada en las palabras de Saad-Filho, A. (2020)¹⁸ *"...Nos hallamos en un mundo transformado en algún momento del mes de marzo. En la mitad del planeta teníamos escalofriantes calles vacías, tiendas cerradas y cielos inusualmente despejados, mientras diariamente se reportaban cada vez más muertes: algo nunca antes visto se estaba desplegando ante nuestros ojos. Las noticias sobre la economía fueron especialmente alarmantes: la pandemia de la Covid-19 desencadenó la contracción económica más repentina y profunda en la historia del capitalismo (Roubini, 2020)".*

Filgueira y otros (2020) sostienen:

La pandemia del COVID-19 está generando en el mundo y en América Latina una triple crisis combinada y asimétrica: sanitaria, económica y social. Por otra parte, la región presenta debilidades estructurales que generan fuertes

¹⁸ • Saad-Filho, A. (2020). De la Covid-19 al fin del neoliberalismo. El Trimestre Económico, 87(348), p.1211.

dificultades para abordar el triple desafío de contención epidemiológica, recuperación económica y mitigación de los costos sociales. Las debilidades económicas de larga data con amplios sectores de baja productividad y un modelo dual en el mercado laboral, la caída de la inversión y de la demanda agregada en la última etapa del ciclo económico en la región, los niveles de pobreza y desigualdad que las mejoras de la primera década del siglo no lograron revertir y las condiciones de habitabilidad y acceso a servicios básicos atentan contra la posibilidad de abordar adecuadamente este triple desafío. A pesar de ello, los países han tomado acciones deliberadas para enfrentar estos tres desafíos. Sin embargo, las medidas han sido o bien insuficientes, fragmentadas o ineficaces en la mayoría de los casos.

Pensar en protección social en la región de América Latina, requiere ubicarse en cada una de las situaciones particulares que afrontan las realidades transversales de los países y sus políticas públicas. Siguiendo a Repetto, *“los alcances, contenidos y modalidades que adquieran los sistemas de protección social en cada país latinoamericano habrán de depender del enfoque que adopten las coaliciones socio-políticas ganadoras, lo cual habrá de estar condicionado por la confluencia de las restricciones políticas, fiscales, organizacionales e ideológicas vigentes, incluyendo aquellas imbricadas en la historia y el entramado institucional formal e informal.”* (Repetto. 2010)

La protección social desde una perspectiva histórica, está vinculada a los procesos sociales, económicos y políticos que se viven en América Latina y es asociada a la idea de justicia social. Esta noción involucra la implementación de políticas sociales desde el Estado, destinadas a contrarrestar y disminuir los riesgos derivados del capitalismo en sus diferentes versiones (liberal, neoliberal, socialdemócrata). Para Repetto *“se trata de una mirada que, nutriéndose de elementos de los campos tradicionales de la política social, permite repensar el modo en que el Estado latinoamericano pudiese intervenir ante problemáticas sociales...”* (Repetto. 2010;1)

Las condiciones sociales son consideradas presupuestos que fundamentan esas políticas sociales, y son el resultado de procesos históricos y políticos en los que interviene: El Estado, los actores gubernamentales, los actores privados, y la sociedad civil. Es una articulación múltiple y compleja derivada en América latina de la diversidad de la población y de las expresiones de la cuestión social (Bueno - Preuss. 2020).

Como determinantes de Salud:

Empleo y desempleo condiciones de trabajo o laborales:

Resulta pertinente resaltar que la pandemia de Covid 19, no sólo trajo consecuencias en las dimensiones sociales, políticas, económicas, sanitarias, etc. sino que además irrumpieron en la vida cotidiana de los individuos provocando distintas aristas en relación con la salud mental, que en los ámbitos familiar y laboral resultaron sumamente complejos y disruptivos, dado que los comerciantes enfrentaban situaciones de imposibilidad de desarrollar sus actividades laborales con las consecuentes implicancias económicas,

afectando los estados de ánimo; y/o las angustias atravesadas frente a los duelos por fallecimientos de familiares directos, etc.

“...En mi economía y en la economía del país, y en la economía del mundo ha traído muchísimos problemas y mucha gente se quedó sin trabajo...” Señor F.U. Electrodomésticos 2.

“...Uno lo que más quiere es progresar, y cuando invierte, invierte para seguir creciendo o proyectar a futuro y esto hizo que no proyectemos, que no nos deje proyectar...” Señor G.C. Ropa/ Indumentaria 4.

“...Es un todo un conjunto de todo, que te sentís encerrado, que te sentías mal, tenías miedo, no sabías como salir, no sabías si te iban a despedir del laburo, o si ibas a seguir en la empresa, son un montón de cosas...” Señor J.L.I. Electrodomésticos 1.

En consecuencia a los sucesos ocurridos durante la pandemia por Covid - 19 a nivel nacional y mundial, muchas empresas y negocios cerraron por el aislamiento obligatorio decretado, que imposibilitó la apertura y mantenimiento de las economías comerciales de la gente, citando lo que dice Amortegui Vanegas, D. Y., Orrego Uchima, D. M., & Borrero Bravo, Y. K. (2021).¹⁹ *“...Desde que el COVID-19 apareció, el mundo del comercio y empresarial se ha visto afectado de diferentes modos, uno de ellos, es la reducción sustancial de sus ventas e ingresos por la dificultad de no poder atender presencialmente a sus clientes, esto sumado a la falta de preparación...el año 2020 marca un evento como la pandemia, en donde se obliga a las empresas a cerrar o a trabajar desde la casa de cada persona, esperando que autónomamente cada trabajador cumpla con el trabajo que venía desarrollando desde la empresa y que muchas labores tuviesen que cambiar radicalmente su modo de ejecución...”*. Podemos apreciar entonces, que la preocupación se centró principalmente luego, en el mantenimiento económico y laboral de los comerciantes para adaptarse y seguir en sus puestos laborales o negocios

SALUD MENTAL Y ENFERMEDAD MENTAL:

“...Inseguro, con miedo, con miedo de contagiarme, de que me pase algo, que le pase algo a mi familia, contagiarme yo, contagiar a mi familia, mi mama es mayor de edad, es un riesgo...”
Señor D.M. Electrodomésticos 2.

“...La pandemia se los comió y seguramente que a ellos si les afecto mentalmente, depresión...” Señor G.C. Ropa/ Indumentaria 4.

“...Mucha gente se ha enfermado, por el tema de haber estado encerrado entonces obvio que si ha traído bastantes problemas para la mayoría creo yo...” Señor F.U. Electrodomésticos 2.

¹⁹ Amortegui Vanegas, D. Y., Orrego Uchima, D. M., & Borrero Bravo, Y. K. (2021). Impacto psicológico en los trabajadores de tres Pymes de Villavicencio en proceso de adaptación a la Revolución 4.0 durante la crisis dada por el Covid.

Según Molina Aguilar, J. (2020).²⁰ *“...Este panorama puede vincularse a daños en la salud mental de las y los trabajadores: respuestas negativas frente al estrés, angustia, ansiedad, irritabilidad, hipervigilancia, cuadros depresivos, melancólicos, rechazo, nerviosismo, dificultad de concentración, miedo y resignación son solo algunos de los síntomas asociados. Por lo tanto, es importante reconocer que esta pandemia no solo implica un alto costo en la salud física, o en la economía, sino también en la salud mental...”*

Lo que también indica el mismo autor como consecuencias futuras en la salud mental de los trabajadores *“...De acuerdo a The Lancet, en una de sus publicaciones más recientes acerca del impacto psicológico de la cuarentena, una revisión de diversas publicaciones considera que los efectos negativos en cuarentena porque han existido otras cuarentenas en el siglo XXI, las mismas oscilan entre el estrés post-traumático, y los síntomas de confusión y enojo, inclusive, tres años después de finalizadas las medidas de cuarentena...”*

CONCEPCIONES SALUD PRESENTE:

SALUD INDIVIDUAL (AUTOCUIDADO) - SALUD COLECTIVA:

“...Porque vos no te podes relacionar con tus amigos, por más que tengas ganas de ir al cine no podes, gente que ahora en agosto que están de moda las pachas, no podes ir tampoco, no podes juntarte, no podes hacer un asado nada, porque vos no sabes si la otra persona también se juntan, yo me puedo cuidar bien y a lo mejor la otra persona anda de pacha en pacha, o en otro lugar y vos a lo mejor vas ahí a juntarte con otra persona y está infectada y esa infección la volves a llevar a tu casa o a lo mejor volves a visitar a tu padre o algo y los podes infectar...” Señor J.L.I. Electrodomésticos 1.

“...Por ejemplo, lo hacíamos relativamente, juntarnos con mis amigos como antes, tratamos de no hacerlo, nos quedamos en nuestras casas, más que nada por la protección no solo mis sino de las otras personas...” Señora R.P. Bar.

“...Un poco de distanciamiento siempre usamos el alcohol, todo el día con el barbijo bien puesto colocado arriba de la nariz, así que si entra alguien sin barbijo, le decimos que trate de colocarse el barbijo sino tiene el barbijo, se tendrá que retirar de la sucursal...” Señor J.L.I. Electrodomésticos 1.

Para interpretar estos comportamientos, podemos tomar las ideas expresadas por Gallegos de San Vicente, M. O., Zalaquett, C., Luna Sanchez, S. E., Mazo-Zea, R., Ortiz-Torres, B., Penagos-Corzo, J., ... & Lopes Miranda, R. (2020).²¹

“...Desde la emergencia de la pandemia, los diferentes gobiernos de las América y el mundo han implementado diversas medidas de contención del Covid-19. Muchas de ellas, como la cuarentena², el aislamiento³ o distanciamiento físico⁴, no sólo implicaron una discontinuidad de las pautas

²⁰ Molina Aguilar, J. (2020). Trabajo y salud mental en tiempos de pandemia. Realidad empresarial (9), 52-55.

²¹ Gallegos de San Vicente, M. O., Zalaquett, C., Luna Sanchez, S. E., Mazo-Zea, R., Ortiz-Torres, B., Penagos-Corzo, J., ... & Lopes Miranda, R. (2020). Cómo afrontar la pandemia del Coronavirus (Covid-19) en las Américas: recomendaciones y líneas de acción sobre salud mental.p.5, 6.

habituales de interacción social y el cambio en los hábitos de comportamiento individual y colectivo, sino también diversas consecuencias a nivel psicosocial...” a lo que agregan los autores que “...Las personas necesitan tener la sensación de que viven en un ambiente seguro y controlado. La inseguridad y la incertidumbre vinculadas con la pandemia, aunado a la falta de claridad sobre el fenómeno en curso, facilita la aparición de conductas de ansiedad que pueden derivar en conductas egoístas y de búsqueda individual de soluciones para problemáticas que son colectivas. Por ello, es importante fomentar la solidaridad, entendiendo que los otros no son nuestros enemigos/as, sino que incluso pueden constituirse en nuestros únicos auxilios...”

ACTIVIDAD FISICA / DEPORTE Y SALUD MENTAL

Quando se les pregunto qué actividad realizaban a los protagonistas(comerciantes), para sentirse mejor cuando se manifiestan pensamientos asociados a sentimientos de angustia o depresión, o de algún otro tipo de sentimiento asociado que afecto considerablemente su salud mental, varios respondieron lo siguiente:

“...Salir, salir por ejemplo, yo cuando me siento así nerviosa porque si es sentido digamos, me afecto en esta pandemia, me afecto el sistema nervioso, cuando yo me siento intranquila, yo inmediatamente vengo y me agarro e inmediatamente salgo a caminar, salgo a caminar despabilarme y esas cosas...” Señora O.A.A. Peluquería/ Barbería. 2.

“...Ejercicio, antes y después de la pandemia trataba de hacerlo más, en casa pero me sirve más para uno distraerse...” Señora R.P. Bar.

“...Nosotros somos deportistas, hacemos, bueno yo hago lo que es la bici...” Señor G.C. Ropa/ Indumentaria 4.

“...Tomo medidas en salir a caminar, en salir a correr, hacer algún deporte o tipo de actividad, entonces eso me mantiene la mente ocupada...” Señora I.V. Electrodomésticos 2.

“...Deporte, deporte, me gusta pescar, es lo que también me relaja mucho, pero mayormente deporte...” Señor N.M. Electrodomésticos 2.

“...Y también estoy haciendo y hacia ejercicio...” Señor J.R. Kiosco/Fotocopiadora 1.

“...Y deporte si, si deporte...” Señor D.M. Electrodomésticos 2.

En base a lo mencionado por los comerciantes diversos autores como Andreu Cabrera, E. (2020)²² se disponen a explicar en sus investigaciones, estas cuestiones relacionadas a la salud mental y física, así como su impacto positivo

²² Andreu Cabrera, E. (2020). Actividad física y efectos psicológicos del confinamiento por covid-19.p.215.

en contra respuesta a la situación de confinamiento y síntomas mentales asociados como expresa a continuación “...Destaca el reciente estudio de Sallis, J. And Pratt, M. (2020), titulado “A Call to Action: Physical Activity and COVID-19” y publicado por el American College of Sports Medicine. En él, se afirma que la actividad física moderada podría ayudar a reducir la inflamación en los pulmones producida por el COVID-19.

También defienden que la actividad física podría prevenir enfermedades cardíacas, diabetes y neoplasias, las cuales aumentan el riesgo de muerte entre las personas infectadas con el coronavirus.

Paralelamente, estos autores propugnan que cada sesión de actividad física reduce los síntomas de depresión y ansiedad. Citando los estudios de Powell et al. (2019) sostienen que estar activo es tan efectivo como los medicamentos y la psicoterapia.

Entre otras cosas, la cuarentena nos ha enseñado que podemos practicar actividad física sin necesidad de ir a un gimnasio...Como respuesta social a la restricción de movimiento, se ha producido un fenómeno deportivo nunca antes visto: La actividad física en el hogar...”

De acuerdo a lo planteado por los entrevistados y en consonancia con las propuestas conceptuales de los autores citados, se puede entender que la pandemia efectivamente les afectó.

Sin embargo, ante esta situación de adversidad, tuvieron la capacidad de manejar de forma adecuada las tensiones, para controlar el estrés, evitando así enfermarse. Se entiende entonces, que la puesta en práctica de esta capacidad constituyó un factor protector de su salud.

Ello se evidencia cuando manifiestan que en la actualidad se encuentran bien y con expectativas de seguir hacia adelante.

IMAGINARIO SOCIAL CON RESPECTO A LA PANDEMIA POR COVID-19

“...Para mí esto de la pandemia no es algo que afecta sino que ha sido una plandemia, para evitar que los mayores adultos lleguen a cierta edad, yo creo que todo esto ha sido creado por el hombre para destruir a la humanidad digamos. Para mí esto fue una plandemia...” Señor F.U. Electrodomésticos 2.

Para García Rodríguez, G. O. (2019), el imaginario social interpretado por Castoriadis da significados a las situaciones que son propias de los sujetos sociales, razón por la cual el medio (y los medios) como tal y sus significaciones dan origen a sus interpretaciones del mundo y la historia que los conforma para ello el autor cita “...Así pues, las significaciones imaginarias sociales se pueden entender con mayor amplitud como aquel mundo que:

Instaura las condiciones y las orientaciones comunes de lo factible y lo representable, de lo real y lo verdadero, de lo que es considerado objetivo. Las significaciones imaginarias sociales son las que hacen posible que los sujetos existan como sujetos y singularmente como una determinada forma de ser sujetos. Además, es necesario aclarar que ellas, en tanto hacen posible la existencia de los objetos, no podrán comprenderse por fuera de esa relación del objeto con su referente, ya que siempre éste es co-constituido por la significación imaginaria social correspondiente (Hurtado, 2008, p. 90)...”

Y continúa explicando,

“...Las significaciones imaginarias sociales son, además, creaciones libres e inmotivadas, ex nihilo; no obstante, coherentes y completas: “crean un mundo propio para la sociedad considerada, son en realidad ese mundo: conforman la psique de los individuos. Crean así una representación del mundo, incluida la sociedad misma y su lugar en ese mundo (Castoriadis, 1997, p. 9)...”

Razón por la cual, para las diversas significaciones de los comerciantes, existe una explicación coherente y completa, que da un panorama de su propia cosmovisión de la situación que atraviesan en el mundo socio-histórico del cual son parte.

CONCLUSIONES:

Gracias a todo lo anteriormente analizado, podemos decir que la multiplicidad de factores que afectaron y afectan a los comerciantes de la zona céntrica de San Pedro de Jujuy, en cuanto a su salud mental no son de fácil abordaje, pero como fuimos descubriendo mucho de ellos se relacionan con las incertidumbres situacionales a las que la pandemia del 2020, los ha expuesto, desde padecer dificultades económicas para poder mantener sus necesidades básicas, hasta no llegar a perder su puesto laboral y/o comercial. Ya que de ello dependen tanto ellos mismos, como sus respectivas familias.

En base a esto las afecciones en cuanto a la salud mental y sus variables, se expresan de formas distintas, pero con aspectos relacionales en común, como ser el miedo, la depresión, la inseguridad, la angustia y la intranquilidad, entre otras. Pero más allá de esto, también se pudo obtener una aproximación a sus realidades, es decir, de sus vidas cotidianas y la manera en que la cuarentena cambió radicalmente sus formas de relacionarse, de sentir y de ser y hacer con el otro, desde la perspectiva intrafamiliar hasta sus formas de trabajar y establecer relaciones comerciales con sus clientes.

Podríamos hasta decir que sin ser positivistas en nuestra forma de ver la realidad, que el efecto dominó que causó dicha pandemia, puso en jaque a la gran mayoría de personas comerciantes y empleados, que se desempeñaban en estos puestos laborales y a la totalidad de sus roles sociales cotidianos, razón por la cual, muchos de ellos se vieron obligados a desarrollar sus propias formas de solventar y resolver sus problemáticas asociadas en base a sus propias capacidades de resiliencia (ya sea con el apoyo familiar, ejercicios, planificaciones económicas, o por evitación o desviación del pensamiento).

La resiliencia, como fortaleza o capacidad individual y social, en tiempos de pandemia, constituyó un factor protector de la salud emocional y física para los comerciantes de San Pedro de Jujuy. Esto se pudo evidenciar a través de las respuestas obtenidas de los entrevistados, donde expresaron que, si bien la pandemia los afectó en gran manera, cada uno de ellos mediante diversas estrategias de cuidado, pudo manejar de manera asertiva las tensiones, conflictos y todos los pormenores que atravesaron controlando el estrés y las situaciones de angustias. De esa manera pudieron retomar sus actividades, de forma normal, pero diferente en el sentido que todavía hoy conviven con todo lo que significó la pandemia.

En medio de las medidas dispuesta por el Sistema de Salud provincial y nacional, uno de los factores positivos que influyó en la salud mental de los comerciantes, fueron las decisiones responsables, la actitud positiva y resiliente frente al contexto.

En la actualidad los comerciantes manifiestan estar bien, en cuanto a salud física y emocional, se refiere. En tal sentido, todas las acciones de cuidado que pusieron en marcha durante la pandemia, han contribuido de manera favorable y positiva en la salud tanto a nivel individual como colectiva.

Por lo tanto, si bien esas acciones son parte importante en que cada uno de ellos abordo su propia realidad, ya sea para afrontarla o cambiarla, como educadores para la salud y científicos sociales, lo cual implica tener la responsabilidad y capacidad para mirar más allá, de lo que se puede ver a simple vista. Ir más allá involucra investigar lo que subyace en todo problema socio-sanitario, buscando respuestas y soluciones como modo de abordar la realidad social, desde un corpus de conocimientos, teóricos, prácticos y técnicos.

Por otro lado, durante las entrevistas, los comerciantes, denotaron ciertas expresiones a la hora de describir sus realidades, en forma de enojo y angustia, miedo, entre otras. Si miramos parte de la teoría y el análisis de la investigación podremos saber que hay manifestaciones tempranas de las secuelas y que pueden tener hasta una duración de tres años posteriores al suceso que desencadenó toda la temática de esta investigación.

Y es justamente por esto, que es de vital importancia la intervención comunitaria del educador para la salud, en este tipo de problemáticas para así a través de ella, potenciar aquellos refuerzos positivos que al mismo tiempo puestos en práctica con la promoción de la salud mental, sean acciones asertivas dispuestas a mejorar la calidad de vida de los comerciantes a través también de su propia transformación siendo fundamentalmente partícipes de ella.

