

“Emociones, preocupaciones y reflexiones frente a la pandemia del COVID-19 en alumnos asistentes al control de Habitabilidad Segura en la Facultad de Humanidades y Cs. Sociales de la Universidad Nacional de Jujuy en el primer semestre del 2021”

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE JUJUY
FACULTAD DE HUMANIDADES Y Cs. SOCIALES
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN PARA LA SALUD**

Propuesta de Trabajo de Campo y Proyecto Final

**“Emociones, preocupaciones y reflexiones frente a la
pandemia del COVID-19 en alumnos asistentes al
control de Habitabilidad Segura en la Facultad de
Humanidades y Cs. Sociales de la Universidad
Nacional de Jujuy en el primer semestre del 2021”**

AUTORA

**Fátima Melisa Colqui
LU E-6946**

DIRECCIÓN

Lic. Ignacio Bejarano

San Salvador de Jujuy, Septiembre de 2021

DEDICATORIA

Primero que nada, a Dios y a todos mis Santitos:

Por permitirme llegar a ésta instancia gozando de buena salud, por siempre guiar mis pasos para llegar a cumplir cada propósito y meta que me propongo en la vida.

A mis Padres:

Por ser los pilares fundamentales de mi vida, quienes desde el primer momento me cuidan, día a día me brindan las herramientas y fuerzas para siempre seguir adelante, inculcándome valores, educándome con su ejemplo y acompañarme en cada paso con su gran amor incondicional.

A ellos les dedico con mucho amor éste proyecto, por haber hecho de mí la persona que soy.

A mis Hermanos y Hermanas:

Por ser mis compañeros de vida, quienes siempre han hecho tuyas mis alegrías y me han acompañado en cada una con gran afecto y orgullo.

Espero ser para ellos siempre un ejemplo de persona y que confíen que con esfuerzo y dedicación van a lograr todo lo que se propongan.

A mi Pareja:

Por haber estado siempre cerca, confiando en mí, impulsarme siempre a más y haber hecho tuyas mis alegrías, estando incondicionalmente para celebrarlas.

Quien me acompaña desde el día uno en que comenzaron todos los sueños que involucran mi vida universitaria y ha estado en cada meta cumplida brindándome consejos, fuerzas y confianza, aliviando en cada examen nervios y siendo un apoyo fundamental lleno de alegría, motivación y amor.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios y a todos los que formaron parte de mi educación por llegar a esta instancia, a mis padres por el esfuerzo de cada día y por la formación que me dieron, gracias a su incondicionalidad pude lograr cada una de mis metas y ser la persona que soy hoy en día, a mis hermanos/as por hacer tuyas mis alegrías, a toda mi familia gracias de todo corazón por acompañarme en cada paso que doy en la vida y nunca soltarme la mano, a mi pareja por el apoyo incondicional, por motivarme a siempre seguir y brindarme soporte emocional muy importante.

A la Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales de la UNJu. Y todo el personal que ahí trabaja.

Al Director Ignacio Bejarano por su paciencia, enorme predisposición, exigencia, gracias por cada frase que inspiró en mi motivación y por su gran acompañamiento.

Y agradezco finalmente a los estudiantes de la institución por su valiosa colaboración y aportaciones para ésta tesis.

MUCHÍSIMAS GRACIAS.

ÍNDICE GENERAL	PÁGINA
Dedicatoria	3
Agradecimientos	4
Índice General	5
Introducción	6
Planteo del Problema	7
Definición del Problema	9
Objetivos	10
Objetivo General	10
Objetivos Específicos	10
Marco Teórico	11
Antecedentes	25
Metodología de la Investigación	29
Resultados y Análisis Crítico	35
Conclusiones	45
Bibliografía	48
Proyecto de Intervención	53
Bibliografía	64
Anexos	65

INTRODUCCIÓN

Es de gran importancia conocer y trabajar sobre las emociones, preocupaciones y reflexiones, frente a la pandemia COVID19 de los alumnos asistentes al control de Habitabilidad segura de la Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales (FHyCs) de la Universidad Nacional de Jujuy (UNJu), debido al fuerte impacto que la misma puede producir en la sociedad.