CRONOGRAMA

(2021)

ACTIVIDAD /MESES	JULIO	AGOSTO	SEPTIEMBRE
OBSERVACIÓN	XXXX		
ENTREVISTA A PROFUNDIDAD	X	XXX	

BIBLIOGRAFÍA

- **Tigua, G. P. C., Parrales, N. V. P., & Chilán, J. H. M. (2020).** Red Bayesiana para analizar los mecanismos de adaptación de los comerciantes ante los retos de la COVID-19.
- **Ernesto F. Max Agüero (2012)** Intervención Comunitaria y Educación para la Salud. Apuntes para la formación profesional. Editorial: Unidad de Investigación en Trabajo Social FHycS, UnJu.
- **María Dolores Mora y Araujo, Marcela Pérez y Cristina Sánchez Viamonte.** 2008. Módulo “LA EDUCACIÓN PARA LA SALUD. Un enfoque integral”. MINISTERIO DE SALUD DE LA NACIÓN. Departamento de Educación para la Salud
- **Ernst, C., & López Mourelo, E. (2020).** La COVID-19 y el mundo del trabajo en Argentina: impacto y respuestas de política. Nota técnica. Buenos Aires: OIT.
- **Molina Aguilar, J. (2020).** Trabajo y salud mental en tiempos de pandemia. Realidad empresarial (9), 52-55.
- **Andreu Cabrera, E. (2020).** Actividad física y efectos psicológicos del confinamiento por covid-19.
- **Rodríguez, A. G., & Labad, J. (2020).** Salud Mental en tiempos del COVID: reflexiones tras el estado de alarma. *Medicina Clínica*.
- **Páez, D., & Pérez, J. A. (2020).** Social representations of COVID-19 (Representaciones sociales del COVID-19). *International Journal of Social Psychology*, 1-11.
- **Aguirre-Loaiza, H., Arenas, J., Barbosa-Granados, S., & Agudelo, L. H. (2020).** Psicología de la actividad física y el deporte: tendencias, retos y oportunidades antes y después del COVID-19. *Psicología en contextos de COVID-19*, 115.
- **Pizarro, M. R., & Matta, J. P. (2020).** Las relaciones vecinales como clave analítica de ciertas violencias asociadas al Covid-19 en la Argentina.
- **Barboza, M., & Montag, D. (2020).** El COVID-19 y su impacto socio cultural: emociones, poderes y nuevas solidaridades.
- **CEPAL. Weller, J. (2020).** La pandemia del COVID-19 y su efecto en las tendencias de los mercados laborales.

- **Matta, J. P., Pizarro, M. R., Bahl, B. M., Larrea, N. J., Mariano, M., & Godoy, M. I. (2020).** Observaciones antropológicas sobre situaciones de acusación, intimidación y hostigamiento a personas asociadas a la Covid-19 en la República Argentina.
- **Saad-Filho, A. (2020).** De la Covid-19 al fin del neoliberalismo. *El Trimestre Económico*, 87(348), 1211-1229.
- **Huarcaya-Victoria, J. (2020).** Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de COVID-19. *Revista peruana de medicina experimental y salud pública*, 37, 327-334.
- **Johnson, M. C., Saletti-Cuesta, L., & Tumas, N. (2020).** Emociones, preocupaciones y reflexiones frente a la pandemia del COVID-19 en Argentina. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25, 2447-2456.
- **Semo, B. W., & Frissa, S. M. (2020).** The mental health impact of the COVID-19 pandemic: Implications for sub-Saharan Africa. *Psychology Research and Behavior Management*, 13, 713.
- **Carbone, S. R. (2020).** Flattening the curve of mental ill-health: the importance of primary prevention in managing the mental health impacts of COVID-19. *Mental Health & Prevention*, 19, 200185.
- **Barragán, H., Moiso, A., Mestorino, M. D. L. A., & Ojea, O. A. (2007).** Fundamentos de salud pública. Editorial de la Universidad Nacional de La Plata (EDULP).
- **Paolasso, A.** DISTRÉS OCUPACIONAL.
- **Sandín, B., Valiente, R. M., García-Escalera, J., & Chorot, P. (2020).** Impacto psicológico de la pandemia de COVID-19: Efectos negativos y positivos en población española asociados al periodo de confinamiento nacional. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 25(1).
- **Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2010).** Metodología de la investigación (5ta ed.). México DF.
- **Sierra, J. C., Ortega, V., & Zubeidat, I. (2003).** Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista mal-estar e subjetividade*, 3(1), 10-59.
- **Alvarado, L. J., & García, M. (2008).** Características más relevantes del paradigma socio-crítico: su aplicación en investigaciones de educación ambiental y de enseñanza de las ciencias realizadas en el Doctorado de Educación del Instituto Pedagógico de Caracas. *Sapiens: Revista Universitaria de Investigación*, (9), 187-202.
- **Vasilachis de Gialdino, Irene (1992).** Métodos cualitativos I. Los problemas teórico - epistemológicos. Ed. C.E.A.L., Bs. As.
- **Taylor, S. J, Bogdán, R (1987).** Introducción a los métodos cualitativos de investigación. Ediciones Paidós Ibérica S.A. España.
- **Taylor, S. J., & Bogdan, R. (2008).** La entrevista en profundidad. *Métodos cuantitativos aplicados*, 2, 194-216.

- **Amortegui Vanegas, D. Y., Orrego Uchima, D. M., & Borrero Bravo, Y. K. (2021).** Impacto psicológico en los trabajadores de tres Pymes de Villavicencio en proceso de adaptación a la Revolución 4.0 durante la crisis dada por el Covid.
- **Gallegos de San Vicente, M. O., Zalaquett, C., Luna Sanchez, S. E., Mazo-Zea, R., Ortiz-Torres, B., Penagos-Corzo, J., ... & Lopes Miranda, R. (2020).** Cómo afrontar la pandemia del Coronavirus (Covid-19) en las Américas: recomendaciones y líneas de acción sobre salud mental.
- **García Rodríguez, G. O. (2019).** Approaches to the Concept of Social Imaginary. *Civilizar Ciencias Sociales y Humanas*, 19(37), 31-42.
- **Ochoa, D. A. R., & Estrada, J. C. J. (2012).** Concepciones de salud mental en el campo de la salud pública. *Facultad Nacional de Salud Pública: El escenario para la salud pública desde la ciencia*, 30(2), 202-211.

LINKS DE REFERENCIA

<http://ojs.3ciencias.com/index.php/3c-empresa/article/view/1061>

<https://www.emcyasociados.com.ar/wp/wp-content/uploads/2020/03/EI-COVID-19-y-el-mundo-del-trabajo-en-Argentina-OIT.pdf>

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7381887/>

<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/02134748.2020.1783852?scroll=top&needAccess=true>

<https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/114539>

<https://repositorio.cepal.org/handle/11362/45759>

<https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/109087>

<https://www.eltrimestreeconomico.com.mx/index.php/te/article/view/1183>

<https://www.scielo.org/article/rpmesp/2020.v37n2/327-334/es/>

<https://www.scielo.org/article/csc/2020.v25suppl1/2447-2456/es/>

<https://www.dovepress.com/the-mental-health-impact-of-the-covid-19-pandemic-implications-for-sub-peer-reviewed-fulltext-article-PRBM>

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7255235/>

Carta de Ottawa (1986) <https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2013/Carta-de-ottawa-para-la-apromocion-de-la-salud-1986-SP.pdf>

RAE <https://dle.rae.es/>

PAHO <https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/34006/PAHONMH17005-spa.pdf>

OMS

https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/94607/Official_record72_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5432756>

http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/29128/Documento_completo.pdf?sequence=4

https://www.researchgate.net/profile/Julia-Garcia-Escalera/publication/341698958_Impacto_psicologico_de_la_pandemia_de_COVID-19_Efectos_negativos_y_positivos_en_poblacion_espanola_asociados_al_periodo_de_confinamiento_nacional/links/5ed4af114585152945279dff/Impacto-psicologico-de-la-pandemia-de-COVID-19-Efectos-negativos-y-positivos-en-poblacion-espanola-asociados-al-periodo-de-confinamiento-nacional.pdf

<https://cucjonline.com/biblioteca/files/original/c9d56bce6af0c5e25c5151012acd7efc.pdf>

https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3070760.pdf&hl=es&sa=T&oi=gsb-ggp&ct=res&cd=0&d=10554262490805864729&ei=Zop0YJOoK9KOmgGxuwBw&scisig=AAGBfm0FsQNCzX6IXYmvmk_-2sExuuqKc6A

<http://repositorio.uca.edu.sv/jspui/bitstream/11674/4808/1/10071-Texto%20del%20art%C3%ADculo-36174-1-10-20200724.pdf>

<https://repository.ucc.edu.co/handle/20.500.12494/33105>

<http://biblioteca.puntoedu.edu.ar/bitstream/handle/2133/18298/coping-coronavirus-covid-19-americas-mental-health.pdf?sequence=3&isAllowed=y>

<https://www.academia.edu/download/63940346/Psicologia-contextos-COVID-1920200716-10667-hvehpr.pdf#page=115>

<http://www.scielo.org.co/pdf/ccso/v19n37/1657-8953-ccso-19-37-31.pdf>



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE JUJUY
FACULTAD DE HUMANIDADES Y CIENCIAS SOCIALES
LICENCIATURA EN EDUCACION PARA LA SALUD
EXPANSIÓN ACADÉMICA SAN PEDRO.**

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN COMUNITARIA

“EL AUTOCUIDADO DE LA SALUD FÍSICO-MENTAL DE LOS COMERCIANTES CÉNTRICOS: COMPARTIENDO HERRAMIENTAS DE FORTALECIMIENTO DE RESILIENCIA, PARA UN MEJOR FUTURO POSTPANDEMIA.”

INTRODUCCIÓN:

La siguiente propuesta de intervención comunitaria, surge como propuesta del trabajo de investigación “Análisis del impacto en la salud mental de los comerciantes de la zona céntrica de San Pedro de Jujuy debido a las condiciones socioeconómicas, laborales y las medidas sanitarias dispuestas en contexto de pandemia, durante el primer semestre del año 2020.” A partir de los resultados del análisis de las entrevistas realizadas y la información obtenida en la misma, nos permiten tomar acciones tendientes a mejorar la calidad de vida, en cuestiones relacionadas a la Salud Mental de la población comerciante estudiada.

Con el objetivo de brindar herramientas de promoción de la salud y prevención de enfermedades, el presente proyecto pretende contribuir al cuidado de la salud mental de esta población, dado que resultó de fundamental importancia conocer y comprender cuál es el impacto que desencadenó la pandemia, en la vida de estas personas y a partir de allí, reflexionar acerca de los factores protectores de la salud que son trascendentales en los procesos sociales complejos.

Esta investigación surgió de la necesidad de interpretar la compleja realidad de las comerciantes de la zona céntrica de San Pedro de Jujuy, en el contexto de pandemia, con la finalidad de conocer la relevancia puesta en la resiliencia, como capacidad para afrontar las adversidades de la vida y salir fortalecidos. Se buscó proporcionar al grupo en estudio, conocimientos útiles acerca de las formas saludables de afrontar las dificultades de la vida, considerando la resiliencia como un factor protector de la salud física y emocional.

Por otra parte, la investigación contribuyó a ampliar los conocimientos relacionados con la resiliencia en contextos de gran adversidad. Permitiendo de ese modo facilitar procesos de soluciones viables frente a los problemas de salud/enfermedad.

Los aportes correspondientes desde la Educación para la Salud, se pueden realizar en base a los requerimientos propios de las necesidades reales y sentidas de la comunidad estudiada. Desde la Educación para la Salud se pretende promover espacios reflexivos y críticos que coadyuven en la construcción de hábitos y actitudes positivas favorables a la salud emocional y física, tanto individual, como colectiva. De modo de contribuir a mejorar las condiciones y la calidad de vida de las personas en contextos complejos, que al mismo tiempo permitirán mejorar las relaciones interpersonales, sociales, laborales e institucionales en el ámbito cotidiano de trabajo.

FUNDAMENTACIÓN:

Se pretende a través de la presente intervención *“El autocuidado de la salud físico-mental de los comerciantes céntricos: compartiendo herramientas de fortalecimiento de nuestra resiliencia, para un mejor futuro postpandemia.”* Considerar formas de compartir con la comunidad herramientas para la vida, que faciliten el mejoramiento de la salud mental a través de actividades físicas y el desarrollo de la capacidades de resiliencia, de manera que permitan a los comerciantes, ejercer un control de su propia salud individual y socio-comunitaria, con intervención desde la Educación para la Salud, cuyo abordaje sea interdisciplinaria e intersectorial, con participación de la comunidad. En este sentido esta propuesta tiene como propósito principal fortalecer la resiliencia, el autocuidado de la salud en esta población; potenciando sus capacidades, habilidades sociales, emocionales y cognitivas a partir de la realización de un trabajo en conjunto, interdisciplinario e intersectorial.

OBJETIVOS:

Objetivo General:

- ❖ Promover la Salud Mental en los comerciantes a través de estrategias y actividades desde la educación para la salud, en relación a las problemáticas ocasionadas en el contexto de pandemia.

Objetivos Específicos:

- Reforzar los factores protectores particulares que poseen los comerciantes, para promover el mejoramiento de la salud mental individual y socio-comunitaria.
- Desarrollar la capacidad de Resiliencia de los comerciantes, a través del manejo de emociones negativas y el aumento de aquellos factores que estimulen sus emociones positivas.
- Implementar ejercicios de relajación y actividades físicas, que puedan ser reproducidas por los comerciantes tanto para el mejoramiento de su salud física, como mental y emocional, ante la presencia de estrés, angustia, ansiedad, irritabilidad, hipervigilancia, cuadros depresivos, melancólicos, etc.

POBLACIÓN DESTINATARIA

Comerciantes y trabajadores de la zona céntrica de San Pedro de Jujuy, ubicados sobre las caras frontales de la Plaza Manuel Belgrano, tanto a

aquellos que fueron o no, entrevistados con anterioridad, como los que quieran participar por voluntad propia de las actividades a realizar.

DISEÑO METODOLÓGICO:

Este proyecto de intervención está basado en el modelo integrador, en el que busca que los sujetos signifiquen socialmente, a partir de sus matrices de aprendizaje, las informaciones, las analicen críticamente, las relacionen con sus experiencias previas, en el contexto de sus características socio-culturales locales y luego las transformen en conocimientos construidos colectivamente. Se tiene una visión holística de salud, y el proceso salud-enfermedad-atención que toma al ser humano desde una concepción integral como sujeto bio-psico-social, como emergentes de sus contextos locales, con características culturales, sociales y económicas propias, respetando y rescatando sus sistemas de creencias, saberes y prácticas originarias. (Gaggero, 2006²³).

Desde un paradigma interpretativo, que según Vasilachis (2009²⁴), es aquel que surge de “la necesidad de comprensión del sentido de la acción social en el contexto del mundo de la vida y desde la perspectiva de los participantes”. En este sentido es necesaria la incorporación de la comprensión como herramienta fundamental para el análisis de la realidad social, donde además existe la intención de comprender a los sujetos desde sus valores, sus formas de comprender el mundo, de sus experiencias de vida (con el mundo de su cultura).

Con el fin de alcanzar los objetivos propuestos en el proyecto se prevé la planificación de diversas actividades planteadas estratégicamente, a través de los talleres de intervención que se realizarán en uno de los locales perteneciente a uno de los comerciantes, quien ofrece el mismo para el desarrollo de las actividades.

El proceso de la intervención comunitaria se realizará a través de tres talleres, en los cuales se contará con la participación y acompañamiento de una psicóloga facultativa. El primero de ellos estará orientado a reforzar la capacidad de resiliencia de los comerciantes. En un segundo taller el objetivo será brindar herramientas teóricas y prácticas con el fin de reforzar los factores protectores en base al insight o introspección y descubrimiento individual asociado a los factores protectores socio-comunitarios, que cada uno posea

²³ Gaggero, Daniel (2006). La educación para la salud como marco disciplinario y como estrategia para un abordaje integral de las problemáticas socio educativas y sanitaria de hoy. FHycS – UNJU. San Salvador de Jujuy.

²⁴ Vasilachis, I. (2009). Los fundamentos ontológicos y epistemológicos de la investigación cualitativa.

(apoyo familiar, emocional y social). Y finalmente el tercer taller estará orientado a la promoción de la salud mental a través de actividades tendientes a mejorar el estado emocional, físico y cognitivo a la hora de afrontar las diversas dificultades que puedan presentar una afectación en la salud física-mental de los comerciantes, lo cual incluye entre otras acciones específicas de relajación, estiramiento, pausas activas y motivación para la realización de ejercitación particular preferida.

MARCO TEÓRICO

RESILIENCIA

“...Ser resiliente no significa que no se sienta tristeza, o angustia, o dolor; no se trata de negar las emociones, puesto que éstas son importantes como parte de un proceso de aprendizaje o de crecimiento, sino de aprender de cada una de ellas y de las experiencias, y de lo que nos genera, de manera que sea posible sobreponerse a las dificultades que nos toca afrontar, creando condiciones psíquicas que transformen las situaciones y permitiendo desarrollar nuevos recursos. Para esto es necesario restaurar nuestros recursos psicológicos en función de las circunstancias y de las necesidades. Así, lograremos sobreponernos a las dificultades que nos toca afrontar, creando condiciones psíquicas que transformen la situación traumática, permitiendo desarrollar recursos psicológicos nuevos y desplegando potencialidades creativas, personales y sociales...” Barrionuevo (2022).²⁵

“...El concepto de resiliencia se introduce en la psicología en la década de los ochenta a partir de los estudios de E.E. Werner y R.S. Smith (1982), en una época en la que predominaba el concepto de vulnerabilidad... El término resiliencia procede del latín, de resilio (re salio), que significa volver a saltar, rebotar, reanimarse...”

...El término fue incorporado en las ciencias sociales a partir de los años 60 y caracteriza la capacidad que tienen las personas para desarrollarse psicológicamente sanos y exitosos a pesa de vivir en contextos de alto riesgo, como entornos de pobreza y familias multiproblemáticas, situaciones de estrés prolongado, centros de internamiento, etc. Se refiere tanto a los individuos en particular como a los grupos familiares o colectivos que son capaces de minimizar y sobreponerse a los efectos nocivos de las adversidades y los contextos desfavorecidos y deprivados socioculturalmente, de recuperarse tras haber sufrido experiencias notablemente traumáticas, en especial guerras

²⁵ Psic. Lic. Agustina Barrionuevo. Curso taller “Salud Mental y Resiliencia”. (2022).

civiles, campos de concentración (Rutter, 1993, Werner, 2003)...” Uriarte Arciniega, J. D. D. (2005).²⁶

ACTIVIDAD FÍSICA RESILIENCIA Y SALUD MENTAL

“...El deporte y la actividad física son factores que influyen positivamente en la salud física: prevención en riesgos cardiovasculares, enfermedades crónicas, obesidad, cáncer, osteoporosis y enfermedades degenerativas como la demencia y la enfermedad Alzhéimer; y en la salud mental: ansiedad, depresión y disminución del estrés; mejora en las capacidades cognitivas, habilidades sociales, auto concepto y resiliencia. Generando de esta forma bienestar en múltiples contextos donde se desarrollan las personas, como resultado del conocimiento de sí mismo y las habilidades internas mediante los cuales el individuo regula sus acciones. Concluyendo que la práctica del deporte y la actividad física como habito saludable puede favorecer progresos a nivel terapéutico y preventivo basados en la promoción de estilos de vida saludable...” Granados, S. H. B., & Cuéllar, Á. M. U. (2018)²⁷

INTROSPECCIÓN O INSIGHT

“...El insight ha tenido varias acepciones desde entonces y ha sido traducido al español como introspección por algunos investigadores, a pesar de que no es una traducción literal. El concepto en inglés se define como una metáfora visual: visión interna, “con los ojos de la mente”, percepción interior, discernimiento, el hecho de penetrar con los ojos del entendimiento en el carácter interno o en la naturaleza oculta de las cosas. En psiquiatría el constructo introspección se refiere a un “estado de la mente” o “un acto mental”, un conocimiento que se infiere de la respuesta del paciente a la enfermedad... El término introspección (o insight) se ha utilizado para referirse a un cierto estado mental que se infiere a partir de la respuesta (verbal y conductual) del paciente a su enfermedad...” Navarro Marún, F., Cardeño, (2006).²⁸

“...Se concluye que el concepto de insight ha cruzado el psicoanálisis desde sus inicios, siendo considerado al mismo tiempo el motor y la meta del tratamiento. Todos los autores coinciden en la importancia de la vivencia emocional para la adquisición de un verdadero insight. Junto al mayor conocimiento de los estratos más inconscientes, el insight incluye una elaboración reflexiva que permite integrar y sintetizar nuevos contenidos en el

²⁶ Uriarte Arciniega, J. D. D. (2005). La resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo.p.7.

²⁷ Granados, S. H. B., & Cuéllar, Á. M. U. (2018). Influencia del deporte y la actividad física en el estado de salud físico y mental: una revisión bibliográfica. Katharsis: Revista de Ciencias Sociales, (25), 141-160.

²⁸ Navarro Marún, F., Cardeño, C. A., Cano, J. F., Gómez, J. M., Jiménez, K., Palacio, C. A., & García, J. (2006). Introspección en pacientes con psicosis. Revista Colombiana de Psiquiatría, 35(1), 61-70.

yo. *Un mejor estudio y descripción del concepto de insight permitirá desarrollar herramientas para su evaluación y responder importantes preguntas con relación al mecanismo de acción de la psicoterapia...* Valdivieso, S., & Ramírez, C. (2002).