Partimos en considerar que la salud mental incluye nuestro bienestar emocional, psicológico, físico y social, la cual afecta la forma en que pensamos, sentimos y actuamos cuando enfrentamos la vida. También ayuda a determinar cómo manejamos nuestras emociones en la comunidad educativa y la sociedad en general y es por estos motivos que el tema seleccionado como Trabajo Final de Grado adquiere gran relevancia más aún en los difíciles tiempos de pandemia en el que estamos sumergidos y que posee un gran impacto sobre la población estudiantil.

El cierre de los centros educativos, la implementación de la educación virtual, la necesidad del distanciamiento físico, la pérdida de seres queridos, del trabajo, han generado emociones, preocupaciones y reflexiones en las personas, así como también los cambios en los hábitos puntuales para la prevención del virus como el lavado e higiene de las manos, la utilización de barbijos, la alimentación saludable pensada en aumentar las defensas, generan la necesidad de implementar estrategias de prevención desde la Educación para la Salud.

Las situaciones de preocupación tienen un impacto negativo en la salud y en la habilidad para aprender de todos los estudiantes, sumando a ésta la nueva y compleja modalidad virtual de las clases, considerando que los estudiantes de la FHYCS, comprenden entre 17 a 70 años de edad.

Trabajar sobre las preocupaciones y reflexiones, ayuda a cuidar el bienestar emocional, favoreciendo el bienestar personal, social y beneficiando también a mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje durante la crisis sanitaria.

PLANTEO DEL PROBLEMA

La Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales (FHycs) de la Universidad Nacional de Jujuy (UNJu) fue creada el 14 de septiembre de 1984, actualmente se encuentra situada en San Salvador de Jujuy calle Cnel. Otero 262, el edificio cuenta con planta baja y tres pisos y con 32 aulas en total.

En ella se dictan las carreras de Profesorado y Licenciatura en Ciencias de la Educación, Tecnicatura y Licenciatura en Comunicación Social, Auxiliar Técnico y Licenciatura en Antropología, Profesorado y Licenciatura en Letras, Educador Sanitario y Licenciatura en Educación para la Salud, Licenciatura en Trabajo Social, Profesorado y Licenciatura en Filosofía, Profesorado y Licenciatura en Historia, Ciclo Superior de Licenciatura en Filosofía, Ciclo Especial de Licenciatura en Historia, Ciclo Superior de Licenciatura en Trabajo Social, Licenciatura en Turismo y Profesorado en Educación para la Salud.

A lo largo de sus más de 30 años se convirtió en una de las facultades con mayor matrícula estudiantil e ingresan por año alrededor de 2000 estudiantes. A su vez cuenta con un gran número de egresados que cursan el Doctorado en Ciencias Sociales, Maestrías, Posgrados y cursos de perfeccionamiento, que ofrece esta prestigiosa Institución.

En la FHycs, se observan diariamente una gran cantidad de estudiantes que se acercan por distintos motivos de consultas como ser por temas de inscripciones, notas, reclamos, horarios de materias a cursar, dudas sobre la modalidad a abordar la educación en el corriente año y con la inquietud sobre cuándo volverá la presencialidad.

También asisten a la misma, estudiantes a realizar cursos, clases de consultas y exámenes de manera presencial, siempre respetando el protocolo establecido en la Institución.

A pesar del conocimiento público tanto de la pandemia que nos atraviesa y de las medidas de prevención del COVID19, la gente concurre a la institución sin tomar responsabilidad sobre su salud, de la misma manera poniendo en riesgo la salud de las demás personas que la rodean.

En su mayoría, las personas que se acercan por consultas son estudiantes que van en busca de solución y respuesta, las cuales a veces no son dadas, generando molestias en las mismas, debido a que situación planteada, el personal no docente de la institución no se encuentra respondiendo consultas de manera presencial, sino que lo realizan de forma virtual a través de la comunicación telefónica o por medio de correos electrónicos.