EMOCIONES

“...Las emociones son una reacción psicofisiológica del organismo, es decir un conjunto de reacciones orgánicas que experimenta un individuo cuando responden a ciertos estímulos externos que le permiten adaptarse a una situación con respecto a una persona, objeto, lugar, entre otros.

La palabra emoción deriva del latín emotio, que significa “movimiento”, “impulso”.

Muchas veces las emociones están categorizadas como conflictivas cuando en realidad las consideramos como señales, por ejemplo del mismo modo que las luces del tablero de un automóvil se encienden e indican que queda poco combustible o que se quemó una luz, cada emoción es una luz que se enciende e indica que algo está sucediendo. Es decir que las emociones nos alertan con respecto a una situación en particular esa es su función...” Barrionuevo (2022).²⁹

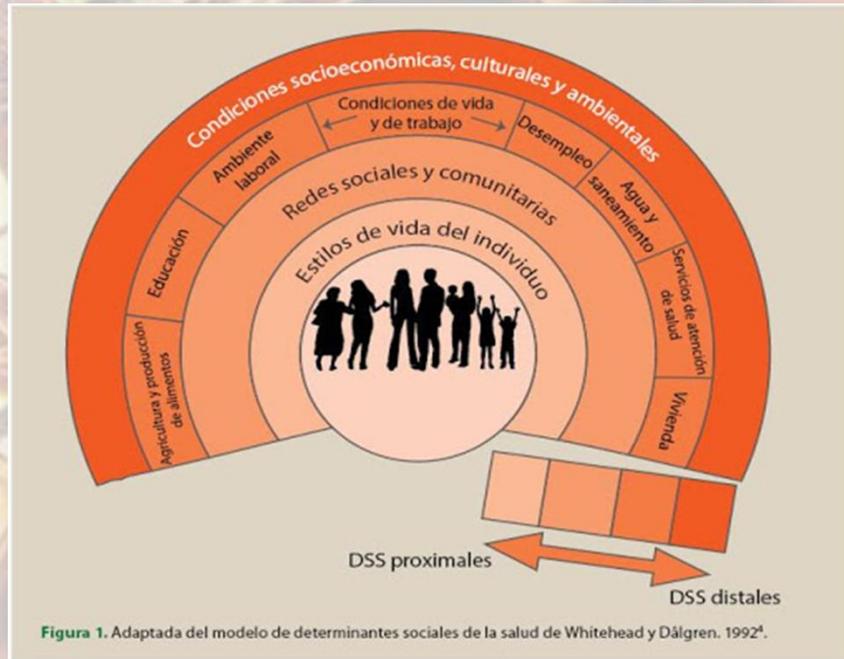
FACTORES PROTECTORES EN SALUD MENTAL

Para fraseando a Amar, Llanos, & Acosta, (2003) se podría decir que los factores protectores en Salud Mental son recursos o condiciones con los que cuentan las personas como mecanismo de defensa ante las situaciones de riesgo o vulnerabilidad emocional, favoreciendo el manejo de emociones, la regulación del estrés y permitiéndoles potencializar sus capacidades humanas... En esta línea es imprescindible el reconocimiento del contexto social y familiar, como dimensiones que también tienen un impacto significativo en el estado emocional de las personas. Es por ello que cuando se observa situaciones permanentes de desmotivación en los estudiantes y empleados, pérdida en su interés en sus actividades e inclusive conductas de irritabilidad y enojo, no se puede limitar la comprensión de este fenómeno como evento aislado.

LOS DETERMINANTES DE LA SALUD MENTAL

Según Barrionuevo (2022) y citando a los determinantes de la salud descritos por Dahlgren y Whitehead.

²⁹ Psic. Lic. Agustina Barrionuevo. Curso taller “Salud Mental y Resiliencia”. (2022).



“...Las personas tienen una edad, sexo y características constitucionales que influyen en su salud y no son modificables. Sin embargo, en torno a las personas hay otros factores que influyen en la salud y sí que pueden ser modificados: En un primer estrato, las conductas de las personas (en la figura, factores relacionados con el estilo de vida individual). Son algunos ejemplos: practicar actividades de ocio, hacer ejercicio físico, tomar café moderadamente, no fumar, hacer relajación, estudiar, pensar en positivo, descansar y dormir las horas necesarias.

En un segundo estrato, las relaciones con personas de su entorno (redes sociales y comunitarias). Ejemplos de ello son: hacer amistades, hablar de preocupaciones con personas cercanas, disponer de una red de apoyo social (familia, amistades, ...), existencia de recursos que faciliten realizar actividades, etc. en un tercer estrato: las condiciones de vida y trabajo, de alimentación y el acceso a bienes y servicios. Ejemplos: los ingresos económicos, la pobreza, las condiciones de la vivienda o del barrio, tener o no tener trabajo, la existencia de programas de promoción de salud mental, de intervenciones comunitarias, de unidades de salud mental, la existencia de plazas suficientes en centros de día, en unidades de hospitalización, suficientes profesionales de la salud mental, tratamientos farmacológicos y psicoterapéuticos, etc.

Y finalmente, como mediadores de la salud: las influencias económicas, culturales y medioambientales. Por ejemplo: tener o no un gobierno democrático, contexto de crisis económica o paro, sufrir algún tipo de

discriminación por razón de etnia o cultura, género, identidad sexual, discapacidad, un desastre nuclear, etc...

PAUSAS ACTIVAS Y EJERCITACIÓN LABORAL

*“...Llamamos pausa activa a periodos cortos de ejercicios físicos planificados dentro de la jornada laboral, como actividad muscular compensatoria planificada. Quienes pasan largas horas sentados tienden a presentar **malestares físicos** e incluso en algunos casos, **psicológicos**, por lo que estos ejercicios en el trabajo toman un rol relevante al momento de mejorar la productividad, bajar los niveles de ansiedad en los trabajadores, reducir las licencias médicas (estrés, lumbagos, tendinitis, etc.) y mejorar el clima laboral...”*Núcleo Emprendedor, de Mutual de Seguridad.C.E.Entel.CI. (2022)³⁰

*“...A nivel mundial, según el Ministerio de Salud Pública de EEUU (Promoting Physical Activity: A guide for Community Action. U.S. Department of Health and Human Services) los beneficios de la pausa activa tienen relación para mejorar la imagen corporativa, las relaciones con la comunidad, la satisfacción del trabajo, la moral de los trabajadores, la calidad y cantidad de producción, evitar los accidentes laborales, mejorar el estrés laboral, y bajar el nivel de conflictos en el trabajo en las instituciones... **La ausencia de ejercicios físicos en los funcionarios dentro de la jornada de trabajo, por lo que presentan un agotamiento funcional por el cansancio, esto es sus capacidades psíquicas y motoras se ven afectadas**, dando lugar a que su desempeño laboral no sea el adecuado, presentando una serie de indicadores, como fatiga, presión arterial, dolor de cabeza, entre otros, inclusive presentan trastornos alimenticios en ocasiones, se ha visto síntomas de astenia que consiste en un estado fisiológico de esfuerzo, pero que desaparece con el reposo o la relajación, tomando en cuenta que el cuerpo humano es una máquina articulada en todos sus movimientos, por lo que se debe ejercitar la cabeza, el tronco y las extremidades, con ejercicios adecuados pero no intensos...”* Lugmaña Solís, S. A. (2018).³¹

PRIMER TALLER:

TEMA: “¿Qué significa ser Resiliente? ¿Puedo serlo yo?”

³⁰ Núcleo Emprendedor, de Mutual de Seguridad. Entel Colombia.2022.

<https://ce.entel.cl/articulos/pausas-activas-relaja-cuerpo-trabajo/#:~:text=Gira%20la%20cabeza%20hacia%20el,porque%20as%C3%AD%20comprimes%20las%20cervicales.>

³¹ La pausa activa para reducir el estrés laboral en los funcionarios de la Secretaría Nacional de Planificación y Desarrollo 3 centro (Bachelor's thesis, Universidad Técnica de Ambato. Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación. Carrera de Cultura Física).

OBJETIVO: Indagar introspectivamente y reforzar los factores protectores particulares que poseen los comerciantes, para promover el mejoramiento de la salud mental individual y socio-comunitaria haciendo uso de la propia resiliencia.

CONTENIDOS A DESARROLLAR:

- Mi Resiliencia y mis Factores protectores.
- Promoviendo mi Salud Mental.

RECURSOS:

Humanos: Educador para la Salud y Psicólogo/a.

Materiales: Trifolios, tablero con afiches explicativos, hojas, lapiceras, sillas, fibrones, aperitivos.

LUGAR: Barrio Centro. Plaza Manuel Belgrano.

TIEMPO: 1 hora.

ACTIVIDADES PROPUESTAS:

Inicio: El Educador para la Salud y el/la Psicólogo/a se presentarán y darán la bienvenida a los participantes, luego se hará la introducción al tema y presentación del taller. Se Indicarán los objetivos a seguir y la dinámica de trabajo. Luego se le dará a cada participante un trifolio con la temática explicada y una hoja con una lapicera, con la cual podrán escribir lo solicitado para el taller y que luego servirá como forma de evaluación al finalizar el mismo.

Desarrollo:

Actividad 1:

Explicación sobre qué es la resiliencia, los factores protectores, lo que constituye la Salud Mental, que nos ayudan a salir adelante a la hora de afrontar con nuestras diversas problemáticas cotidianas y por sobre todo en conservar y mejorar Salud Mental, en estas épocas de pandemia por Covid-19 y sus dificultades socioeconómicas asociadas.

Actividad 2:

Vamos a reflexionar sobre las habilidades o recursos que nos ayudan a desarrollar la resiliencia:

¿Cuáles habilidades tengo más desarrolladas?

¿Cuáles menos?

¿Puedo y cuento con los recursos para fortalecer alguna de ellas?

Elegirán dos palabras de las que escucharon, que tenga que ver con la posibilidad de desarrollar la resiliencia y anotarlas en la hoja que se les dio y reflexionaran (introspectivamente) como les ayudará reforzar esas habilidades a los aspectos más importantes de sus vidas, para poder afrontar las adversidades que dejó la pandemia.

Cierre:

Se retiraran las hojas con las respectivas anotaciones individuales anónimas. Y se les pedirá a los comerciantes que piensen en cómo se sintieron en base a esas reflexiones para el próximo taller. Posteriormente se les entregara un pequeño aperitivo.

Evaluación:

Sera cualitativa y se hará en base a las respuestas que se obtengan de los participantes en sus respectivas hojas. Se evaluara el impacto del taller con respecto a la participación y la profundidad de las reflexiones o respuestas expresadas por los comerciantes y trabajadores que asistieron, tanto así como para interpretar a que nivel pueden relacionar y compartir sus emociones a favor de la resiliencia.

SEGUNDO TALLER:

TEMA: *“La Resiliencia y mis Emociones.”*

OBJETIVO: Incentivar y promover la capacidad de Resiliencia de los comerciantes, a través del manejo de emociones negativas y el aumento de aquellos factores que estimulen sus emociones positivas.

CONTENIDOS A DESARROLLAR:

- Mi Resiliencia y mis Emociones.
- Identificando mis emociones negativas y Promoviendo mis emociones positivas.

RECURSOS:

Humanos: Educador para la Salud y Psicóloga/o.

Materiales: Trifolios, tablero con afiches explicativos, hojas en blanco, hojas con el cuestionario de emociones, lapiceras, sillas, fibrones, aperitivos.

LUGAR: Barrio Centro. Plaza Manuel Belgrano.

TIEMPO: 1 hora.

ACTIVIDADES PROPUESTAS:

Inicio:

El Educador para la Salud y el/la Psicólogo/a se presentarán y darán la bienvenida a los participantes, luego se hará la introducción al tema y presentación del taller. Se Indicarán los objetivos a seguir y la dinámica de trabajo. Luego se le dará a cada participante un trifolio con la temática explicada y una hoja con una lapicera, con la cual podrán escribir lo solicitado para el taller y que luego servirá como forma de evaluación al finalizar el mismo.

Desarrollo:

Actividad 1:

Explicación sobre las emociones, su origen y tipos, pero haciendo hincapié en emociones las negativas y positivas. Para luego profundizar en aquellas que mejoren la capacidad de resiliencia particular, que hayan sido afectadas por la cuarentena y la pandemia, que sean reversibles a la hora de emplearlas para la búsqueda de soluciones posibles a cada uno de los inconvenientes que tengan en sus particulares modos de afrontar la vida postpandemia.

Actividad 2:

Cuestionario de emociones:

1. Cuando estoy contento/a, o cuando algo me da miedo, o cuando me enfado, ¿me cuesta decirlo?
2. ¿Cuál de estas emociones (alegría, miedo, preocupación, tristeza, enfado) me cuesta más expresar a los demás?
3. ¿Y cuál menos?
4. ¿Conoces a alguien, real o de alguna película, que lleve una "máscara" para ocultar sus emociones de manera que nunca las expresa?
5. ¿Conoces a alguien que, por el contrario, expresa muy bien sus emociones, sus sentimientos, sus gustos, etc.?
6. ¿Consideras que algo hubiera sido distinto en tu vida o una situación particular, si fueras distinto en tu capacidad de reconocer las emociones, expresarlas, comunicarlas?
8. ¿Te trae inconvenientes ser como eres en cuanto al reconocimiento de tus emociones?

Cierre:

Reflexionamos acerca de la importancia de reconocer nuestras emociones, en qué medida nos afectan en nuestra vida diaria. Este es el primer paso para poder hacer algo acerca de ello. Y al mismo tiempo estimular las positivas, para mejorar a través del insight nuestra resiliencia. Luego se retiraron las hojas con las respectivas anotaciones individuales anónimas. Y se les pedirá a los comerciantes que piensen en cómo se sintieron en base a esas reflexiones para el próximo taller. Posteriormente se les entregara un pequeño aperitivo.

Evaluación:

Sera cualitativa y se hará en base a las respuestas del cuestionario, que se obtengan de los participantes en sus respectivas hojas. Se evaluara el impacto del taller con respecto a la participación y la profundidad de las reflexiones emotivas o respuestas expresadas por los comerciantes y trabajadores que asistieron, tanto así como para interpretar a qué nivel pueden relacionar, comprender y compartir sus emociones a favor de la resiliencia.

TERCER TALLER:**TEMA: “La Actividad física, mi trabajo y mi Salud.”****OBJETIVO:**

Compartir con los comerciantes o trabajadores, ejercicios de relajación y actividades físicas, que puedan ser reproducidas por los mismos tanto para el mejoramiento de su salud física, como mental y emocional, ante la presencia de estrés, angustia, ansiedad, irritabilidad, hipervigilancia, cuadros depresivos, melancólicos, etc.

CONTENIDOS A DESARROLLAR:

-La importancia del deporte y de la actividad física en nuestra salud psico-físico-social, como estimuladora de nuestra resiliencia.

-Ejercicios prácticos, laborales y pausas activas.

RECURSOS:

Humanos: Educador para la Salud y Psicóloga/o.

Materiales: Trifolios, tablero con afiches explicativos, hojas, lapiceras, sillas, fibrones, obsequios souvenirs, aperitivos.

LUGAR:

Barrio Centro. Plaza Manuel Belgrano.

TIEMPO:

1 Hora.

ACTIVIDADES PROPUESTAS:**Inicio:**

El Educador para la Salud y el/la Psicólogo/a se presentarán y darán la bienvenida a los participantes, luego se hará la introducción al tema y presentación del taller. Se Indicarán los objetivos a seguir y la dinámica de trabajo. Luego se le dará a cada participante un trífolio con la temática explicada y una hoja con una lapicera, con la cual podrán escribir lo solicitado para el taller y que luego servirá como forma de evaluación al finalizar el mismo.

Desarrollo:**Actividad 1:**

-Se harán preguntas detonantes a los comerciantes y trabajadores, sobre:
¿Cuáles son las actividades físicas principales, que realizan habitualmente y cómo se sienten cuando las llevan a cabo, además del trabajo como actividad primordial?

¿Cómo se sienten cuando están mucho tiempo en una tarea específica laboral, continua y automática, sin hacer movimientos físicos diversos? ¿Y en qué piensan cuando eso sucede? ¿Cómo se sienten o qué sentimientos afloran?

Luego con la hoja y lapicera que se les entrego, se les pedirá que expresen las respuestas, sentimientos, emociones y sensaciones que surgen de esas interrogantes, de forma anónima.

Actividad 2:

Aprovechando que los participantes del taller estarán sentados, se les pedirá que se levanten de sus asientos, para comenzar una pequeña actividad que corresponden a los ejercicios básicos de la Pausa Activa recomendada por el Núcleo Emprendedor, de la Mutual de Seguridad. C.E. Entel. Cl. (2022). Se les pedirá a los trabajadores que nos acompañen a realizar los siguientes movimientos (algunos de ellos se realizaran nuevamente sentados):

Cuello y Cabeza

Girar la cabeza hacia el lado derecho hasta que tu mentón quede en la misma dirección del hombro. Inhala, cuenta hasta 10 y haz el mismo movimiento al lado contrario. Repite esta acción 5 veces.

Evita girar tu cuello de forma brusca o llevarlo hacia atrás, porque así comprimes las cervicales.

Hombros

Sentado con la espalda recta apoyada en la silla, trabaja los hombros.

Primero súbelos y llévalos hacia delante varias veces, dibujando suaves círculos con el movimiento. Luego repite el ejercicio en sentido contrario. Estira los brazos al frente y luego mueve tus manos y muñecas, repitiendo el ejercicio en distintas direcciones.

Espalda

Mantén la espalda erguida y apoyada en el respaldo de la silla mientras estás trabajando. Estira tu espalda cada cierto tiempo, sentado con los pies paralelos en el suelo, dejando caer el tronco sobre las piernas, mientras tu cabeza cuelga entre ellas. Respira profundo mientras realizas este ejercicio, para así liberar tensiones.

Pies

Sentado en tu silla, apoya cómodamente los pies en el suelo.

Levanta y baja la punta de los pies lo más rápido que puedas. Repite unas 15 veces.

Piernas

Sentado en tu silla, apoya cómodamente los pies en el suelo.

Eleva una pierna y comienza a realizar semicírculos con ella 5 veces. Luego hazlo con la otra.

Actividad 3:

Luego de la actividad se agradecerá la predisposición para el ejercicio de Pausa Activa, para luego pasar a la siguiente actividad, que será preguntar sobre ¿Cómo se sienten ahora física y emocionalmente con el ejercicio realizado? ¿Les fue de utilidad para despejarse de la quietud de la atención continua de estar sentados?.

Posteriormente, en la misma hoja donde escribieron la Actividad 1, les pediremos que expresen sus pensamientos, emociones y sensaciones físicas luego del ejercicio.

Para concluir se motivará a los participantes a compartir alguna conclusión sobre la actividad y a reflexionar sobre los puntos tratados en el taller de resiliencia, así como a comprometerse a implementar el autocuidado y ejercitación activa, en el ámbito laboral y estar expectantes del ámbito emocional, tratando de aumentar el accionar de sus factores protectores (puntualizando más en los mismos, para evitar complicaciones físicas y por sobre todo de Salud Mental a futuro).

Cierre:

Una vez terminadas las actividades, les agradeceremos a los asistentes su participación, y posteriormente se les pedirá a los participantes que nos entreguen las hojas, donde escribieron las actividades, para que luego pasen a retirar sus obsequios souvenirs, mientras se les entrega unos pequeños aperitivos de finalización del taller.

Evaluación:

Al igual que las anteriores evaluaciones se realizarán en base a una evaluación de tipo cualitativa, con la diferencia que esta última será de tipo procesual comparativa, observando las respuestas anteriores y actuales de los respectivos cambios expresivos de las respuestas de los comerciantes con respecto a las temáticas tratadas.

BIBLIOGRAFÍA:

- **Guevara Coronel, J. R.** Bienestar psicológico y comunicación familiar en comerciantes del mercado Moshoqueque en tiempos de Covid-2020.
- **Moncayo, E. Z., Baquero, D. C., Frank, N. A., Hinojosa, M. S., Montenegro, E. M., Jara, C. T., & Irigoyen, G. N. (2021).** La experiencia de implementación de “Cuéntame”: una intervención en salud mental. *Esferas*, 2, 18-18.
- **Rivera Holguin, M. R., & Velazquez, T. (2020).** Salud mental comunitaria en tiempos del Coronavirus: alcances y desafíos.
- **Callupe Becerra, M. G. (2022).** Impacto económico asociado a la salud mental ocasionado por la pandemia del COVID-19 en los trabajadores del mercado de Huánuco, 2022.
- **Uriarte Arciniega, J. D. D. (2005).** La resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo.
- **Granados, S. H. B., & Cuéllar, Á. M. U. (2018).** Influencia del deporte y la actividad física en el estado de salud físico y mental: una revisión bibliográfica. *Katharsis: Revista de Ciencias Sociales*, (25), 141-160.
- **Valdivieso, S., & Ramírez, C. (2002).** El insight en psicoanálisis y sus dimensiones. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 40(4), 371-380.

- **Barrionuevo A. (2022)** Curso taller “Salud Mental y Resiliencia” pptx. Facultad de Humanidades y Ciencias Social. UNJu Sede San Pedro.
- **Navarro Marún, F., Cardeño, C. A., Cano, J. F., Gómez, J. M., Jiménez, K., Palacio, C. A., & García, J. (2006)**. Introspección en pacientes con psicosis. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 35(1), 61-70.
- **Amar, J. A., Llanos, R. A., & Acosta, C. (2003)**. Factores protectores: un aporte investigativo desde la psicología comunitaria de la salud. *Psicología desde el Caribe*, (11), 107-121.
- **Lugmaña Solís, S. A. (2018)**. La pausa activa para reducir el estrés laboral en los funcionarios de la Secretaría Nacional de Planificación y Desarrollo 3 centro (Bachelor's thesis, Universidad Técnica de Ambato. Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación. Carrera de Cultura Física).

LINKS.

http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19335/BIENESTAR_PSICOLOGICO_GUEVARA_CORONEL_JILMER_RUBEN.pdf?sequence=1&isAllowed=y

<https://revistas.usfq.edu.ec/index.php/esferas/article/view/1985/2311>

<https://idehpucp.pucp.edu.pe/revista-memoria/articulo/salud-mental-comunitaria-en-tiempos-del-coronavirus-alcances-y-desafios/>

<http://repositorio.udaff.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11936/237/Tesis%20-%20Vitka.pdf?sequence=4&isAllowed=y>

<https://www.redalyc.org/pdf/175/17510206.pdf>

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6369972>

https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-92272002000400009&script=sci_arttext&tlng=en

[http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-74502006000100006#:~:text=El%20t%C3%A9rmino%20introspecci%C3%B3n%20\(o%20insight,del%20paciente%20a%20su%20enfermedad.](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-74502006000100006#:~:text=El%20t%C3%A9rmino%20introspecci%C3%B3n%20(o%20insight,del%20paciente%20a%20su%20enfermedad.)

<https://www.redalyc.org/pdf/213/21301108.pdf>

<http://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/27133/1/0400734158%20Lugma%20c3%b1a%20Solis%20Servio%20Alirio.pdf>

<https://ce.entel.cl/articulos/pausas-activas-relaja-cuerpo-trabajo/#:~:text=Gira%20la%20cabeza%20hacia%20el,porque%20as%C3%AD%20comprimes%20las%20cervicales.>

ANEXO

MODELO DE ENTREVISTA A PROFUNDIDAD:

TEMA: Salud Mental en contexto de pandemia

TITULO: Análisis del impacto en la salud mental de los comerciantes de la zona céntrica de San Pedro de Jujuy debido a las condiciones socioeconómicas, laborales y las medidas sanitarias dispuestas en contexto de pandemia, durante el primer semestre del año 2020 “

Por Jonatan Aguirre.

La siguiente entrevista a profundidad va dirigida a los comerciantes de la zona céntrica de la Ciudad de San Pedro de Jujuy, para poder establecer ciertos puntos de análisis, sobre las problemáticas de Salud Mental que puedan llegar a ser perjudiciales, debido a las condiciones contextuales, socioeconómicas, laborales y sanitarias que se vieron perjudicadas debido a la cuarentena, por la pandemia 2020. La misma constara de 10 preguntas dirigidas especialmente hacia aquellas personas (comerciantes) que se encuentren en labor, en los negocios alrededor de las cuatro caras frontales de la plaza Belgrano, de la ya mencionada ciudad.

Pregunta 1:

¿Cómo sintió emocionalmente usted la pandemia por COVID-19, en base a su experiencia en el primer semestre 2020, con respecto a trabajar aquí en el negocio?

Pregunta 2:

¿Considera usted que las medidas de confinamiento pudieron haber afectado a su salud mental individual y en general?

Pregunta 3:

¿Cree usted que esta pandemia trajo algún tipo de consecuencias con respecto a su economía?

Pregunta 4:

¿Es posible que haya una relación entre lo que usted experimento emocionalmente y la situación económica, sanitaria o laboral?

Pregunta 5:

¿Hubo casos positivos de Covid19 dentro de su grupo familiar más cercano o usted mismo, durante esta pandemia? ¿Cómo vivió esa situación?

Pregunta 6:

¿Cree que esta situación afectó o afecta actualmente su manera de trabajar, de sentir o relacionarse con su contexto social?

Pregunta 7:

¿Sintió alguna vez que la situación descrita puede haber llevado a experimentar sentimientos de angustia o depresión, o de algún otro tipo de sentimiento asociado que afecto considerablemente su salud mental?

Pregunta 8:

¿Qué actividades hace para poder sentirse mejor cuando se manifiestan esos sentimientos y/o pensamiento?

Pregunta 9:

¿Qué es lo que usted cree que le hará bien y le ayudara, tanto en su entorno personal, familiar, como laboral para continuar mejorando su salud mental, durante la pandemia?

Pregunta 10:

¿Hay algún tipo información o comentario que quiera agregar con respecto a todo lo mencionado anteriormente?

CONSENTIMIENTO INFORMADO:

A través de la presente acepto participar voluntariamente respondiendo a los instrumentos del proyecto de investigación de la Licenciatura en Educación para la Salud, (correspondiente al último año dicha carrera), "ANALISIS DEL IMPACTO EN LA SALUD MENTAL DE LOS COMERCIANTES DE LA ZONA CENTRICA DE SAN PEDRO DE JUJUY DEBIDO A LAS CONDICIONES SOCIOECONÓMICAS, LABORALES y LAS MEDIDAS SANITARIAS

DISPUESTAS EN CONTEXTO DE PANDEMIA, DURANTE EL PRIMER SEMESTRE DEL AÑO 2020.” cuyo propósito es recolectar información, de los posibles factores de riesgo de salud mental, durante el primer cuatrimestre de la pandemia de los comerciantes céntricos de la zona céntrica, de la ciudad de San Pedro.

Declaro que he sido informado por los colaboradores que mi participación contribuirá con información importante para beneficio de los trabajadores a futuro, a través de esta recolección de información, que podrán ser usados para futuros proyectos que ayuden a mejorar la calidad de vida laboral y de salud mental de los mismos. Reconozco que la tarea que los colaboradores me encomiendan es participar de un cuestionario y la posibilidad de conocer sobre los fines y las preguntas necesarias sobre dicho proyecto. Que no dañaran la integridad de la persona que participe bajo ningún punto de vista.

Sé que mis respuestas a estos instrumentos serán conocidas por el equipo de colaboración y que ellas serán analizadas científicamente dentro del conjunto total de respuestas proporcionadas por las personas que participan, sin hacer referencia a la información entregada por ninguna persona en particular.

Declaro haber sido informado/a que mi participación en este estudio será completamente voluntaria y anónima y que no recibiré ningún tipo de retribución económica por ella. Entiendo además que tengo derecho a negarme a participar o suspender y dejar inconclusa mi participación cuando así lo desee, sin que deba explicar tan acción.

Manifiesto tener conocimiento de los riesgos y beneficios que la participación implica para mi persona. He sido informado además que si lo deseo, podre conocer los resultados globales del estudio, una vez terminado. En caso que lo estime necesario, durante cualquier etapa del estudio, podre contactarme con el/la colaborador/a responsable. Aguirre Jonatan Emanuel, al e-mail jonatanemanuelaguirre6@gmail.com o al teléfono (3888) 446518.

En consecuencia por el presente documento otorgo mi consentimiento voluntario e informado para participar en el estudio arriba descrito.

SI ACEPTO PARTICIPAR:

NO ACEPTO PARTICIPAR

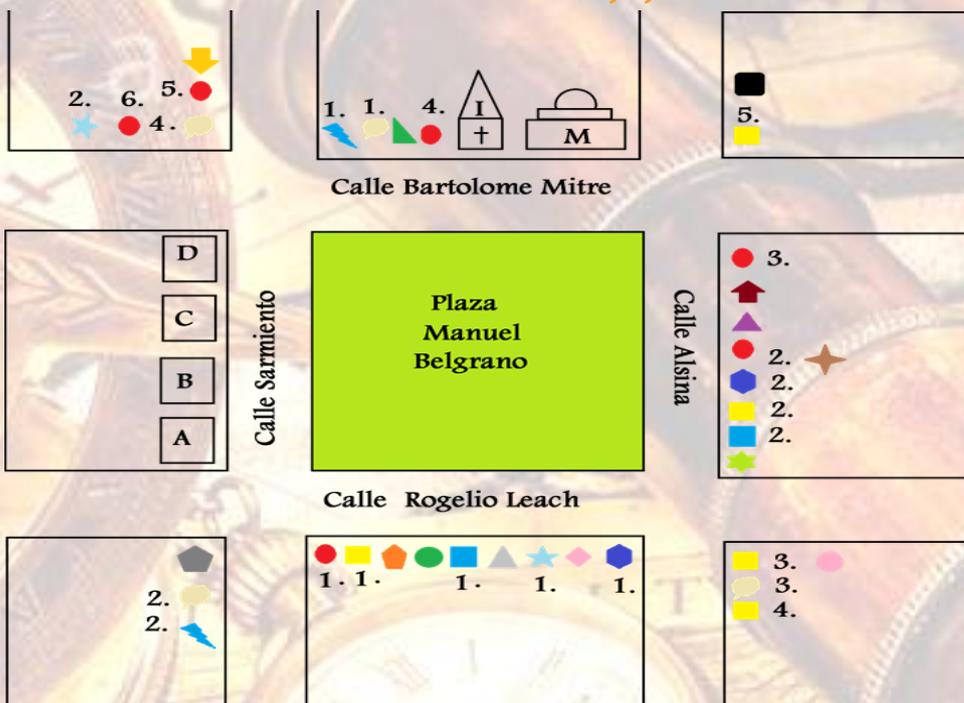
Firma: _____

Firma: _____

Marque con una X:

Marque con una X:

CARTOGRAFÍA DE LOS NEGOCIOS DE LA ZONA CÉNTRICA ESTUDIADA DE SAN PEDRO DE JUJUY:



COMERCIOS Y/O NEGOCIOS :

- Comidas/ Restaurante. 1. 2. 3. 4. 5. 6.
- Kiosco/Fotocopiadoras. 1. 2. 3. 4. 5.
- ◆ Drugstore
- Zona de Video juegos y entretenimientos.
- Electrodomésticos 1. 2.
- ▲ Fotodigital
- ★ Venta de celulares. 1. 2.
- ◆ Boutique
- Calzados. 1. 2.
- ★ Casino
- ▲ Relojería/Joyería
- ★ Gimnasio
- Confitería
- Ropa /Indumentaria. 1. 2. 3. 4.
- Pollería
- Servicio Técnico.
- ▲ Peluquería/ Barbería . 1. 2.
- ▲ Bar
- ◆ Heladería
- ▼ Artículos de Limpieza

SECTORES PÚBLICOS QUE NO SE TOMARÁN EN CUENTA:

- A: Correo Central.
- B: Escuela Primaria
- C: Ministerio de Educación
- D: Policia Federal.
- I: Iglesia
- M: Municipio.

OBSERVACIÓN:

Comienzo mi **primera** observación, el día **lunes 26/07/2021, a las 18:30 hs** ubicado en la plaza Manuel Belgrano sobre la calle Rogelio Leach,

Zona Video Juegos y entretenimientos:

18:31 hs Ubicándome en la cara frontal correspondiente a la calle mencionada observo, un local de aproximadamente 40x20 mt, con diversos video juegos, el mismo esta pintado de color blanco y en él se aprecia la presencia de niños y adultos de los cuales algunos juegan con sus respectivas maquinas, en el local se encuentran un total aproximado de diez personas (posiblemente clientes) cinco niños y cinco adultos. El local al mismo tiempo cuenta con un negocio lateral de venta de panchos y bebidas según lo que está a la vista. Dicho local está atendido por un solo hombre de aproximadamente 20 a 25 años de edad mientras que en el local de video juegos se encuentran dos hombres atendiéndolo , uno de ellos está en la caja y la pc y el otro circula ayudando a los clientes con los juegos. El hombre que atiende el local lateral permanece de pie durante su atención a un cliente. El mismo se moviliza de lado a lado y luego va hacia el fondo del negocio preparando algo que no es visible. Se lo denota un tanto inquieto y por su expresión al mismo tiempo aburrido.

18:50 hs Observo el lugar por dentro y veo a ambos hombres de aproximadamente 40 y 50 años de edad. Uno de ellos sale y entra al local de forma rápida mientras que el otro atiende de forma rápida a los clientes y carga sus respectivas tarjetas plásticas de juego. Ambos se ven cansados y serios, cabe destacar que el local cumple con algunas medidas de seguridad básicas para evitar el contagio por Covid-19, entre estas establecidas en la puerta de entrada están el uso de barbijo obligatorio y el uso de alcohol (en la entrada al local). Logro contar aparte 44 juegos en total y luego salgo del mismo.

Drugstore:

18:56 Diviso un local color rojo con ventanas transparentes en el frente, con unas medidas aproximadas de 3x4 mt. En el mismo logro ver a un adolescente de aproximadamente 14 o 15 años de edad, en el local diviso productos como, golosinas, papel higiénico, gaseosas entre otros. Además, el local posee en su interior dos heladeras y tres estantes. El joven que está sentado en una silla, en el local, observa su celular durante un tiempo hasta que ingresan en el local clientes luego de un tiempo de no ver a ninguno. Observo por afuera a las personas que atiende las cuales no se percatan de mi presencia. Luego de esto no se ven movimientos a parte de los nombrados ya que el joven permanece sentado. Terminando esta observación llega una mujer adulta de aprox. 40 años a ocupar el lugar donde se encontraba el joven.

Kiosco/Fotocopiadora 1. :

19:06 hs Se observa un local de aprox. 2x8 mt. Con dos hombres trabajando en él, de alrededor de 50 años. Ambos atienden el local en partes diferentes, uno saca fotocopias y vende los artículos de librería y el otro se encuentra en la caja, ambos rotan continuamente sus puestos. Además hablan y conversan entre ellos mientras no hay clientes (ya que los mismos se presentan esporádicamente). Luego se lo denota más animados en sus gestos y sus formas de actuar cuando atienden gente o clientes. Por lo visto, en este horario no se ve gente sacando fotocopias, pero a las 19:20 hs, ingresa un cliente para comprar lo que parece una carpeta solapada, luego no se observan más clientes ingresar a la parte librería, ni tampoco kiosco o fotocopiadora.

Comidas /Restaurante. 1. :

19:21 hs Observo un local de aprox. 40x40 mt color blanco, ubicado en la esquina de las calles Rogelio Leach y Sarmiento, el mismo posee aproximadamente 30 mesas y sus respectivas sillas que se observan desde el exterior de sus vidrieras externas al local. Es atendido por dos personas, un hombre que al parecer es mesero de aprox.20 años de edad y una mujer de aprox. 40 años o más, esta última se encuentra atrás del mostrador/caja y atención al público. La mujer se encuentra hablando con un cliente que está sentado frente al mostrador denotando en ella, seriedad a la hora de expresarse. El local está ocupando las mesas hasta su cuarta parte por clientes, y el resto permanecen vacías. Destaco que por parte de los clientes no se está utilizando el barbijo obligatorio, (entiendo que puede ser por la condición de comensal) también veo que no hay alcohol en la entrada, como medida de bioseguridad y que solo ambos comerciantes tienen el barbijo puesto.

Electrodomésticos 1. :

19:34 hs Ingreso al local color blanco, el cual mide aprox.40x40 mt , al ser de electrodomésticos tiene múltiples funciones dentro de él, posee alrededor de 6 cajas (pero solo 4 funcionan a esta hora) , en el mismo hay dos personas circulando y atendiendo a los clientes y sus consultas, el resto solo atiende clientes en caja. Hay cuatro personas sentadas, en la atención de dicha caja de cobros, las cuales hablan una con la otra en el momento de la observación. A ellos se los denota centrados en su trabajo, con actitud amable, especialmente a los dos hombres que atienden en el área, que se encuentran la mayoría de los electrodomésticos. Afuera del local se encuentran dos personas masculinas, una que realiza la carga de una heladera y la otra persona que está sentada en el asiento del conductor de una camioneta, traffic blanca, donde se carga el electrodoméstico. Con respecto a las medidas de bioseguridad todas las personas que trabajan y los clientes (que eran aprox. tres o cuatro en toda la observación) del local, poseen barbijo puesto, pero no

hay alcohol, ni control de temperatura a la entrada del mismo. Salgo del local para continuar con...

Fotodigital:

19:57 hs Veo exteriormente un local color blanco, de aprox. 4x20 mt en donde se realizan fotografías y demás cosas como fotos carnet y venta de cuadros, etc. En dicho negocio se observa un hombre de aprox. 50 años de edad, el mismo se encuentra en la puerta abierta del local, hablando con una persona masculina, que no puedo saber a ciencia cierta si es o no cliente, del mismo. Se observa que el comerciante realiza señas y movimientos con las manos de forma expresiva. Hasta este momento no pude ver que hayan ingresado clientes al local en cuestión pero pude ver que una mujer joven de aprox. 20 años de edad salió de la parte de revelado a atender la caja y quedase allí, hasta que termino esta observación. Finalmente quiero destacar que ambos comerciantes tenían puesto su respectivo barbijo, pero no observe otra medida de bioseguridad a aparte.

Venta de celulares. 1. :

20:10 hs Siguiendo en la cara frontal de la plaza Belgrano, calle Rogelio Leach. Observo que en el local de aprox. 2x4 mt hay una sola persona trabajando, la misma es una mujer de aprox. 20 a 30 años de edad, que se encuentra de pie, acomodando algunas cosas en la vidriera interna, que no logro ver de qué se trata, ya que se encuentra en el fondo del local. Se la denota con seriedad pero activa a la hora de atender tres clientas que ingresaron para consultarle algo y que de forma rápida salieron del negocio. La mujer que atiende tenía puesto el barbijo obligatorio, pero no observe otra medida de bioseguridad aparte de ello.

Boutique:

20:20 hs Observo ingresando al local color blanco, el mismo mide aprox. 4x5 mt. En él, se comercializan, anillos, aros, cadenas, barbijos, sombreros, gorras, etc. En el mismo se encuentran dos vendedores o comerciantes, una mujer de aprox. 40 años de edad y un hombre de aprox. 50 años. Los mismos están ubicados detrás de un mostrador/vitrina sentados en un banco circular, donde atienden a los clientes, ambos llevan puesto el barbijo, pero no hay aquí alcohol, ni tampoco se toma la temperatura al ingresar. Ambos se ven serios y se denotan cansados, al momento de atender al único cliente que ingreso durante la observación.

Calzados 1. :

20:40 hs Observo en el local que se encuentra en la esquina de la calle Rogelio Leach y calle Alsina un local de venta de calzados el cual mide aprox. 20x20 mt. De color blanco y vidrieras transparentes delanteras llenos de sus productos. En el mismo se encuentran dos personas (masculinos), jóvenes de

aproximadamente 20 años de edad. En el interior del local solo se encuentra un cliente probándose unos zapatos. Uno de los dos comerciantes atiende al cliente de forma rápida mientras que el otro se encuentra en la caja, sentado mirando su celular. Ambos denotan una actitud seria a la hora de atender. En este caso ambos jóvenes también llevan el barbijo puesto, pero no hay otra medida de bioseguridad en la entrada del negocio. Me retiro de la observación siendo las 21:00 hs.

Comienzo mi **segunda** observación, el día **martes 27/07/2021, a las 10:45 hs** ubicado en la plaza Manuel Belgrano sobre la calle Alsina.

Electrodomésticos 2. :

10:46 hs Observo al ingresar al local, que el mismo mide aprox. 20x60 mt (posee un segundo piso) en el cual hay alrededor de trece personas trabajando. Uno de ellos me recibió en la puerta de entrada con alcohol para manos, pero sin tomarme la temperatura, cada uno de ellos está uniformado con la ropa perteneciente al local y usando cubre bocas o barbijo. Noto que todos se mantienen ocupados en sus respectivos trabajos, unos seis trabajadores están en atención al público y electrodomésticos, mientras que el resto se encuentran distribuidos en diferentes cajas, tanto de la parte alta como la planta baja.

Dichos comerciantes o empleados se mantienen activos, la mayoría no hablan entre ellos, sino que mantienen una actitud seria y silenciosa. El hombre (seguridad) en la recepción de la puerta, se mantiene en un movimiento zigzagueante durante su reposo, siempre está de pie, como las personas de atención al público que solo se sientan, cuando tienen que buscar algo en sus escritorios y computadoras disponibles del local. Al momento del ingreso también pude divisar alrededor de veinte personas/clientes en varias partes de la distribución del local. Salgo del local para seguir mi observación...