Es común evidenciar la presencialidad de personas usando el barbijo de manera incorrecta, sin barbijo, aglomeración sin respetar el distanciamiento preventivo, gente que se acerca fumando, consumiendo alimentos, ingresando a la institución con la idea de compartir el mate, desayuno o merienda.

Debido a esta situación en particular y relatada anteriormente, en el año 2020 surge en el marco de la pandemia del COVID19 el grupo de trabajo sobre habitabilidad segura.

El concepto de Habitabilidad Segura surge ante la necesidad de preservar la salud y la vida de las personas en tiempos de pandemia, considerando a la salud como una construcción social que se va desarrollando en la medida en que el sujeto se relaciona con otros y con el medio¹.

Se refiere justamente a los lugares y entornos en donde el sujeto se desarrolla cotidianamente y en el cómo hacer para que esos lugares y entornos sean seguros, pensando en estrategias que le permitan construir salud colectivamente.

A partir de lo planteado surgen las siguientes preguntas guías que guiarán el proceso de la investigación.

Preguntas guías

- ¿Qué emociones generó en los estudiantes asistentes al control sanitario de la FHycS la pandemia del COVID19 en el período en estudio?

- ¿Qué preocupaciones genera en la población de estudio la pandemia del COVID19?

¹ Concepto tomado del curso Promotores de Habitabilidad segura, Segunda corte-Abril 2021.

- ¿Qué reflexiones se generaron en los estudiantes en cuanto a la habitabilidad segura como control preventivo de la pandemia en el espacio de la FHycs?
- ¿Qué estrategias podrían generarse desde la Educación para la Salud que tiendan a manejar las emociones, las preocupaciones y generar reflexiones favorables para la salud, en tiempos de pandemia?

DEFINICIÓN DEL PROBLEMA

- ¿Qué emociones, preocupaciones y reflexiones frente a la pandemia del COVID-19 se presenta en los alumnos asistentes al control de Habitabilidad Segura en la Facultad de Humanidades y Cs. Sociales de la Universidad Nacional de Jujuy en el primer semestre del 2021?

OBJETIVOS

Objetivo general

- Conocer las emociones, preocupaciones y reflexiones frente a la pandemia del COVID-19 que se presenta en los alumnos asistentes al control de Habitabilidad Segura en la Facultad de Humanidades y Cs. Sociales de la Universidad Nacional de Jujuy en el primer semestre del 2021

Objetivos específicos

- Describir las emociones que generó en los estudiantes asistentes al control sanitario de la FHyCs la pandemia del COVID19 en el período en estudio
- Interpretar las preocupaciones que genera en la población de estudio la pandemia del COVID19
- Caracterizar las reflexiones que se generaron en los estudiantes en cuanto a la habitabilidad segura como control preventivo de la pandemia en el espacio de la FHyCs
- Proponer, mediante un proyecto de intervención, estrategias que podrían generarse desde la Educación para la Salud que tiendan a manejar las emociones, las preocupaciones y generar reflexiones favorables para la salud, en tiempos de pandemia

MARCO TEORICO

Las emociones son una parte innegable e integral de nuestro ser que condicionan nuestra salud y desempeñan un papel esencial en nuestro comportamiento, aprendizaje, creatividad e interacción social.

Las aportaciones científicas actuales destacan cómo afectan las emociones a la vida cotidiana, cómo nos encontramos en cada momento, estando presentes en cada actitud y decisión, así como, en cada una de nuestras acciones. Igualmente se están incrementado los estudios sobre la vinculación entre las emociones y la salud como base de toda actividad humana y aquéllos que tratan de explicar cómo interfieren las emociones en los controles del pensamiento y en los procesos implicados en éste².

Denzin³, define la emoción como *'una experiencia corporal viva, veraz, situada y transitoria que impregna el flujo de conciencia de una persona, que es percibida en el interior de y recorriendo el cuerpo, y que, durante el trascurso de su vivencia, sume a la persona y a sus acompañantes en una realidad nueva y transformada, la realidad de un mundo constituido por la experiencia emocional'*.

Brody⁴ ve las emociones como sistemas motivacionales con componentes fisiológicos, conductuales, experienciales y cognitivos, que tienen una valencia positiva o negativa (sentirse bien o mal), que varían en intensidad, y que suelen estar provocadas por situaciones interpersonales o hechos que merecen nuestra atención porque afectan a nuestro bienestar.

Aunque, en la actualidad, el término general más utilizado es el de emoción, es importante distinguir entre diferentes clases de estados afectivos.

Las emociones primarias se consideran respuestas universales, fundamentalmente fisiológicas, evolutivamente relevantes y biológica y neurológicamente innatas. Por el

² Ortega Navas, María del Carmen (2010). La educación emocional y sus implicaciones en la salud. Revista Española de Orientación y Psicopedagogía, 21(2):462-470.

³ Denzin, NK (2009). Sobre la comprensión de las emociones. New Brunswick, NJ: Transaction Publisher.

⁴ Brody, L (1999). Género, emoción y familia. Cambridge, MA: Harvard University Press.

contrario, las secundarias, que pueden resultar de una combinación de las primarias, están muy condicionadas social y culturalmente.

Algunos autores incluyen entre las emociones primarias el miedo, la ira, la depresión o la satisfacción⁵, mientras que otros incluyen la satisfacción-felicidad, la aversión-miedo, la aserción-ira, la decepción-tristeza y el sobresalto-sorpresa Turner⁶. La culpa, la vergüenza, el amor, el resentimiento, la decepción o la nostalgia serían emociones secundarias.

Gordon⁷ distingue entre emociones y sentimientos, que según él serían pautas socialmente construidas de sensaciones, gestos expresivos y significados culturales organizados en torno a la relación con un objeto social. Lawler⁸ distingue entre emociones globales, o respuestas genéricas al resultado de una interacción, involuntarias y no condicionadas por una interpretación o atribución cognitiva, y emociones específicas, que los actores asocian con determinados objetos y definen mediante un esfuerzo interpretativo. Kemper⁹ también distingue entre emociones estructurales, situacionales y anticipatorias.

Jasper¹⁰ establece la siguiente tipología de emociones: impulsos corporales, como el deseo sexual o la necesidad de defecar; emociones reflejas, que son reacciones de corta duración a nuestro entorno inmediato, sea físico o social, como la ira, el miedo o la alegría; humores, o estados afectivos duraderos, poco intensos, que no tienen un objeto específico; y emociones reflexivas, sean 'lealtades afectivas', como el amor, el respeto o la confianza, o sean 'emociones morales', que implican sentimientos de aprobación o desaprobación¹¹.

⁵ Kemper, TD (1987). ¿Cuántas emociones hay? Wedding the social and autonomic components. *American Journal of Sociology* 93: 263–289.

⁶ Turner, JH (1999). Hacia una teoría sociológica general de las emociones. *Journal for the Theory of Social Behavior*, 29 (2): 133–162.

⁷ Gordon, SL (1981). La sociología de los sentimientos y emociones. En: Rosenberg M y Turner RH (eds) *Psicología social: perspectivas sociológicas*. Nueva York: Basic Books, págs. 562–569.

⁸ Lawler, EJ (2001). Una teoría afectiva del intercambio social. *The American Journal of Sociology* 107 (2): 321–352.

⁹ Kemper, TD (1978). *Una teoría social de interacción de Emociones* Nueva York: Wiley.

¹⁰ Jasper, JM (2011). Emociones y movimientos sociales: Veinte años de teoría e investigación. *Revisión anual of Sociology* 37: 285-303.

¹¹ Bericat, Eduardo (2012). *Emociones*. Ediciones Sociopedia.isa. Buenos Aires.