Kiosco/Fotocopiadora 2. (Parte 1)

11:00 hs **Permanece cerrado a este horario y se concretará la observación más adelante.**

Calzados 2. :

11:01 hs Observo un local color verde manzana, de aprox. 10 x 20 mt. De medida, en el cual se encuentran trabajando dos personas, una de ellas se encuentra organizando cajas de calzados y la otra las lleva a la parte trasera del local. Al parecer son dos hombres, uno de ellos de aprox. 20 o 30 años de edad y el otro de alrededor de 50 años, el más joven además de organizar las cajas, acomoda la estantería del local. Ambos tienen puesto el barbijo y en la puerta del local hay alcohol en gel para las manos de los clientes. Llama la atención que el local permanece con las luces apagadas y que hasta el

momento de la observación no ingreso ningún cliente, solo personas que se quedan mirando las vidrieras exteriores por un corto período de tiempo, 11.05, ingresa una mujer para ver más de cerca los productos del local, la misma no habla con los trabajadores ni se comunica con ellos, luego se retira mientras ellos permanecen en sus respectivos lugares.

Comidas/ Restaurante 2. :

11:16 hs El local permanece cerrado. No se observa gente a dentro desde las vidrieras. Solo hay una puerta abierta el mismo mide aprox.20x6 mt.

Gimnasio:

11:20 hs El local observado desde la parte delantera de la plaza está ubicado en un segundo piso arriba del local anteriormente nombrado (Comidas/ Restaurante 2.) mide lo mismo que su planta baja 20x6 mt, sus puertas y ventanas permanecen abiertas, desde allí solo se puede observar una sola persona trabajando desde una especie de oficina (no logro divisar si se trata de un hombre o una mujer u otro) , el local tiene una música electrónica, muy alta, pero no se observan clientes en el interior y sus máquinas están vacías.

Relojería/Joyería:

11:32 hs. El local está cerrado y al parecer lo está desde hace tiempo, solo tiene una puerta de madera y una ventana cerrada de cuyo largo es de aprox. 2 mt.

Confitería:

11:40 hs. El local se encuentra cerrado con diarios en las ventanas, no hay personas dentro de su interior, al igual que el anterior parece abandonado desde hace ya mucho tiempo sin abrir, por dentro se observa una medida de 20x6 mt.

Comidas/ Restaurante 3. :

11:45 hs. El local se ubica en la esquina de las calles Alsina y Bme. Mitre. Se observa que al igual que los otros dos locales permanece cerrado y clausurado al parecer, desde hace mucho tiempo, mide lo mismo que la confitería y en sus vidrieras externas solo se puede ver que no hay nada más que una escalera y pintura.

Comidas/ Restaurante 4. (Parte 1):

11:50 hs Observo desde la parte frontal de la plaza, de la calle Bme. Mitre, que el local permanece cerrado (por el horario) en su interior hay alrededor de 8 mesas y sus respectivas sillas, el mismo mide aprox. 5x5 mt. Las heladeras

están prendidas pero no hay nadie dentro. **(Luego, más adelante se hará la observación correspondiente).**

Bar (Parte 1):

12:00 hs Al igual que anterior negocio mide aprox. 5x5 mt y también se encuentra cerrado, pero en su parte frontal observo que hay sillas y mesas que luego seguramente serán acomodadas hacia afuera, para la atención al público, estipulo que puede ser un bar nocturno, por lo cual se encuentra así, hasta cumplir horario de apertura. **(Luego, se hará la observación correspondiente).**

Ropa/ Indumentaria 1. :

12:02 hs Observo que el local se encuentra abierto, el mismo mide aprox. 4x5 mt. En él se encuentran dos mujeres trabajando y/o atendiendo, una de ellas de alrededor de 20 años de edad y la segunda mujer de aprox. 40 años. Ambas permanecen hablando con seriedad, luego una de ellas (la segunda) se va del local mientras la que se quedó, tomo asiento, en una silla mirando su celular, desde un mostrador o escritorio. No hubo movimiento de clientes durante este periodo de observación.

Peluquería/ Barbería 1. :

12:20 hs Se observa un local ubicado en la esquina de las calles Bme. Mitre y Sarmiento, en el cual hay tres personas (masculinos) trabajando, dicho local mide aprox. 5x5 mt y los barberos que trabajan en él, cumplen con el uso de cubre bocas o barbijo. Del local se escucha música (cumbia) en un tono fuerte o elevado, en el momento se encuentra sin clientes, luego los trabajadores o barberos, hablan eufóricamente entre ellos, expresando risas en algunas conversaciones. Al momento de ser las 12:25 hs ingresa un cliente el cual es atendido de forma urgente, (tanto el cliente como los trabajadores llevan puesto su barbijo, pero no observo el uso de alcohol ni otras medias de bioseguridad).

Cabe aclarar que en la calle Sarmiento en la parte frontal a la plaza, NO HAY NEGOCIOS, por lo cual se toman las esquinas principales de las cuatro caras diagonales a la plaza Manuel Belgrano, para completar el esquema de observaciones y entrevistas, para que la muestra sea significativa. Luego me retiro para volver a las 19:20 hs del mismo día, y así seguir con el proceso de observación.

Heladería:

19:25 Sarmiento y Rogelio Leach. Observo un local de aprox. 7x7 mt, color blanco de vidrieras transparentes, la heladería cuenta con una trabajadora de aproximadamente 20 a 30 años. La misma sirve tanto como atiende a los clientes que se encuentran en las mesas de adentro del mismo local, que son

alrededor de siete u ocho, distribuidos en tres mesas, casi todos tienen puesto el barbijo y hablan entre ellos, (puede que tengan algún parentesco), la mujer que trabaja allí, está en continuo movimiento con actitud atenta, se desplaza hacia el fondo del negocio y de vuelta a la caja registradora, de forma rápida y con seriedad a la vista.

No habla mucho con los clientes, pero prepara los pedidos de los mismos en el ya mencionado fondo y los lleva hacia la parte central del negocio que son las mesas. Algunas de las cosas que lleva son, licuados, helados, café, etc. No se observan clientes ingresar, más allá de los que ya estaban en un principio. Algo para destacar es que, si bien hay un uso de los barbijos, no se ve otro tipo de medida de bioseguridad.

Ropa/ Indumentaria 2. :

19:35 hs. Se observa un local de ropa femenina, de color blanco de aprox. 5x7 mt, a una mujer de aprox. 60 años de edad, sola sentada en un escritorio (caja) mirando un celular que sostiene con su mano, mientras no se ve presencia de clientes en el interior, así como tampoco a nadie en el exterior. Hasta ahora no hay mayor movimiento por parte de la mujer que trabaja ahí, por lo cual prosigo con mi observación...

Peluquería/ Barbería 2. :

Se observa en un local, color blanco de una medida de aprox. 20x20 mt 3 personas trabajando, por lo cual el local al tener doble división interna, hace que dos de estas personas trabajen de un lado en la venta de productos (un hombre de aprox. 40 años y una mujer que al parecer es de la misma edad) y otro hombre de aprox. 60 años de edad está del lado de la atención al público y en caja trabajando.

El local cuenta con una parte trasera, en donde logro ver, a una mujer peluquera, que está atendiendo a dos clientas, las lleva al fondo del negocio. Desde ahí logro divisar a dos peluqueras más que salieron del local inmediatamente después de las clientas. Todas ellas usaban cubre bocas al ingreso y la salida.

Kiosco/Fotocopiadora 3.

20:50 hs Me posiciono en las calles Alsina y Rogelio Leach, en la esquina contraria para observar un local color rojo aprox. 8x5 mt, en el cual se aprecia la presencia de ocho clientes, esperando en la parte externa del local, el mismo que solo tiene a un hombre de aprox. 30 o 40 años, trabajando. El mismo se mueve con rapidez, hacia la parte de atrás del kiosco, para alcanzar los productos para los clientes, al mismo tiempo que administra la caja, al hacerlo se lo denota serio y poco demostrativo para con su clientela. En un momento

deja de estar al alcance de mi vista (debo suponer que fue a la parte trasera del local). 21:00 hs Llegan cuatro clientes más y se repite el mismo proceso.

Ropa/ Indumentaria 3. :

21:10 hs. Se observa un local de ropa de aprox. 5x4 mt, en el cual trabaja un joven de aprox. 20 años de edad, en dicho local no se aprecian clientes en su interior, pero si gente que observa las vidrieras externamente. 21:12 hs Ingresa una cliente al local y el, la atiende a la brevedad, con tranquilidad le muestra las prendas a la mujer, que viene acompañada con un joven de entre 15 a 20 años, realizan una gran compra (varias bolsas), luego de que salieran del local, el trabajador se pone a ver su celular sentado en la caja registradora/escritorio.

21:20 Me desplazo a la misma esquina pero siguiendo el lado contrario para llegar a la...

Pollería:

21:30 hs Observo un local de aprox. 5x5 mt, en donde atienden dos personas/trabajadores una mujer de alrededor de los 40 a 50 años y un hombre de la misma edad aproximadamente. Ambos están de pie, detrás de un mostrador de vidrio donde se encuentran los productos, ambos atienden al mismo tiempo a los tres clientes que llegaron justo en el momento de observar. Se los denota atentos y cordiales, en la atención al público.

Comienzo mi **tercera** observación, el **día jueves 29/07/2021**, a las **19:20 hs** ubicado en la plaza Manuel Belgrano sobre la calle Bartolomé Mitre.

Comidas/ Restaurante 4. (Parte 2):

En esta observación el bar se encuentra abierto con mesas adentro y afuera del mismo, por el momento solo puedo divisar a una mujer que atiende el negocio de aproximadamente, 40 años de edad, la misma lleva el barbijo puesto, y se encuentra acomodando, limpiando las mesas y rociándolas con un spray de lo que parece, alcohol o lavandina (no lo sé), luego con el mismo trapo limpia la puerta y las ventanas. Hasta el momento de la observación, no se presentaron clientes en la pizzería.

Bar. (Parte 2):

19:35 hs. El bar permanece abierto, con un televisor prendido en su interior al igual que sus luces. No se observan personas/clientes en su interior, solo se ve a dos mujeres de aprox. 20 y 30 años de edad que al parecer son las que atienden el local, hablan entre ellas de una forma eufórica y expresiva. Ambas poseen su barbijo como principal medida de bioseguridad. Sin más que agregar paso a observar...

Ropa/ Indumentaria 4. :

19:38 hs. Observo en la esquina de Sarmiento y Bme. Mitre, un local de ropa de color blanco en el cual se ve a dos personas, que al parecer atienden el local, una de ellas tiene entre brazos a un bebe de pocos meses de edad,(es una mujer de aprox. 30 años de edad y un hombre de edad similar a ella. La comerciante juega, con él bebe, mientras está sentada en una silla y el hombre se encuentra en la caja acomodando cosas y moviéndolas. A los minutos aparece una pequeña niña de aprox. 3 años de edad que también juega con la mujer en la caja. Hasta ahora no se observan clientes ingresar al local. Al parecer se trata de una familia. Ambos tienen puesto el barbijo dentro del negocio.

Comidas/ Restaurante 5.

19:45 hs. Observo a una mujer salir hacia la parte externa del negocio y acomodar un papel en la puerta/vidriera del restaurante, luego ingresa al mismo y se ubica en la caja sentándose en una silla, la misma lleva un barbijo como medida de bioseguridad, detrás de ella ingresa un perro que se queda dentro del local. En el mismo hay siete mesas y sus respectivas sillas, pero no observan clientes en el interior. La mujer vuelve a salir y coloca dos focos con sus respectivos faroles en la parte frontal del negocio, su actitud es relajada y tranquila mientras acomoda todo el local.

Hasta el final de la observación no ingresaron clientes al local.

Venta de celulares. 2. :

19:55 hs. Observo en el local una mujer de aprox. 30 años y dos niños de entre 4 y 5 años (ambos juegan en la vereda del negocio, gritan y corren sin usar barbijo) No se observan medidas de bioseguridad a la vista. La mujer del local no tiene puesto barbijo tampoco y no hay alcohol en la entrada. En el negocio hay dos vitrinas con celulares expuestos. Mientras tanto la mujer permanece inmóvil sentada en una silla atrás de las vitrinas, con actitud pasiva y tranquila. Se observa luego el ingreso de otra mujer , de aprox. La misma edad, la misma se sienta frente a la otra mujer del local a dialogar (también sin barbijo), ambas se mantienen mirándose y hablando a lo largo de la observación. No se registraron clientes en el local.

Comidas /Restaurante. 6. :

20:05 hs. Cerrado por alquiler.

Artículos de Limpieza:

20:10: Se observa un local blanco, de aprox. 7x8 mt, en el interior se encuentra una mujer en la caja de alrededor de 20 o 30 años de edad,. La misma

permanece de pie con el celular en la mano, luego controla los productos de los 4 estantes y después se sienta en una silla que está detrás de la caja. La mujer tiene puesto un barbijo pero no se observa otra medida de bioseguridad. Su actitud es tranquila y apacible a la vista. En la entrada se logra ver un televisor prendido continuamente, pero no se avistaron clientes en el interior.

Kiosco/Fotocopiadora 5. :

20:25 hs. Se observan en el kiosco dos mujeres de aprox. 30 y 40 años de edad. El mismo posee una pequeña ventanilla abierta, parte de una reja negra completa que cubre todo el negocio en la parte delantera. La mujer que parece más grande de edad, permanece atenta al pie de la ventanilla y mirando el frente del local con los brazos cruzados, sin barbijo. La otra mujer se encuentra en el fondo del local sonriendo (también, sin barbijo, yendo y viniendo de manera reiterada hacia la parte delantera). No se observaron clientes hasta el momento.

Servicio técnico:

20:37. Se encontró el local cerrado en todas las observaciones.

Comienzo mi **cuarta** observación, el día **viernes 30/07/2021, a las 18:30 hs** ubicado en la plaza Manuel Belgrano sobre la calle Alsina.

Casino:

Ingreso al casino y observo que adentro hay tres zonas de juegos diferentes, en el fondo hay un bar/café donde trabajan cinco personas atendiendo a los clientes (que son aprox. Veinte) los otros cuatro trabajan de forma perimetral, viendo, controlando, y ayudando con sus dudas a las personas que juegan en las diferentes máquinas. Los empleados trabajan siguiendo casi todas las medidas de bioseguridad (uso de barbijo), en la puerta un hombre (seguridad) brinda alcohol en spray tanto a las personas que ingresan, como así también a los objetos que estos tocan (como a la puerta de entrada). El trato hacia los clientes y personas es cordial y tranquilas, así como un trato considerado hacia los clientes que están en el interior del local, el cual mide por dentro alrededor de 40x40 mt (es cerrado).

Kiosco/Fotocopiadora 2. (Parte 2)

Se observa a un hombre de aprox. 60 años de edad, trabajando en el lugar (color rojo aprox. 5x7mt) y atendiendo a los clientes con tranquilidad y pasividad. El comerciante usa barbijo pero no se encuentra alcohol, en la puerta del local. Durante la observación se acercaron a comprar cinco clientes al mismo. Siendo las 19:55 hs finalizó mi observación.

REGISTROS FOTOGRÁFICOS:

Registro fotográfico de observaciones, a los comercios de alrededor de la Plaza Belgrano:



Registro fotográfico de las entrevistas realizadas, en los comercios de la zona céntrica de San Pedro de Jujuy:



ENTREVISTAS A LOS COMERCIANTES:

Se visualizaran las respuestas de los comerciantes, cuyas preguntas ya fueron formuladas en el cuestionario de la página N° 21 y 22:

Electrodomésticos 2. : Sábado 31/07/2021 09:00 a 13:00 hs.

Señor F.U.:

Respuesta 1: Y la verdad fue algo nuevo para mí, ehh... donde hemos tenido que aprender a convivir, en esta pandemia, y donde hemos tenido que aprender y aceptar un montón de cosas, que la verdad no las teníamos, ha sido como volver a empezar de cero y volver a crecer y volver a empezar de nuevo. Como te digo fue una experiencia la verdad no muy linda, porque nos agarró a todos con un desconocimiento en el que no sabíamos, en la cual, si aclaro que miedo no tuve y no tengo todavía digamos, por el tema de la pandemia ehh... pero nos sentimos invadidos también en el sentido en que era algo nuevo y que, no sabíamos realmente que es lo que pasaba entonces, creo que nos sorprendió y nos agarró a todos desprevenidos. Entonces bueno fue algo difícil de llevar

Respuesta 2: Obvio que sí, obvio que si lamentablemente y yo lo vuelvo a decir porque ya no tengo vergüenza digamos para mí esto de la pandemia no es algo que afecta sino que ha sido una plandemia, para evitar que los mayores adultos lleguen a cierta edad, yo creo que todo esto ha sido creado por el hombre para destruir a la humanidad digamos. Para mí esto fue una plandemia.

Respuesta 3: Obvio que si, por lo menos en mi economía y en la economía del país, y en la economía del mundo ha traído muchísimos problemas y mucha gente se quedó sin trabajo, ehh mucha gente se ha enfermado, por el tema de haber estado encerrado entonces obvio que si ha traído bastantes problemas para la mayoría creo yo.

Respuesta 4: Sí, todo va de la mano porque lamentablemente como estábamos hablando digamos, esta es una situación en la que no estábamos ninguno preparado y lo que nos ha llevado a retroalimentarnos internamente, entonces ha sido una situación en la que hemos tenido que sobrellevarla, tanto en lo laboral como en lo personal, en lo emocional y eso ha complicado a muchísima gente.

Respuesta 5: La verdad no gracias a Dios no, porque siempre hemos tenido digamos hemos tratado de cumplir con los protocolos y los cuidados, si hemos tenido nosotros acá una mala experiencia en la empresa.

Respuesta 6: Si, la verdad que sí, se nos ha complicado muchísimo porque tanto en lo laboral porque hay mucha gente que tiene miedo de seguir saliendo de venir a los lugares aglomerados donde esta sucursal o acá en esta empresa

hay muchas veces gente, entonces hemos visto nosotros la disminución de esos clientes, clientes que no podían venir a pagar, porque como te digo tenían miedo o en su momento sus familiares estaban todos este, encerrados porque estaban con miedo a la cuarentena entonces nosotros hemos visto afectada la economía de acá, de la sucursal.

Respuesta 7: La verdad no, como te digo, o al menos no en mi caso, porque dentro de todo a ver, yo soy una persona te digo en la que no creo en esto y como te digo es el tema de una plandemia, entonces emocionalmente, psíquicamente, y laboralmente no me afecto a mí si me pudo haber afectado, como te quería comentar que nosotros hemos perdido un compañero le dio positivo acá, es lo único que me ha costado sobrellevarlo digamos pero después de ahí como en esto a mí por lo menos personalmente, no me perjudico en nada digamos.

Respuesta 8: La verdad yo seguía mucho el tema de los caso Covid ehh ,me informaba veía mucha tele, cuando que ya era todo tele, se hablaba todo del Covid hemos decidido en mi familia, dejar de ver eso, porque eso es lo que nos retrotraía a tener miedo a llegar a tener desconfianza porque, las veinticuatro horas se hablaba de eso y se sigue hablando entonces al cortar un poco la información y seguir una vida normal , que llevábamos ver otra cosa leer entonces dentro de todo en familia y en mi grupo hemos tratado siempre y estamos bien digamos.

Respuesta 9: Y para tratar de estar bien es como te digo tratar de cuidarse, tratar de hacer ehh...actividades al aire libre, leer, informarse, eso dentro de todo es lo que a uno la mente, la va a tener despejada de la situación en la que estamos.

Respuesta 10: Ehhh no la verdad que esta bueno, lo que estás haciendo ehh... creo que va a servir para mucha gente esto donde la mayoría creo que ha tenido sus problemas donde deben haber tenido hasta perdida de trabajo y hasta perdida de familiares entonces lo único que hay que tratar de concientizar a la gente que no tenga miedo esto en algún momento se tiene que acabar , va a ser algo normal el vacunarse el día de mañana para poderlo llevar esto como una enfermedad normal , entonces lo único que hay que hacer es tratar de tener un poco más de confianza , un poco más de fe, para que esta situación se acabe.

Señora I.V.:

Respuesta 1: Bastante preocupada, bastante preocupada y muy cautelosa con respecto a cómo manejarme dentro del ámbito laboral, tratando obviamente de tener los recaudos necesarios para no contagiarme y no contagiar a mi grupo familiar.

Respuesta 2: En cierta forma si porque creo que uno estee..., por el tema de pandemia comenzó a tomar recaudos y comenzó a generar una modalidad de limpieza genero este, como te puedo decir? ehmm... Hicimos un cambio de vida de cierta forma en donde uno comenzó a tomar medidas de seguridad que antes no la tenían, antes de la pandemia, entonces, no sé si una psicosis pero si empezamos a tomar recaudos diarios que se fueron este naturalizando en el grupo familiar para evitar contagios.