Para entender el concepto de preocupación, que deriva del latín *praeoccupatio*, hay que conocer a qué se refiere el verbo preocupar. Esta acción está vinculada a generar zozobra o nerviosismo, o a ocuparse con antelación de algo.

La preocupación suele asociarse a la angustia y a la inquietud que se produce por algún motivo. Hay preocupaciones de todo tipo: alguien puede sentirse preocupado porque su club de fútbol lleva dos partidos sin triunfos, mientras que otra persona puede estar preocupada al no tener trabajo.

Algunas preocupaciones, por lo tanto, son menores y pronto queda atrás. Otras pueden persistir en el tiempo y derivar en problemas psicológicos como trastornos de ansiedad o incluso depresión.

Se supone que una preocupación tiene su base en algo que puede resolverse o solucionarse. Retomando nuestros ejemplos anteriores, la preocupación del simpatizante de fútbol se irá cuando su equipo gane. El desocupado, por su parte, estará aliviado cuando consiga empleo. Algunas personas, sin embargo, se preocupan por cuestiones sin solución (como sentir una preocupación por no saber qué hay tras la muerte).

Es normal que todas las personas experimenten preocupaciones de distintos tipos. Cuando la preocupación pasa a ser patológica y altera el bienestar y las rutinas del individuo, es necesario pedir asistencia psicológica para que un especialista ayude a lidiar con los problemas.

Toda preocupación surge por alguna razón, por una serie de indicios que llevan a una persona a creer firmemente que algo negativo puede suceder, aunque el grado de seriedad pueda variar considerablemente. Cuando alguien se preocupa antes de advertir alguno de dichos indicios, no necesariamente se trata de una actitud caprichosa y autodestructiva, sino que puede indicar una personalidad muy lógica y previsor¹².

¹² Pérez Porto, Julián y Ana Gardey. (2021). Preocupación. Disponible en: <https://definicion.de/preocupacion>.

Preocuparse es tener la alarma del cuerpo encendida antes de que ocurra el accidente, por las dudas; Y si ese sistema de alarma orgánica, que debería funcionar cuando la situación de peligro es realmente inminente, sigue funcionando, genera sustancias químicas en el cuerpo que son dañinas para la salud.

Vivir preocupado es asumir la vida como algo peligroso, sin ninguna otra alternativa que nos permita relajarnos y disfrutar de las cosas. Algunas preocupaciones, por lo tanto, son menores y pronto se quedan atrás. Otros pueden persistir con el tiempo y provocar problemas psicológicos como trastornos de ansiedad o incluso depresión.

En general acompañan a la ansiedad y aparece, si se trata de un problema de alta complejidad, tal es el caso de la depresión y la angustia. Especialmente en aquellos casos en que la persona no encuentra solución a sus preocupaciones con nada.

Cada persona, de acuerdo con sus convicciones y experiencias, desarrollará sus propias preocupaciones que no resultan ser coincidentes con las de otro, precisamente porque son individuos y piensan de manera diferente. La preocupación es una de las características del día a día de muchas personas, algo que para otros puede parecer una pesadilla imposible de cruzar. No es difícil distinguir los dos lados, y se usan etiquetas como «pesimistas» y «optimistas», respectivamente, aunque el trasfondo de estas formas aparentemente opuestas de enfrentar la vida no es fácil de entender¹³.

Adrián Wells es un notable psicólogo clínico, profesor de Psicopatología en la Universidad de Manchester, en Reino Unido. A mediados de los años noventa, desarrolló la Terapia Metacognitiva, basada en el modelo que lleva el mismo nombre para tratar trastornos de ansiedad y depresión.

Según este modelo, existirían dos tipos de preocupaciones. Las preocupaciones tipo 1, que serían preocupaciones sobre eventos externos e internos no cognitivos (situaciones, acontecimientos, personas, enfermedades, sensaciones corporales,

¹³ Pérez Porto, Julian y Ana Gardey (2021). Op. Cit.

síntomas). Y las preocupaciones tipo 2, o meta preocupaciones, que son las preocupaciones sobre el mismo hecho de preocuparse, es decir, cuando nuestra forma de pensar es la que nos preocupa¹⁴.

Se llama pandemia a la propagación mundial de una nueva enfermedad. Se produce una pandemia de gripe cuando surge un nuevo virus gripal que se propaga por el mundo y la mayoría de las personas no tienen inmunidad contra él. Por lo común, los virus que han causado pandemias con anterioridad han provenido de virus gripales que infectan a los animales.

La definición está relacionada con la expansión del contagio entre las personas a través del mundo, no con la mortalidad que produce¹⁵.

Para que se declare el estado de pandemia se tienen que cumplir dos criterios: que el brote epidémico afecte a más de un continente y que los casos de cada país ya no sean importados sino provocados por transmisión comunitaria.

Pandemia es la propagación a nivel internacional de una nueva enfermedad donde la mayoría aún no tienen inmunidad contra ella. Se caracteriza por causar muchos casos graves que, aunque puedan representar un porcentaje pequeño de la población, indican una vulnerabilidad constante y sin solución¹⁶.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS)¹⁷, para que pueda aparecer una pandemia es necesario:

- Que aparezca un nuevo virus o una nueva mutación de uno ya existente, que no haya circulado anteriormente y que la población no sea inmune a él.

¹⁴ Wells, Adrián (2020). Los tipos de preocupaciones según el modelo.Blog. Disponible en:<https://serenmind.com/las-preocupaciones-tipo1-y-tipo2-el-modelo-metacognitivo-de-wells/>

¹⁵ CAEME (2020). Innovación en Salud. Publicación de "caeme". Disponible en: <https://www.caeme.org.ar/pandemia-epidemia-y-brote-que-son-y-en-que-se-diferencian/>

¹⁶ Significados.com (2021). Pandemia. Disponible: <https://www.significados.com/pandemia>.

¹⁷ Organización Mundial de la Salud (2020). ¿Qué es una Pandemia?. Definición y fases. Disponible en: <https://www.coronapedia.org/base-conocimiento/que-es-una-pandemia-definicion-y-fases>.

- Que el virus tenga la capacidad de transmitirse de persona a persona de forma eficaz, provocando un rápido contagio entre la población.

La OMS establece las siguientes fases de una pandemia en el caso de enfermedades infecciosas que afectan inicialmente a animales:

Fase 1: Los virus de los animales no se contagian a seres humanos.

Fase 2: Se documentan casos en humanos de un virus que afecta a animales. Este hecho convierte al virus en un potencial candidato para una pandemia.

Fase 3: Aparecen pequeños grupos de transmisión entre animales y humanos pero aún no de humano a humano.

Fase 4: Contagios verificados de la enfermedad entre humanos. Empiezan a aparecer brotes a nivel comunitario.

Fase 5: Propagación de la enfermedad de persona a persona en al menos dos países de una misma región.

Fase 6: Se dan brotes de la enfermedad en países de más de una región en el mundo.

El COVID19 se trata de un virus cuyo genoma está formado por una única cadena de ARN con polaridad positiva. Posee una estructura muy sencilla, un núcleo de material genético que le permite multiplicarse, unas proteínas externas que le permiten engancharse a las células del ser vivo que infecta y una envoltura (membrana lipídica) de grasa protectora.

Esta última característica- membrana lipídica- es la que se ve afectada al contacto con el jabón y el agua ya que las moléculas de jabón (durante el lavado de

manos) disuelven la membrana lipídica del virus y afecta su estructura, haciendo que éste pierda la capacidad de adherirse a otras células e infectarlas.

Respecto a su peso/media, este se ubica en los 200 nanómetros, lo que lo vuelve más “pesado”, respecto a otros virus de la misma familia. Esta característica reduce relativamente su propagación aérea al hablar, estornudar o toser.