Respuesta 3: A la economía generaliza si, a todos, incluyendo la mía, porque esta pandemia estallo tremendamente y provocó el despido, provoco bajo consumo y al haber bajo consumo, bajo sueldo y por ende también poca venta.

Respuesta 4: Sí, siempre hay una relación, porque el trabajo es parte de cotidianidad de uno y la vida diaria de uno en si cuando uno trabaja en horario comercial de mañana y tarde entonces uno llega al trabajo toma recaudos va a la casa toma otro recaudo, entonces lo que tenes en el trabajo lo llevas hasta la casa y lo que tenes en la casa lo llevas a trabajo, entonces si influye de una forma u otra. Uno toma recaudos en el trabajo para evitar llevar esteee... la pandemia a la casa y en la casa uno trata de cuidarse para poder venir a trabajar naturalmente todos los días eso sí, si influye digamos, de una forma u otra, influye de un lado a otro.

Respuesta 5: En lo que yo respecta no, a menos que hayamos sido asintomáticos este no, no tuvimos, ningún caso ni el año pasado ni este año gracias Dios.

Respuesta 6: Sí, porque ahora por ejemplo en este momento para poder trabajar uno toma recaudos, que antes no solía tomar, en el caso de tomar el tapa bocas de cubrirte la nariz, el estar con el alcohol en la mano cada cinco minutos , cada vez que recibís una documentación o algo de parte de un desconocido o un cliente tenes que estar desinfectándote la mano con alcohol, cosa que antes no lo hacías, sentir una persona tosiendo te vas alejando, o tomar los recaudos para que la persona no esté dentro del local, tener el distanciamiento social cosas que antes no lo teníamos.

Respuesta 7: Angustia y preocupación, depresión y el resto no, si angustia y preocupación para tomar los recaudos necesarios.

Respuesta 8: Ehh intento bueno en sí, si es esta entrevista respecto a comercial, uno está todo el día trabajando así que no hay manera de que te sientas decaído porque todo el tiempo estas distraído trabajando y en lo que respecta al ámbito personal bueno tomo medidas en salir a caminar, en salir a correr, hacer algún deporte o tipo de actividad, entonces eso me mantiene la mente ocupada estee... y así se va pasando el tiempo.

Respuesta 9: Mantener la mente ocupada y no pensar mucho con respecto a la pandemia, obviamente nunca dejar de tomar las medidas de recaudos necesarias pero mantener la mente ocupada sea laboralmente o con alguna actividad deportiva o alguna actividad recreativa que te permite manejar o trasladar el día libre.

Respuesta 10: No bueno en todo caso lo que paso con la pandemia es algo que nos generó un cambio drástico con la vida cotidiana de todos no solamente en nosotros sino generalmente mundial, creo que esto de usar el tapabocas es algo que lo veíamos muy lejano, antes solo lo veíamos en la parte occidental, y al momento nosotros decíamos que exagerados pero resulta que ahora lo usamos mundialmente y es algo que al principio resulto tedioso pero , pero es un tedioso necesario así que si, es un cambio drástico que nos generó la pandemia y uno tiene que comenzar a acoplarse creo que el ser humano tiene la tendencia a poder adaptarse y a poder a acoplarse a cualquier situación así que eso es natural.

Señor N.M.:

Respuesta 1: Mira primero que nada ehh, buen día ehh, en ese mes yo no estaba trabajando en el local ehh no perdón si estaba trabajando, me sentí ehh pesado ahogante porque era difícil porque somos un comercio que necesitamos vender y por el motivo de la pandemia no podíamos vender, después yo deje de trabajar acá y bueno nada creo que, cerraron también castillo y bueno nadie podía facturar ni podía vender entonces fue difícil para este comercio.

Respuesta 2: Ehh, individual más que nada de mi parte no, pero siempre me preocupo por familia digamos tengo familia que son gente grande entonces es difícil y nada siempre hay tratar de cuidarse.

Respuesta 3: Ehh, si porque cuando dismi... cuando cerraron castillo, disminuyeron al personal y bueno estaba como contratado, entonces al contratado digamos ya no nos renovaron más el contrato entonces ahí me afecto a mí.

Respuesta 4: Si, digamos porque en mi casa aporto yo en mi familia y mi papa nomas digamos y se nos complicó mucho, digamos, porque una no se podía salir a ningún lado, otra porque este... te bajan el sueldo, entonces se complica digamos con el tema de tus cuentas que tenes y digamos también ehhmm por el tema de trabajo, es que es feo estar sin trabajo, bah, a mí no me gusta estar sin trabajo digamos, me gusta aportar y tengo también que pagar impuestos.

Respuesta 5: Si primero le agarro a mi abuela, por parte de mi mama ella sí estuvo muy grave por suerte gracias a Dios pudo y ahora está bien, ehh

después le agarro a mi otra abuela, por parte de mi mama está bien también por suerte se recuperó, me agarro a mí por el contacto estrecho de mi abuelo digamos me agarro y por suerte a mi nada, no sé si es por lo que soy joven no se digamos, únicamente, fueron síntomas leves nomás los míos, y después nadie más.

Respuesta 6: Si afecta porque esto es comercio grande que necesita vender y que vende mucho digamos, por el tema de la pandemia, como que la gente tiene miedo pero, o sea está bien, me parece perfecto que se queden en su casa, más la gente grande digamos, a veces viene gente grande a comprar y nosotros mismos les decimos que se queden en la casa que les vamos a hacer toda la venta y que le vamos a mandar todo para que firmen en casa, para que se les haga más cómodo digamos. Tratamos de cuidar a la gente más grande cuando vienen les tratamos de decir las cosas, pero si nos afectó porque se bajó el tema de venta.

Respuesta 7: Si primero me agarro un bajón cuando le agarro a mi abuela, de parte de mi mama, porque le agarro fuerte digamos, le agarro fuerte, sentí como una... Angustia, tristeza un olor en el pecho, porque pensé que iba a pasar más digamos, pero bueno gracias a Dios ehh, todo se regularizo y ahora está bien gracias a Dios.

Respuesta 8: Deporte, deporte, me gusta pescar, es lo que también me relaja mucho, pero mayormente deporte soy muy... me gusta hacer mucho futbol.

Respuesta 9: Y nada yo creo que con que todos nos pongamos la vacuna y creo que se va a poder mejorar digamos todo esto, pero es medio difícil porque el virus está en todos lados y no solamente acá en San Pedro, viene gente de otro lado y pueden traerlo de vuelta, pero cuidándose, nomás digamos.

Respuesta 10: Nada que nos cuidemos todos que es feo andar así, que mucha gente está muriendo y es triste gente conocida, por suerte hasta ahora no se me fue ningún familiar, Dios quiera que no, pero nada, nos tenemos que cuidar nada más entre todos y tratar de matar este virus, para que volvamos a nuestra vida normal.

Señor E.C. :

Respuesta 1: Nos sentíamos impotentes, no nos sentíamos bien cuidados, la verdad, lo que fue acá en la empresa más bien mayormente no estamos bien cuidados ehh... tuvimos la perdida lamentablemente de un compañero que bueno, que hasta ahora nos sigue pegando a todos, pero la vivimos muy pero muy mal , la verdad quee..., haría falta que, más concientización por parte de la gente que viene por ejemplo los clientes, vos ves y hay gente que entra de tres o cuatro, con el barbijo debajo de las narices, no se cuidan digamos cuidan a nosotros también que nosotros somos los que estamos todos los días acá.

Respuesta 2: Ehh por parte sí, yo tuve Covid , yo tuve Covid estuve 21 días encerrado en mi casa con mi familia, el cual respete digamos, los procesos digamos que pide el COE que pide el profesional médico, y si no bueno te pega bastante vos viste que estás acostumbrado a una vida normal , una vida en la cual uno está acostumbrado a salir a trabajar salir con tu hijo a pasear, a juntarte con tus amigos con tu familia y en ese momento en que estuvimos encerrados fue difícil, una por tu hijo que lo ves encerrado, sentado no sabes que va a hacer otro por nosotros que preocupados más que nada por tu familia o sea por tu viejo, por tu hermano, por los amigos, más por lo que nos tocó vivir con nuestros compañeros de trabajo, fue muy difícil, si te pega bastante digamos, en lo mental sí.

Respuesta 3: No se realizó esta pregunta.

Respuesta 4: Si o sea por eso te digo experimentamos algo que nunca en nuestras vidas nos había pasado digamos, no solamente a nosotros sino a todos en general, ehh el lado emocional es muy fuerte, la parte sanitaria bueno a la larga o la corta vos viste que la gente empezó a tomar conciencia en el momento en que perdió a un familiar o perdía a un ser querido, y en lo laboral bueno hay muchas cosas que hay que cambiar, en lo laboral en el sentido de que no te dan contención no te cuidaban acá por ejemplo, te comento así cortito yo, soy delegado gremial tuve la mala experiencia que casi cierra la sucursal justamente por lo que no nos cuidaban digamos acá se pedía alcohol, alcohol en gel, pedía , pedía guantes, pedía mascarilla, pedía barbijo y no te lo daban entendes que la empresa se cerraba que uno tenía que cuidarse, que uno tenía que traer, cuando en realidad, había una normativa digamos que por parte del gobierno que la empresa se tiene que hacer cargo, si, y bueno por ese lado sanitario digamos por parte de la empresa es como que no nos cuidaron a nosotros. Es medio complejo digamos el tema este de lo que fue digamos la mala experiencia acá en la empresa con el tema del Covid.

Respuesta 5: En mi familia gracias a Dios no, mi viejo bueno se ha cuidado, mi hermano también se ha cuidado el único afectado en este caso mi familia, fui yo mi mujer y mi hijo, digamos con los tuve que aislar.

Respuesta 6: Ehh bueno antes si te afectaba en el sentido de que por el mismo miedo viste que uno tiene, a contagiarse ahora de nuevo con tema de la cepa, la Delta esa que salió ahora como está viendo como que está más complejo digo más difícil uno tiene miedo ehh, pero ya es menos el miedo que la del año pasado digamos, en el sentido que la del año pasado no teníamos inyección, no teníamos nada como para que peleemos ¿entendes? Aunque no ayude al cien por ciento, vos sabes que ahora con las inyecciones vas a estar un poquito más tranquilo, pero si no uno tiene miedo de perder a un familiar a un amigo, un ser querido, me entendes, pero yo lo veo e esa forma que es lo que me decía un doctor a mí, “vos cuando más miedo tenes se te bajan las defensas y

es más complicado” es lo que me dijo un doctor cuando me agarro, no sé si será verdad o no.

Respuesta 7: Si, si, si porque es como te digo, uno se sienta, piensa más cuando es una persona o sea conocida o persona directa a uno , pero a vos te duele cuando ves una persona conocida y ves que fallece y ves el sufrimiento de la familia que no lo pueden enterrar, que no le pueden hacer un velorio como tiene que ser ehh... es difícil, es difícil ¿sí?, te pega mucho , te pega mucho y nos pegó mucho a todos, por eso te digo, la experiencia mala que tuvimos nosotros es perder un compañero de trabajo , en la cual no pudimos ver no pudimos despedirnos, no pudimos estee... velarlo, en la cual muchos lo sentimos porque, era uno de los tipos, era un tipo grandioso digamos y que no te hayas podido despedir es difícil a todos nos pegó, y de ahí que a uno le agarra el miedo digamos de que, se ha ido un amigo, mañana puede ser un familiar o podes ser vos ¿me entendes? Pero te pega mucho digamos, sentimental y emocionalmente, es difícil.

Respuesta 8: Ehhh bueno, tengo diferentes tipos de actividad, primeramente mi pasión es mi familia mi hijo, mi señora, mi viejo, mi hermano, son las primeras pasiones que tengo digamos en el sentido de que soy muy familiar ¿bien? Y lo segundo es digamos el hobby que uno tiene yo hago un programa de radio y eso es como que me descoloca donde uno está parado digamos, te saca de la realidad, que estás viviendo y bueno y lo vivís como que es una forma de que, de sacarte todos los problemas de encima y bueno es lo que me sacó adelante digamos, poder hacer eso, no podía ir a la radio por el tema de que uno esta con Covid, yo estaba con Covid y ¿qué hacía? Bueno yo hacia el programa desde mi casa, de alguna forma te la rebuscas viste, pero para tratar de sacarte todos esos problemas de la cabeza así que bueno eso puedo decir que me motivo a salir adelante y bueno de paso , el programa como te digo, siempre trate de hablar sobre el tema este más que nada en el sentido de que hay que cuidarse, cuidar a la familia, cuidar a todos digamos, más que nada a la familia viste, que es importante, cuidarse a uno mismo y yo creo que si uno se cuida, uno viene a trabajar, se cuida y de acá tiene que llegar a la casa o sea que sabes que si vos te infectas, infectas a tu familia entonces el sentido es de que uno tiene que tomar conciencia de lo que hace.

Respuesta 9: El amor, el amor, el amor en familia, cuidarnos ehh... tratar de que no haya discusión. Vos viste que cuando estas mucho tiempo con la familia, me toco mucho a mi estar encerrado viste que ahí llega un momento que ya por algo tenes que discutir, porque es así cada familia es un mundo ehh...yo bueno lo tome con normalidad digamos, la pandemia esta la tome con normalidad y en mi casa en el sentido de que bueno, con las instrucciones que nos da el medico tratar de estar con la familia, tratar de cuidar a la familia si, el

amor es importante digamos el cuidado , vos no tenes amor por parte de tu familia vos sabes que es, que es un... que es la mejor medicina digamos para sacarse todos estos problemas que uno tiene , más si tenes un hijo, tu hijo te da más ganas de vivir, y salir adelante de que cuidarte vos y cuidar también a ellos,

Respuesta 10: Si, concientización más que nada tomar en serio esta enfermedad que es compleja digamos, muy complicada y más que nada bueno ehh...cuidarse mucho tratar de cuidar a todos y cuidarnos entre todos y bueno a seguir al pie de la letra lo que te pide digamos la parte sanitaria que es importante en el sentido de que uses barbijo, alcohol y este, que te pongas las inyecciones que también es importante y bueno tratar de respetar, bueno lo lógico más que nada por ahí que se yo, si ves una persona sin barbijo agarra y sin ningún descaro darle el barbijo, se lo das para que digas, che cuida al prójimo porque vos te contagias, nos podes contagiar a todos son varias herramientas digamos que varias formas de recomendar digamos pero bueno, lo ideal sería que nos cuidemos entre todos cuidemos la familia es importante eso.

Señor D.M.:

Respuesta 1: Y, inseguro, con miedo, con miedo de contagiarme, de que me pase algo, que le pase algo a mi familia, contagiarme yo, contagiar a mi familia, mi mama es mayor de edad, es un riesgo.

Respuesta 2: Si, si, si, si mental si también, por el mismo tema que estas encerrado pero a la vez sabes también que es para cuidarte o cuidarnos todos.

Respuesta 3: Ehh...no, no, particularmente a mí no, no, no.

Respuesta 4: Particularmente si me preguntas a mí no. Si es lo preguntas por la pregunta anterior, no. A mí no la verdad que no, no.

Respuesta 5: Ehh... si, si tuvimos en mi casa tuve yo también y mi mamá, mi hermano, ehh... mi hermana tuvieron y con precaución cuidándonos, cuidándonos no fue nada grave y lo tomamos, no mal porque no fueron síntomas y no estuvimos mal, ni internados ni nada, pero si tuve contacto como positivo.

Respuesta 6: Si, si, si, si bastante lo siento.

Respuesta 7: Si, si, si, si tengo familiares que también fueron positivos y estuvieron internados y les agarro feo y quedaron mal, mal, mal sentimentalmente, emocionalmente con miedo a salir a la calle temor, todo si, si tengo.

Respuesta 8: Y deporte si, si deporte.

Respuesta 9: Y cuidándonos, y en la distancia, el metro de distancia y, medidas sanitarias.

Respuesta 10: No.

Señor G.M.S.:

Respuesta 1: Mi experiencia? Mal, mala porque hubo incertidumbre porque no sabíamos si seguíamos trabajando , porque cerraron muchos negocios, mucha gente sin trabajo y nosotros no, no es que por ser un trabajo privado es un trabajo seguro esto, no sabíamos si podíamos seguir continuando o no tuvimos muchos compañeros que quedaron sin trabajo que eran contratados pero igual no, no, hubo muchas empresas grandes que cerraron que por su economía digamos decayó bastante, tuvimos miedo todo el mes nosotros tuvimos miedo de quedar sin trabajo porque la empresa pierda viendo que internamente es una empresa grande que vemos que es productiva y aun así tuvo la ayuda del gobierno que pagan en parte la empresa y otra parte el gobierno como procrastor personalmente bueno esto va en decadencia y no sabíamos si dejaba veinte empleados y quedaban diez y no sabíamos quién podía seguir y quien no la verdad es que en ese lado la vi mal digamos.

Respuesta 2: A ver, mmhh... si, si, si estar encerrado aislado de repente en casa si, ehh... positivo y negativo, por un lado era el tema laboral y por ahí el tema de la familia digamos por ahí personalmente hablo obviamente y si me afecto un poco digamos en ese sentido la familia por ahí, lo positivo me mantuvo con mi hijo viví cosas que no vivía contando laboralmente, acá del tiempo que paso mucho tiempo , el tema laboral bueno verlo, ahí y pensar si seguía o no que pasara, en ese sentido me tenía mal, no me tenía entero por decirlo así, eso fue no estar mentalmente fijado a una meta digamos era como la deriva digamos, preocupación más que nada.

Respuesta 3: ¿A mi economía? Si, si, si trajo a mí personalmente fue positiva porque tuve que rebuscarme en otros lados como no sabíamos si continuábamos o no, digamos ese era mi pensamiento buscar en otros lados, emprender negocios personales digamos, comencé bien digamos en ese sentido fue como un golpe, no es que te aseguro esto sino que tenes esto, pero buscamos por otro lado digamos, por las dudas digamos para mí fue positivo en ese sentido.

Respuesta 4: Sí, creo que sí. Si todo va de la mano en ese sentido. O sea fue prueba y error en ese sentido, porque nadie nos preparó para esto por ejemplo laboralmente no sabíamos que iba a pasar, el tema de salud nosotros no sabíamos cómo, empresa como derivarlo o como canalizarlo, desde el teclado al último nos pusieron un médico online digamos, para hacer todo tipo de

consulta ahí digamos no fue personalizado y personalmente era bueno, aprender a llevar la situación digamos a como es, a prueba de ojo, así no, así si, ir aprendiendo. Con respecto a los que nos sucedió o venir a trabajar en cambio de horario digamos, eso nos benefició, bastante a tras hora, horas de corrido digamos, eso, bueno esa experiencia me gusto, fue linda y me gustaría que trabajemos así. Te queda más tiempo para para ti, digamos para uno y cuidar digamos de ya no entrar dos o tres veces a la casa porque salís y volves nomas y te quedas, en cambio cuando era el horario así digamos vos vas y volves dos veces acá y bueno corres el riesgo digamos si tenes familia o tenes hijos, más en ese sentido eso para mí eso es un cambio total, digamos.

Respuesta 5: Personalmente lo tuve yo digamos, fue horrible no estuve internado porque fue en el pico donde se desbordaba todo y fue horrible sentías donde que en el cuerpo, no sabías donde digamos era el infierno no podías comer, no podías tomar no beber nada, estabas tirado en cama así, perdes el olfato el gusto que son los síntomas, eso si no se lo deseo a nadie, a nadie y aparte de eso por suerte podía respirar, y me imaginaba los que no pueden respirar como están, por suerte podía respirar pero no podía comer nada digamos, no se los deseo a nadie esos dolores, no le deseo a nadie digamos, y bueno después casualmente un compañero mío falleció aquí y bueno ahí es cuando me pongo a pensar que esto no era una enfermedad como por ahí todos, no todos perdón, como algunos creen que es una gripe o algo psicológico, no, la verdad es que personalmente fue horrible no, mi familia no, cercano mi familia, familia, mi mujer y mi hijo no lo tuvieron pero yo ehh...para mi digamos porque lo viví en carne propia no le deseo a nadie eso, porque es horrible, no sabes digamos te sentís, sentía que era un pedazo de hoja, tirado en cama no podía hacer nada, me sentía sin valor, nada de nada.

Respuesta 6: Si afecto, si, si afecto hay gente que toma conciencia hay gente que no pero, si afecto la gente toma cuidado, en lo laboral si afecto ahora más cuidado digamos, la gente sigue con más cuidado, independientemente de que se relajó un poco, siguen teniendo más cuidado yo los veo con el gel con el alcohol, o por ahí bueno ehh...el informe, tengo gente que está aislada, siento que es más o sea más cuidado entre ambos, empleado y o sea el personal que trabaja acá y la gente digamos en ese sentido.

Respuesta 7: Emmhh.... No, no, por ahí puede que cuando estuve enfermo nomas, y después no mentalmente no, yo personalmente no viví, no perdí nada algún familiar por ahí en ese sentido no lo sentí tanto y veo que solo hay que adaptarse a la forma de trabajo, a la forma de vivir, a la a los cambios que presenta nomas, en ese sentido, pero afectarme así para mal no, al contrario para bien cuidarse, es lo que dije recién en el tema económico, emprendí algo personal porque veía que por ahí, las cosas no podían ser seguras en este lado, fui a buscar por mi rumbo, por mi lado digamos, tener un haz bajo la manga como decirlo así pero mental para, mal no para bien.

Respuesta 8: No este, personalmente lo que yo hice dedicarme a la actividad física, porque sentía mucho cansancio recuperar actividad física cuidarme en la comida ehh a las bebidas, todas esas cosas que antes no hacía antes era muy sedentario, antes era venir a trabajar acá, comer, sentarme y dormir eso me cambio bastante, me ayudo bastante mentalmente te arma un motón, te hace sentir que las neuronas se conectan más rápido y sentís que a un problema no lo ves como un problema, buscas, ves la solución a ese problema, ya no ves un problema le buscas una solución a eso, eso también bastante ahí, ahí no me tengo que quedar por mí, por los que están atrás mío, que en este caso son los hijos digamos y bueno capaz que directa o indirectamente son , tus amigos, familiares, conocidos o cliente aquí, que dicen se te ve bien y son motivadores digamos si vos pudiste, por ahí puede hacerlo otra persona digamos, te motiva a cambiar, eso digo, eso es lo único que cambie digamos y después bueno, volver al trabajo y por suerte el negocio que tenía bueno, seguir trabajando en ese sentido para ya tenerlo ha visto, cualquier cosa uno no sabe lo que puede pasar.

Respuesta 9: Continuar como estoy haciendo las cosas, escuchar propuestas dialogar y prepararnos por ejemplo antes, no tenía un, como te pudo decir no había alcohol no tenía digamos un ahorro para estos hechos digamos ahora, ya tenes y separamos esto por las dudas, por cualquier cosa que pueda pasar tratamos de prevenirse en ese sentido. Prevenirse para ya sea una pandemia o para cualquier otra cosa, antes no antes era el día a día y no. Esto fue tan inesperado y no, no sabíamos digamos.

Respuesta 10: Que la gente se cuide que entiendan que todos somos personas más allá que de tener un puesto de trabajo nosotros aquí que nos cuidemos. Que ingresen de a una persona digamos. Que la empresa tome los recaudos necesarios para que los empleados. Por eso hay error porque nos agarró a todos de improviso, no supimos manejarlo algunos, y eso que tuvimos dos o tres meses de anticipación. Eso es todo digamos.

Ropa/ Indumentaria 2: Lunes 02/08/2021 10:45 hs.

Señora E.C.:

Respuesta 1: Me sentí que no sabía dónde estaba parada, algo nuevo, algo en el mundo nuevo algo que no sabía si iba a durar mucho, si iba a durar poco ehh si nos íbamos a enfermar, si nos íbamos a desaparecer la verdad que no sabíamos nada, como hacer, que hacer nada hasta que paso el tiempo, nos fuimos informando y bueno fuimos viendo las diferentes... qué es lo que pasaba en el mundo y es lo que pasaba acá, encerrados totalmente sin saber qué es lo que pasaba pero bueno, Hemos salido y estamos acá, aportando lo que podemos cuidándonos y estando lo mejor posible. Yo que tengo mi negocio este... poniendo todo lo que se necesita para que el cliente que

llegue se sienta protegido y yo protegida de todo contagio, pero bueno uno nunca sabe.

Respuesta 2: Si, en el caso mío no me sucedió, pero sí sé, que hay gente que les sucedió y que todavía no pueden salir del temor yo a mi particularmente no me paso eso. Pero se gente que sí, que todavía está, que no va a ninguna reunión que no sale que no se junta y están temerosos a pesar de que ya tiene las dos vacunas, la persona que le cuento, pero bueno sigue temeroso.

Respuesta 3: Si, obvio que si la economía, primero que vivo en un país pobre, y tenemos un gobierno, donde el gobierno que no aporta, para que la economía vaya adelante entonces todo va junto de la mano, la pandemia, los gobernantes que tenemos y la gente que más o menos tuvo la oportunidad, se fue del país por los gobernantes o sea que, y si estamos afectados. En el caso mío no, porque yo soy propietaria no pago un alquiler, o sea va mucho a mi ventaja, pero si se ha visto una merma de ventas, impresionante.

Respuesta 4:

Ehhmm no, no creo no,.

Respuesta 5:

Muy cercano no. Ehh familiares si sé que tuvieron pero son familiares que no nos encontramos en algún cumpleaños, o una cosa así dentro de todo la pasaron ellos bien pero yo no tuve y los familiares cercanos tampoco.

Respuesta 6:

Si obvio ehhmm...temes, siempre estas atenta al temer, pero nada más, el temor siempre está.

Respuesta 7:

No, no para nada.

Respuesta 8:

Ehh yo trato de leer muchas cosas de autoayuda me informo con mi celular, libros, busco herramientas para sentirme bien busco herramientas, de esa manera trato de sentirme bien, juntarme con gente positiva, no que te hable de todas las enfermedades.

Respuesta 9: Y pensar positivo si en tu mente todo es positivo tu vida es positivo, nada más que eso siempre pensar en optimismo positivo hoy va a ser un día hermoso capaz que no te salió un día hermoso como vos querías, si pero mañana va a ser un día hermoso.

Respuesta 10: No, me encanto las preguntas.

Kiosco/Fotocopiadora 1. : 11:05 hs.**Señor J.R.:**

Respuesta 1:

Estaba preocupado, estaba preocupado porque, bueno era medio incierto lo queeeh, la actividad nuestra, el comercio, no sabíamos bien cómo iban a ser los protocolos, no se sabía si ehh, si correspondía o no, bueno únicamente con las noticias bueno, nos limitábamos a ver qué es lo que dictaba el COE acá en la provincia, este, bueno si estaba únicamente acá en la parte comercial era únicamente escuchar las noticias nada más, no se podía hacer otra cosa. Si estaba preocupado porque era un sustento económico para mi familia que vivimos de esto así que era, la situación era preocupante, bastante preocupante.

Respuesta 2: En lo personal ehh... quizás un poco porque al estar aislado de mi familia, porque nos aislamos por aparte, en casas diferentes ehh...se siente la, o sea la falta de digamos de lo cotidiano de un hogar si como medio que no puedes estar intranquilo. Todos nosotros estamos acostumbrados a estar siempre con alguien, o sea la familia. Si estaba un poco inestable psicológicamente en ese sentido.

Respuesta 3: Si bastante, bastante si me genero bastantes deudas, más que nada con los proveedores con lo que sería el pago de impuestos, las expensas porque este local que yo tengo acá es alquilado, y bueno a mí el que me alquila no me espera si el cobra si o si todos los meses, si fue bastante pesado poder pagar la deuda y las cuentas digamos que hasta ahora todavía la sigo gastando.

Respuesta 4: Si, si, algo si influyo un poco, de ambas cosas ehh...bueno que lo único que pudo ser es tener ayuda en lo que sería la parte familiar mi hermano para poder sostenerme bueno en lo que sea la parte económica, y bueno en la psicológica bueno mi señora, mi hijo, que bueno el grupo familiar, que con eso puedo estar tranquilo.

Respuesta 5: Yo fui contacto estrecho, mi hermano era el que estuvo con Covid porque él era enfermero, así es que si yo estuve aislado por contacto estrecho, este...y después en el hisopado me dijeron que yo tenía Covid positivo, pero era asintomático que estaba bien todo, pero no tenía síntomas

Respuesta 6: Mira hasta ahora no, después de todo lo que paso de la pandemia ya cuando se empezaron a normalizar toda la actividad por ahora está todo normal o sea lo que sería el trabajo obviamente con los protocolos, pero todo normal.

Respuesta 7: Ehh...si sería un sentimiento solo de un poco de angustia y emmhh... también sería la desesperación porque ya nos habíamos endeudado y esto estaba todo cerrado y bueno si estaba preocupado.

Respuesta 8: Este... yo leo y también estoy haciendo y hacia ejercicio, , bueno a veces también me dedicaba a escuchar música, y también me relajaba bastante eso.

Respuesta 9: Y para mi sería que todo siga así normal, que no resulte nada extraño, y que el virus que todavía sigue y bueno para poder estar así mas tranquilo sino que ehh... uno está bien pero igualmente uno ve las noticias y bueno y uno especula como como puede ser la situación a futuro. Esta todo como se dice regular la situación.

Respuesta 10: No, no.

Zona videojuegos y entretenimientos: 11:39 hs

Señor A.R.:

Respuesta 1: Y laboralmente fue un golpe bastante duro, obviamente económica y comercialmente nada volvió a ser lo mismo, después de la pandemia. Obviamente que eso impacto en todo en el flujo de gente que teníamos la facturación mensual obviamente que si se resintió bastante.

Respuesta 2: No, en el caso personal no, yo creo que como seres humanos que somos creo que tenemos libre albedrio, nos cuenta someternos por ahí a determinadas reglas pero por ahí son necesarias. Pero no, no, no en el caso particular mío no, afecto.

Respuesta 3: Si, por supuesto mermo cerca de un sesenta por ciento lo que es los ingresos sí.

Respuesta 4: Si, porque era una incertidumbre total y que aún se vive eso, a parte porque la pandemia hace, que vos no puedas predecir o programar a futuro que vas a hacer mañana o dentro de una semana o dentro de die días porque realmente no sabes todavía, como a ciencia cierta estee, si pasa si no pasa, si se curó, si no se curó, hasta ahora se sabe que no se curó y cada vez aparece una cepa nueva y obviamente que eso implica nuevas complicaciones.

Respuesta 5: Si, dentro de mi grupo familiar sí, mi cuñada estuvo con Covid por suerte, estee, si bien le ataco, estuvo bastante bien, no llego a estar internada y se recuperaron bien por suerte y bueno, lo superamos, lo fuimos asistiendo en la medida en que se podía asistirlo con lo que es alimento y medicación hasta que se recuperaron, pero por suerte bien.

Respuesta 6: Si es habituarse a un nuevo modo, de evitar el contacto sobre todo nosotros los latinos tan acostumbrados al contacto, al tocar, al besar, al

saludar y bueno eso hizo que se genere, un nuevo modo de comunicarse, o sea incluso el recurrir a lo virtual no es cierto, que uno no estaba tan habituado, al menos acá en estos países, que todavía no estamos desarrollados en un montón de cosas y entonces si produjo un cambio bastante importante en ese aspecto.

Respuesta 7: Si tuve sentimientos de angustia e incertidumbre, por sobre todo en los momentos de la cuarentena duros, pero no llego a generarme depresión, si mucha preocupación porque primero, laboralmente uno no sabia que iba a pasar y como iba a terminar todo esto y segundo por el tema de salud que tampoco, era una incertidumbre total donde no se sabía a ciencia cierta cómo lo iban a solucionar o de que forma uno lo iba a enfrentar pero no, no, me llegue a sentirme deprimido, aprendí mucho en la vida a no bajar los brazos así que eso me ayudo bastante.

Respuesta 8: En el momento, en que estábamos en cuarentena ocupar el tiempo en hacer cosas de la casa, ejercicio, dedicarme a arreglar la casa, leer, si buscar de mantenerme ocupado y mantener ocupada mi mente para evitar angustiarme o estar y tener pensamientos negativos.

Respuesta 9: Y saber de qué existe, aunque sea a largo plazo aunque sea una cura, que pueda garantizar no es cierto, de que no se si del mismo modo que antes de la pandemia pero que se normalice de determinada forma todas las cosas, tanto laboral que aunque nos pese lo económico ocupa un papel preponderante en el desarrollo del día a día, a cada uno de nosotros. De pronto tener la seguridad de poder proyectar cosas sin tener no es cierto esa incertidumbre o ese temor de que no sabes si lo vas a poder cumplir o no, si bien nadie tiene nada comprado pero es como te decía recién, hoy por hoy no más allá de un día o dos o una semana hoy por hoy no puedes proyectar nada hasta que aparezca una cura definitiva.

Respuesta 10: No, no por ahora, no.

Fotodigital: Jueves 05/08/2021. 18:48 a 21:30 hs.

Señor: R.G.:

Respuesta 1: No, directamente nos destruyó, mira nosotros verificamos el daño comercial que es de este negocio, por temporadas y saliendo de la temporada que es medianamente aceptable que es enero, febrero, marzo comienza la temporada más dura y con la temporada más dura vino la pandemia, o sea que todas las planificaciones que teníamos hechas destruyeron prácticamente mi economía.

Respuesta 2: Si, o sea yo creo que las medidas de confinamiento, estuvieron mal hechas por una cuestión de que cuando se cierran todos los negocios empieza la pandemia el 15 de marzo, acá en Jujuy no había Covid, y entonces nos tuvieron encerrados casi dos meses sin poder desarrollar la actividad económica, cuando podríamos haber seguido trabajando normalmente hasta que empiecen a aparecer los casos o sea, cuando comienzan a aparecer los casos seguimos con cuarentena y ya nos habíamos perdido dos o tres meses. Entonces eso a cualquier economía la maltrata, lo deja sin posibilidades de recuperación.

Respuesta 3: Si, mira desgraciadamente la pandemia, hizo que cerraran muchísimos comercios, mi comercio subsistió gracias a un plan estratégico que tenemos nosotros de acumulación de insumos, ehh... que nos permitió que podamos prácticamente estar un año, sin comprar materiales, porque si no hubiéramos hecho esa inversión que era, que se va haciendo gradualmente a través de las semanas de los meses de a poquito, de a poquito, de a poquito este, y acumulando cierto material para tener en la época que son de mala economía, esteehh... nos sirvió para aguantarnos prácticamente un año sin comprarnos material. Así que no, la pandemia destruyó la mayoría, de los comercios, la mayoría de los comercios.

Respuesta 4: Si, o sea nosotros acá en el negocio, usamos el protocolo que nos hicieron hacer de entrada, respetándolo a rajatabla para poder realmente trabajar el gobierno nos permitía trabajar dos o tres horas únicamente, o teníamos que trabajar a escondidas pero ellos jamás dijeron vamos a bajar los impuestos, o no le vamos a cobrar la luz, y eso económicamente nos destruyó emocionalmente, económicamente, prácticamente la familia si no hubiéramos tenido unos pocos pesos ahorrados, creo que tendríamos que salir a pedir comida a cualquier lado, porque realmente no, no, la economía, no alcanzaba. Teníamos que pagar gastos fijos y encima vivir.

Respuesta 5: No nosotros ehh... mi negocio en cuanto, salió la pandemia nosotros lo tomábamos muy muy en serio y trabajábamos con toda las medidas de seguridad, doble barbijo alcohol, lavandina, y todas las cosas que te decían gracias a dios y a estos protocolos, de seguridad es más yo, cuando iba a mi casa antes de entrar a mi casa me sacaba, prácticamente toda la ropa, lavaba todo y me bañaba y recién iba a saludar a mis familiares, porque, teníamos mucho miedo que mis familiares se contagien, tanto las personas mayores como los chicos que estaban en casa. Y por suerte no tuvimos ningún caso de Covid en toda mi familia ni en todo este tiempo.

Respuesta 6: Si realmente afecto en la manera de trabajar porque primero y principal cayó muchísimo, al no haber eventos los fotógrafos no trabajan, los fotógrafos no generan ingresos para ellos mismos, para nosotros, esteehhh...

comercialmente yo no puedo ir a hacer los tratos comerciales que hacía con la gente que estaba acostumbrada tanto en Salta, en Tucumán, en Córdoba, en Buenos Aires, en Rosario también, por no poder viajar. Se rompieron las maquinas eso fue lo peor que nos pasó, porque con la pandemia tuvimos que apagar todas las maquinas, y son productos que si no los usas se echan a perder o sea se trancan cabezales, se secan las tintas y ese tipo de cosas creo una crisis mental terrible porque no sabíamos cómo hacer. Hay maquinas que yo las tuve que tirar y eso a mí me genera, una preocupación muy grande, no podía traer los técnicos, o sea tengo maquinas paradas hace más de un año, y no puedo traer un técnico de Buenos Aires que venga a arreglármela, porque no quieren venir.

Respuesta 7: Si, desgraciadamente si lo sentí, pero yo soy muy creyente en dios, y yo pase por la más mala, casi me estaba muriendo, como todo el mundo cree que yo estoy sano, yo no estoy sano y para mí todos los días, es una alegría despertarme, primero y principal y darme la pequeña salud que la estoy llevando el solo día, el solo hecho de poder trabajar un día más, para mí es un honor muy grande obviamente afecto muchísimo, muchísimo psicológicamente, esta pandemia a todas las personas el hecho de no poder trabajar para conseguir su propio sustento, creo que es lo peor que les puede pasar, a un emprendedor.

Respuesta 8: Yo me dedico a cultivar, a cultivar y a hacer las cosas que normalmente cuando estoy trabajando no las puedo hacer, me gustan mucho las huertas, me gusta mucho hacer las actividades como soldador, como pintor, como electricista y todas esas cosas que a mi casa prácticamente la renové con el tema de la pandemia, porque estaba encerrado y no sabía que había que hacer, entonces me dedique a arreglar mi casa y bueno, aprendí muchísimo de soldadura de pintura y todas esas cosas era para sacarme el estrés que tenía en la cabeza de no poder hacer nada porque no soy de las personas que pasan todo el día en la cama.

Respuesta 9: No la, yo creo quehh, que estamos volviendo, con el solo hecho que las personas estemos volviendo a trabajar yo creo que nos va a ayudar mucho, emocionalmente, psicológicamente, a que podamos seguir trabajando yo siempre digo, yo nunca le pedí un plan al gobierno, yo nunca recibí una bolsa de comida, yo nunca recibí una plata del estado yo todo lo que hice lo hice trabajando. Siempre fue así y yo creo que si hacemos una cadena de trabajo, entre los fotógrafos, entre la gente que necesita tener un recuerdo porque la fotografía es un arte del recuerdo, que vamos a salir adelante, y eso es lo que me da a mi esperanza de que este negocio, tiene mucha vida por delante y eso es lo que me da mucha fe y me ayuda psicológicamente a que vamos a salir adelante.

Respuesta 10: Si yo creo que el comercio en si fue de los más afectados, al comercio son a los que más les exige, el estado para mantener su estructura, nos exigen mucho pero nosotros no recibimos nada es más somos castigados, con el tema de los impuestos, somos castigados con el tema de los transportes, uno da trabajo a una persona y te ajustan con los impuestos, en vez de darte una ayuda te castigan y cada vez tenes que pagar más, nos exigen supongamos a usar un posner que pagamos cuatrocientos pesos y de rompe y raja, ahora nos empiezan a cobrar cuatro mil, no estamos en condiciones de pagar esa cantidad y el gobierno nos exige que paguemos eso y tuvimos que devolver, el gobierno no nos ayuda para nada y eso hace que mentalmente uno decaiga porque uno piensa que todo el esfuerzo que uno está haciendo no sirve para nada.

Comidas/ Restaurante 4.: 20:20 hs

Señora D.C.:

Respuesta 1: Yo le voy a decir mi apreciación, pasa es que yo tome vacaciones antes que se inicie la pandemia, y en la cuarentena el médico me dice “Esta medio feo”, que fue una semana antes, bueno yo tome vacaciones personales y a mí me agarro ataques de pánico porque yo tengo mi hijo afuera, o sea que no puedo con eso o sea, tener un hijo afuera, fuera del país, uno en Salta y uno hermano acribillaba con información, y uno que no estaba pendiente de la noticia, si el primer, me agarro ataques de pánico, pero después yo me aboque a trabajar entonces es como que no lo he sentido, que querés que te diga la verdad es que yo, me agarro estrés obvio, porque yo me metí a laburar, cuando volví, que volvimos en Abril, yo empecé a producir postres, no solo las pizzas que hago yo sino a hacer producción de budines, de postres de pizzas entonces todo el día estaba trabajando. Como que para mí pero debo ser yo la única, porque yo me aboque al trabajo, o sea a mí me ha redituado porque lo único que hacía era laburar y laburar, es medio complicado.

Respuesta 2: Y el de la gente si, el de la gente si, en general al menos, es como le digo, que yo venía acá trabajando hasta tarde, entonces para nosotros es ahora un relax, y sabes que venía de las seis a las hasta la noche te vas, o sea hablemos de lo que es en general, obvio que esta pandemia afecto económicamente que un montón de negocios han cerrado quizás en la provincia no lo hemos sentido tanto, porque teníamos otro gobernador pero yo estoy viendo a nivel Nacional un desastre, yo estoy en un grupo de gastronomía de Buenos Aires, ciento sesenta mil negocios cerraron, son perdidas laborales, porque es negocio no lo levantas más, y la gente que queda que no le podes pagar. Yo estoy en el gremio de pizzeros y panaderos, no se han fundido un montón.