De acuerdo con los datos disponibles actualmente, en el 80% de los casos identificados se presenta de forma leve o moderada, el 15% precisa ingreso hospitalario y el 5% cuidados intensivos, según patrón observado repetidamente en diversos países.

Los síntomas más frecuentes incluyen fiebre, tos, y sensación de falta de aire, aunque se ha observado que la infección puede cursar con una enorme variedad de síntomas, como anosmia o disgeusia-ageusia, o incluso cursar de forma asintomática. Se estima una letalidad global de un 0,8% del total de infectados.

La gravedad de la enfermedad depende de diferentes factores, entre ellos los relacionados con las características de la persona infectada. Las personas mayores y con patologías crónicas previas, como la enfermedad cardiovascular o hipertensión arterial, enfermedad pulmonar obstructiva crónica o diabetes mellitus, pueden presentar una mayor letalidad.

La principal vía de transmisión entre humanos es por contacto y gotas respiratorias. Según la OMS, una persona puede contraer la COVID-19 si inhala las gotículas procedentes de una persona infectada, por eso la importancia de mantener el distanciamiento físico.

Estas gotículas pueden caer sobre objetos y superficies que rodean a las personas como: mesas, sillas, timbres, barandas, picaportes, etc; de modo tal que pueden infectarse si tocan esos objetos y luego se tocan los ojos, la nariz, o boca. Por ello es importante lavarse frecuentemente las manos con agua y jabón o con un desinfectante a base de alcohol.

De acuerdo a la información científica difundida por la OMS, las personas con COVID19 presentan síntomas similares a una gripe, como fiebre igual o mayor a 37,5°, cansancio (mialgia), tos persistente de causa desconocida, dificultad respiratoria persistente de causa desconocida.

Algunas personas pueden presentar además, dolores musculares, congestión nasal, rinorrea persistente (secreción nasal) , dolor de garganta al tragar (odinofagia), dolor torácico con dificultad respiratoria, diarrea, pérdida del apetito, pérdida del gusto (Ageusia de causa desconocida), pérdida del olfato (Anosmia de causa desconocida), conjuntivitis, erupciones cutáneas o cambio de color en los dedos de las manos y los pies. Los síntomas suelen ser leves y comienzan gradualmente.

Se pueden distinguir:

- Persona Asintomática: No presenta síntomas en ningún momento de la enfermedad.
- Persona Pre-sintomática: Transmisión del virus SARS-CoV2 de una persona infectada a una persona sana, antes de que ésta presentara síntomas.
- Persona Sintomática: Presenta síntomas propios de la enfermedad.
¿Pueden las personas sin síntomas transmitir el virus? Si, las personas infectadas pueden transmitir el virus cuando tienen síntomas y cuando no tienen síntomas.

¿Cuál es la diferencia entre las personas asintomáticas y pre sintomáticas?

Ambos términos se refieren a personas que no tienen síntomas. La diferencia radica en que la persona asintomática no presenta ningún síntoma durante el periodo de infección y la persona pre sintomática son aquellas que AÚN no han desarrollado síntomas pero luego lo desarrollan.

Se considera grupo de riesgo a las personas mayores de 60 años y las personas de todas las edades que presentan enfermedades respiratorias, cardiovasculares y cualquier otra enfermedad crónica que sobrelleve una respuesta baja en su sistema de defensa. Ejemplo: diabetes, hipertensión, tratamientos oncológicos con inmunosupresores, personas trasplantadas, obesidad mórbida, y patologías cerebrovasculares.