Respuesta 3: Y obviamente que las ventas te bajan, o sea lo vemos aun ahora que hay una restricción horaria, creo que es un combo no? No solo la

pandemia sino también la situación económica no es la mejor, la verdad es que ha traído aparejado un montón de cosas, o sea no le echemos la culpa a la pandemia solamente porque cuando hay plata hay dinero, yo te digo mira mi hijo Israel, él vive allá, él trabajaba de delibery, pero él tenía un montón de trabajo porque la gente no salía, pero comía en la casa, acá ni salen ni comen, o sea tomaban un café un mate cocido por sobre todo cuando hace frío, es así, lo peloteas te comes cualquier cosa en tu casa, pero si la gente dentro de todo creo que sí, creo que me he comido harina, no sé qué decirte, no sé qué hemos hecho pero si, trae unas consecuencias, como que no?

Respuesta 4: Yo dentro de todo, me aboque a trabajar porque dentro de todo gracias a dios me ha ido bien, he podido pelotear me entendes? pero hay gente que así, hablamos del común denominador, la gente no la paso bien.

Respuesta 5: No, no, gracias a dios nosotros nada, ni la gente que trabaja conmigo, por eso, tal vez hubiera sido diferente, mi visión si alguien estaba, ojo que se me han muerto un montón de clientes, y así verdad que no lo pasamos bien, mis hermanos, mis amigos, un contador que ha trabajado en mi casa años, si y se murió, mucha gente que conozco que se ha muerto, o sea no se después como vas a responder.

Respuesta 6: No lo único que yo agradezco es que haya una restricción horaria, que otros no estarán de acuerdo yo ahora la restricción, la manejo entre nos, mis clientes saben que yo cierro a las doce y media, sino esperemos hasta las dos, pero yo soy una persona grande cansada de este trabajo entonces a mí me viene bien, que trabajemos menos horas, no es lo mismo cerrar a las cuatro de la mañana, o sea cerrar tu puerta a las tres y llegar más de las cuatro a tu casa, o sea es lo único positivo dentro de todo, que hay un horario, pero como te digo no soy parámetro, de esa gente que la paso mal.

Respuesta 7: Bueno de hecho el primer mes que tuve, que me agarro ataque de pánico, pero bueno, yo creo que, yo tengo cinco hijos, tres están acá y tengo uno en Salta y otro en Israel o sea es como complicado, yo a mi hijo. Al de Salta lo vi el dos de Marzo, del año pasado, y lo vi en Noviembre que me cayó de sorpresa un día a la siesta que me quedo a veces porque yo soy la que hace las pizzas. Y digo "ay, voy a apagar el horno", y cuando me di vuelta estaba mi hijo. No te puedo explicar la sensación de llanto y alegría de todo, porque no, no lo veía o sea, te hablas pero no es lo mismo, vernos.

Respuesta 8: Si, o sea yo me aboque al trabajo, y ha sido mi formula, o sea mi manera de escapar o sea de no estar pensando porque era una cosa, era budín, tiramisú, pizzas, así, pizza tiramisú budines, ya eran las ocho de la noche y yo seguía armando los postres, total estábamos a puertas cerradas, y seguíamos haciendo delibery. Pero sí.

Respuesta 9: La verdad es que yo no sé qué responderte ahí, porque yo ahora lo tengo en venta al negocio, porque estoy agotada de trabajar, ya no quiero trabajar. No sé yo ahora no se, la paso bien pero no sé, yo ahora quiero que todos mis días sean domingos, capaz que después me arrepiento, pero no sé yo desde los veinticuatro que trabajo. Y ahora tengo sesentaicuatro.

Respuesta 10: Bueno a ver, yo te doy mi apreciación, justo estábamos hablando de eso. Lo que han hecho con nosotros no tiene nombre, que puedes catalogar del gobierno que nos han tenido encerrados que capa que nos hacía falta, pero también a ver esta pandemia, ¿Cómo la manejas? Yo a lo que voy es que estamos viendo semejante despelote al entrar y al salir, hay gente que se les ha muerto hijos en los brazos, que no han podido despedir a sus muertos y que no han tenido Covid. Esas son las cosas que no puedo comprender no puedo, no puedo te juro y no es de un partido ni del otro es la falta de humanidad. Yo creo que esta pandemia saca lo peor de la gente y lo mejor de algunos pero lo peor, se ha potenciado eso lo dije desde un primer momento con mis hijos y como se manejaban. El año pasado yo hice en Buenos Aires una movida de la noche de la pizza y la empanada, ahora lo hicieron en invierno y justo era el cumpleaños de mi mamá y yo dije este año no participo pero me mandaron porque yo estoy asociada. Yo el año pasado el cincuenta por ciento de esa facturación se lo di al hospital para comprar insumos para todo. Yo me vine y les di treinta y dos mil pesos. Le puse mi parte también porque la gente no respondió.

Bar.: 20:30 hs

Señora R.P.:

Respuesta 1: Yo en la pandemia la que trabajo es ella, porque yo empecé te puedo decir a fines de diciembre, más que nada en la pandemia no trabajaba acá, trabaja en otro lugar. Pero por lo que me contaron ellos, en la pandemia solamente se manejaban con el tema de delibery.

Respuesta 2: Si, porque tanto con respecto digamos al trabajo, al estudio porque, eran mediadas que teníamos que acatar y no estamos acostumbrados digamos. Y si fue puro acomodarse a las medidas que estaban predispuestas pero al final, las aceptaba porque era con mayor protección para nosotros.

Respuesta 3: Si bastante por el tema de que yo trabajaba en otro lugar antes de acá y no se podía convivir mucho, y todos, la mayoría de los comercios estaban parados digamos, no se hacía normalmente como antes digamos, y eso si afectaba, la economía de mi casa como la mía.

Respuesta 4: Si, digamos que sería casi lo mismo afecto totalmente.

Respuesta 5: Yo no, y dentro de mi familia tampoco por suerte, acatamos la mayoría de las medidas de bioseguridad, que eran predispuestas por el COE, por suerte no tuvimos contagios.

Respuesta 6: La manera de trabajar ahora creo que está bien, más que nada digamos estamos respetando las medidas de bioseguridad y dentro de todo se ha podido trabajar con lo que se puede y con respecto a lo que es contexto social si ya hay como hacíamos antes, por ejemplo, lo hacíamos relativamente, juntarnos con mis amigos como antes, tratamos de no hacerlo, nos quedamos en nuestras casas, más que nada por la protección no solo mis sino de las otras personas. Así que si afecto de alguna forma pero, en base a que tratamos de tomar, o de acatar las medidas de bioseguridad en lo posible evitar el contacto.

Respuesta 7: El estrés puede ser con respecto creo yo a esta situación también puede ser con respecto a los medios de comunicación, uno no sabe si es verdad o no o si se exagera un poco trataba de buscar la información que sea más correcta y eso genero más estrés digamos. El encierro y todas esas cosas.

Respuesta 8: Ejercicio, antes y después de la pandemia trataba de hacerlo más, en casa pero me sirve más para uno distraerse.

Respuesta 9: Más que nada que todo se pase, pero realmente se ve, que esto no va a pasar pronto, sino que tenemos un largo recorrido así como decía la OMS, más que nada hay que acostumbrarse a esto, porque ya está establecido en nuestra sociedad, pero tratar de manejarlo, sobrellevarlo y tratar de que la gente tome conciencia para que todo esto sea más liviano.

Respuesta 10: No, no, no.

Señora I.H.: 20:40 hs

Respuesta 1: La verdad que de mi parte como yo estaba trabajando sola lo sentí, cómodo, tranquilo. Primero estar en casa porque no paso tiempo con mi familia, por el hecho de que estudio y trabajo, y lo pase tranquila, además de que trabajaba acá como delibery. Entonces no fue un golpe tan fuerte, es como que me di más tiempo, para mi estudio.

Respuesta 2: Como individuo no, como familia sí, el tema de depresión, quizás para mí, como yo no estaba en casa no me afecto en nada, pero a nivel de mis hermanos, si mis hermanas, algo que a ellas les afecto es depresión de individuo.

Respuesta 3: Como tema familiar por el tema de comida del día a día sí.

Respuesta 4: No, no hay relación.

Respuesta 5: Amigos, lo más cercano fue amigos, pero como familiar, tema hermanos, ninguno. Y obviamente preocupada por el tema de mis amigos, que no les pase nada, gente mas grande que yo, pero todo el tiempo viendo las medidas y son muy exagerados, se volvieron bastante locos con el tema del alcohol.

Respuesta 6: Si, si por el tema de la distancia con lo interno familia más cercana, yo no tengo ningún inconveniente, en el tema de acercarme o estar más pegado como antes, como si no hubiera pandemia, pero como que a la persona externa es a su distancia con barbijo todo el tiempo, alcohol, estoy también un poco loca.

Respuesta 7: No, en lo individual no.

Respuesta 8: Por mi parte yo entreno, o sea al estrés lo trato así.

Respuesta 9: Es que no hay ninguna complicación, yo creo que obviamente a nivel económico, nadie está bien porque Argentina no está bien, pero trato de sobre llevarlo, como que me las arreglo con lo que puedo.

Respuesta 10: A muchos sé que les afecto el tema del encierro, de depresión, estrés, por mi caso no fue así por el hecho de que yo no pertenecería a mi casa. O sea yo no tenía el tiempo libre que llegue a tener, me sentía en un momento aburrída porque no trabajaba, pero más allá, de eso yo algún estrés externo o sea, no tuve, si en todo momento fue el tema de que comer, que comer, porque mi mama trabaja en la municipalidad encima imagínate el sueldo que tiene es nulo, en ese sentido si me afecto, pero no fue un gran cambio la verdad. Para mí no, porque aun así salí a trabajar, venia acá, a hacer delibery ocho a doce como lo permitían, hacer compras, mi hermano se encargaba de eso. No es que me afecto tanto, pero eso es como yo lo vi.

Ropa/ Indumentaria 4: 21:15 hs.

Señor G.C.:

Respuesta 1: Fue bastante complicado ya que los alquileres seguían corriendo, y bueno el intentar llegar a fin de mes, intentar hacer la venta desde casa, que por ahí no es lo mismo. Y bueno eso influyó mucho, no solamente en lo que es mi persona sino también en el grupo familiar, ya que por ahí uno piensa y vive de una forma y con el trabajo diario se puede dar unos gustos que por ahí pensando en no trabajar dos o tres meses, fue bastante complicado.

Respuesta 2: No, no a mí no, en lo que es mi familia no, pero si la preocupación y eso están siempre en todo momento, y después llegara fin de mes y poder pagar el alquiler ya que los alquileres suben y eso es complicado.

Respuesta 3: Si, si, si, seguro, hay mucha gente, no solamente yo que tenemos otros bienes materiales y hemos tenido que vender para solventar los gastos.

Respuesta 4: Sí, claro, porque si bien no me afecta tanto el haber cerrado, pero si preocupaciones teníamos, si directamente sí.

Respuesta 5: Si, si, con tranquilidad ya que no teníamos ningún problema de salud, digamos, mas allá que tuvimos el virus, pero pudimos pasarla bien.

Respuesta 6: --

Respuesta 7: Angustia, si, angustia si y depresión no. Y bueno eso influye en la salud mental digamos, pero depresión no, si angustia de no saber cómo llegar a fin de mes.

Respuesta 8: Nosotros somos deportistas, hacemos, bueno yo hago lo que es la bici.

Respuesta 9: Que se establezca todo y se mejore y no hayan tantos contagios, y en lo que es lo personal, bueno que pueda funcionar el local y que no cierren otra vez. Intentar que no volvamos a fase uno y que podamos trabajar todos.

Respuesta 10: No, que vimos cerrar muchos negocios, muchos negocios no tenían respaldo hace once años que estoy, gracias a Dios teníamos otra forma, u amiguismo podríamos decirlo con la gente que nos aguantó bien, otra gente por ahí no tuvo esa opción y bueno nosotros pudimos salir adelante y bueno eso hizo que hoy estemos abriendo las puertas, mucha gente no tuvo esa oportunidad y vi cerrar a muchos amigos, comerciantes, negocios que recién comenzaban, ehh... la pandemia se los comió y seguramente que a ellos si les afecto mentalmente, depresión y demás porque uno lo que más quiere es progresar, y cuando invierte, invierte para seguir creciendo o proyectar a futuro y esto hizo que no proyectemos, que no nos deje proyectar, porque hasta el día de hoy no sabemos que va a pasar dentro de un mes, así que no se puede proyectar más de lo que vivimos y el trabajo día a día, intentar hacer que sigamos viviendo, viviendo, lo que es el día a día digamos.

Peluquería/ Barbería. 2.: viernes 06/08/2021. 15:40 hs.

Señora O.A.A:

Respuesta 1: Horrible, horrible porque, con mucho miedo, con eso con mucho miedo y tratar de no salir, por ejemplo yo deje de trabajar digamos, pero porque yo quise dejar de trabajar por el tema de no salir y no contagiarme y bueno por mi hijo.

Respuesta 2: Si, a mí me afecto por ejemplo el sistema nervioso, en el tema de la comida comía un montón, aumente un montón, eso más o menos es.

Respuesta 3: Si, sentí que gastaba más digamos, que gastaba más plata digamos, pero era por el hecho de que comíamos más que antes digamos, comíamos a cada rato y esas cosas y en el tema económico si me afecto a mí.

Respuesta 4: Si.

Respuesta 5: No, no ninguno de nosotros, ni en mi familia, ni hermano, ni hermana, ni padre nada.

Respuesta 6: Por ejemplo ahora ya me siento más relajada pero porque, o sea yo se que hay que cuidarse y todo eso, pero yo me quise poner más relajada porque, si yo me pongo con el tema de que no voy a salir, por el tema este de que me voy a contagiar, yo me pongo mal, yo me enfermo más digamos. Ahora que me siento más relajada porque ya no estoy nerviosa, ya no me agarran la taquicardia la arritmia, ya no se me cae mucho el pelo, y esas cosas. Entonces es como que ya lo asumí y hago como que ya no pasa nada pero, me cuido digamos.

Respuesta 7: Mucha angustia, mucha, si sentía mucho miedo, mucho miedo por parte de mis hijos, porque mis hijos me tienen solamente a mi digamos, a mí y si me llegara a pasar algo, porque fumo y esas cosas entonces como que tenía mucho miedo, si me llega a pasar algo a mi hijo.

Respuesta 8: Salir, salir por ejemplo, yo cuando me siento así nerviosa porque si es sentido digamos, me afecto en esta pandemia, me afecto el sistema nervioso, cuando yo me siento intranquila, yo inmediatamente vengo y me agarro e inmediatamente salgo a caminar, salgo a caminar despabilarme y esas cosas.

Respuesta 9: Teniendo las dos dosis, yo siento que sí tendría las dos, porque tengo una nomas, si tendría las dos, ya me sentiría digamos más segura, sé que alguno se puede contagiar, pero yo me puse como que si yo tengo las dos dosis, yo ya me voy a sentir tranquila. Obvio la vacuna para mí y para mi hijo también, yo ya siento que me voy a sentir segura.

Respuesta 10: Y cuidarnos, cuidarnos, yo trabajo en una peluquería y yo sé que hay movimiento y todo eso pero yo vengo a trabajar, pero evito el tema de las fiestas, las juntadas, todo eso yo las evito digamos. Yo no hago eso digamos y creo que me está sirviendo porque la mayoría de mis amigas que yo tengo, todos hicieron juntadas, hicieron eso y todas se enfermaron y están con las secuelas y están con eso me entendes. Eso si yo evito eso, las juntadas digamos. Pero bueno cuando uno se tiene que enfermar se enferma digamos.

Electrodomésticos 1.: Sábado 07/08/2021 10:40 hs.

Señor J.L.I:

Respuesta 1: Y todos estaban con miedo en ese momento, todos estaban con miedo porque nadie sabía nada, como te puedo decir era una enfermedad nueva que vos no sabías si te ibas a contagiar, si no te ibas a contagiar. Yo en mi caso personal, yo me contagie, yo estuve aislado en mi casa y supuestamente de la muni, iban a ir a ver que tenía un manzanero, que tenía esto pero a mí nadie me fue a visitar, nadie ni en mi último día de la cuarentena, viste que tenes que estar aislado quince días, mas o menos ahí fueron a visitarme, los agentes sanitarios, pero ellos van a hacer control nada más, después medicamento eso no llevaron así que yo la pase más o menos.

Respuesta 2: Si porque uno se sentía aislado, no podías hacer la vida normal que mas o menos uno lleva todos los días, o sea yo por ejemplo estoy acostumbrado ahora, a todos los días a salir a pasear con mi perro, es un perro chiquitito, yo lo sentía como que no podía salir se nota en el ambiente porque vos te sentís encerrado.

Respuesta 3: Y en la economía de todos, hay gente que trabajaba en la calle y no la dejaron trabajar, nosotros también tuvimos que cerrar la sucursal, vos no sabías si la sucursal, después iba a seguir abierta o iban a cerrar porque no estaba generando plata. Vos no sabes si la empresa va a quebrar, va a cerrar, van a despedir a todos y que era algo incierto, la gente que trabajaba en la calle no la dejaron trabajar, han estado aislados, hay gente que con cuentas, no han podido pagar, acá también hay mucha gente morosa porque, hay gente que por ahí contaba con alguna plata que a lo salía a buscar todos los días y a lo mejor no lo pudo hacer.

Respuesta 4: Y si es algo, es un todo un conjunto de todo, que te sentís encerrado, que te sentías mal, tenías miedo, no sabías como salir, no sabías si te iban a despedir del laburo, o si ibas a seguir en la empresa, son un montón de cosas.

Respuesta 5: Nosotros todos nos hemos enfermado en nuestra casa, nosotros somos tres, yo, mi señora y mi hijo, los tres. La que lo paso peor fue mi señora porque perdió el olfato se sentía mal, le faltaba un poco la respiración pero bueno, decí que zafó, todo indica que más o menos tranqui no, cada organismo reacciona de diferente manera, a mí me agarro como una gripe nomas, más de eso no, y después bueno mi padre y mi madre todavía, no se han enfermado, porque ellos viven aparte.

Respuesta 6: Si, sí, sí, porque vos por ejemplo ponele que en la familia haya algún cumpleaños o algo, y no podes asistir porque, ponele que tu padre cumpla años entonces vos querés ir al cumpleaños y supuestamente tus padres son mayores que vos y a la gente mayor le agarre por ahí de otra forma y a lo mejor a ellos le agarra Covid y viajan viste. Vos no sabes si ir a visitarlos, si juntarte o juntarte, porque por ahí yo estoy más expuesto acá que ellos, porque estoy en contacto con los clientes y a los mejor yo estoy llevando el

virus y no sabes. Y ponele que haya algún cumpleaños o algo y no lo podes realizar porque no sabes si el otro, que vos te juntas también estar afectado.

Respuesta 7: Claro, porque vos no te podes relacionar con tus amigos, por más que tengas ganas de ir al cine no podes, gente que ahora en agosto que están de moda las pachas, no podes ir tampoco, no podes juntarte, no podes hacer un asado nada, porque vos no sabes si la otra persona también se juntan, yo me puedo cuidar bien y a lo mejor la otra persona anda de pacha en pacha, o en otro lugar y vos a lo mejor vas ahí a juntarte con otra persona y está infectada y esa infección la volves a llevar a tu casa o a lo mejor volves a visitar a tu padre o algo y los podes infectar, porque ellos todavía no se han contagiado.

Respuesta 8: Yo ahora lo único que por ahí me tranquiliza un poco, que yo ya me pude colocar las dos dosis de la vacuna. Puede que me sienta un poco más protegido, más de eso nada más, después bueno el cuidado que siempre tenemos acá, un poco de distanciamiento siempre usamos el alcohol, todo el día con el barbijo bien puesto colocado arriba de la nariz, así que si entra alguien sin barbijo, le decimos que trate de colocarse el barbijo sino tiene el barbijo, se tendrá que retirar de la sucursal. O sea nosotros mismos nomas nos cuidamos.

Respuesta 9: Y en algún momento cuando se termine todo esto, o sea cuando se termine de vacunar toda gente y ya volvamos a la normalidad, eso es lo único, porque todavía viste que hay un montón de casos en San Pedro, la gente no hace caso, se siguen juntando y no se siguen cuidando. Y esto va a pasar un tiempo hasta que, lo que tienen que hacer el gobierno es el tema de que estén todos vacunados. Los primeros meses vos viste que seleccionaban a la gente, primero eran los mayores, después gente enferma, y al último quedamos nosotros.

Respuesta 10: Por el momento es como te digo, lo que tiene que hacer el gobierno es que se pongan todos las pilas, en que haya más vacunas, una para que deben tratar de vacunar a toda la gente, mayores, menores, todos que se yo. Todavía hay gente incluso que tiene miedo a vacunarse, porque simplemente que escucharon de alguno que ha fallecido o algo, pero que bueno habrá fallecido por otra patología, yo me coloque las dos dosis y lo único que me hizo fue tener dolor de cabeza, nada más. O sea normal.