Las medidas preventivas destinadas a disminuir su transmisión son:

- Aislamiento preventivo a personas de zonas con circulación del virus; para ello el término que se utiliza es cuarentena (actualmente de 14 días).
- Uso de mascarilla facial para todas las personas (excepto niños menores de 2 años)
- Lavarse las manos con agua y jabón o soluciones a base de alcohol (alcohol en gel). Las manos se deben lavar a menudo, especialmente antes y después de comer, y después de: manipular basura, ir al baño, toser o estornudar, tocar superficies públicas (pasamanos, mostradores, picaportes) y dinero (billetes, monedas, tarjetas).
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Cubrirse con el pliegue del codo cuando se tose o estornuda o hacerlo sobre un pañuelo descartable (desechar el pañuelo en una bolsa de basura cerrada).
- No concurrir a lugares cerrados con aglomeración de personas si están presentes los síntomas, evitar el contacto con infectados, ventilar ambientes cerrados con regularidad.
- En lugares públicos, aparte de ventilar los ambientes, limpiar a menudo las superficies y objetos que se usan frecuentemente con desinfectantes.

- Mantener una distancia entre 2 metros entre personas
- No acudir a eventos masivos como deportivos, recitales, etc.
- No automedicarse.
- Llamar a los números locales en caso de presentar los síntomas (0-800-888-4767 o 0-800-777-7711).
- Mantenerse informado sólo de fuentes confiables ej. Ministerio de Salud de cada país.

Recientemente, 239 científicos de 32 países han resumido la evidencia donde demuestran que las partículas más pequeñas pueden infectar a las personas. Es así que la OMS en su última actualización sobre el coronavirus, publicada el 29 de junio del 2020, expresó que la transmisión del virus en el aire es posible solo después de procedimientos médicos que producen aerosoles o gotas de menos de cinco micras (un micrón es igual a 1 millonésima parte de un metro).

Este cambio de posición de la OMS implica que, a partir de ahora, se deben extremar el uso de las mascarillas, de la distancia social del lavado de manos y la higiene general. Pero, además, insta a prestar una atención adicional a los patrones de circulación del aire en interiores (ventilación).

Si en efecto, el virus viaja en cantidades suficientemente efectivas más allá de los 2 metros de distancia de seguridad, la única respuesta posible pasa por implementar urgentemente dos medidas fáciles.

La primera es una ventilación frecuente de los espacios interiores, para asegurar la renovación del aire (aunque esto suponga una pérdida de climatización de los edificios públicos).

La segunda, un mantenimiento riguroso de los filtros de aire acondicionados. Como así también, reducir al mínimo la capacidad de permanencia de las personas en estos espacios cerrados¹⁸.

El concepto de Habitabilidad Segura nace ante la necesidad de preservar la salud y la vida de las personas en tiempos de pandemia, considerando a la salud como una construcción social que se va desarrollando en la medida en que el sujeto se relaciona con otros y con el medio.

Habitabilidad segura se refiere justamente a los lugares y entornos en donde el sujeto se desarrolla cotidianamente y en el cómo hacer para que esos lugares y entornos sean seguros, pensando en estrategias que le permitan construir salud colectivamente.

Por ello se define HABITABILIDAD SEGURA como *“Condición y propiedad integral de un entorno, capaz de favorecer dinámicas integrales y sustentables orientadas a la preservación de la salud y de la vida. Amparadas en tres componentes de mutua afectación: construcción de la ciudadanía, calidad de vida y promoción de la salud”*.

Desde la mirada de la Educación para la Salud hablar de Habitabilidad Segura se refiere a la creación y construcción de entornos saludables y seguros que permitan a los actores que habitan en ellos, ampliar sus capacidades y desarrollar su autonomía como sujetos de derechos y de responsabilidades, garantizando así la existencia de entornos físicos adecuados y la construcción de ambientes emocionales y sociales positivos, donde la participación individual y social son fundamentales para el desarrollo de dicho proceso.

Este posicionamiento no se limita solo a revisar los factores físicos, sino que amplía su campo de actuación al considerar las dimensiones emocionales y sociales de la salud, como así también reconocer los procesos de construcción colectiva y las complejidades sociales inherentes en cada contexto.

¹⁸ Promotores de Habitabilidad Segura (2021). Habitabilidad segura. Página 16. Segunda corte-Abril 2021. FHyCS. UNJu.

Las claves para una habitabilidad segura son:

- CONSTRUCCIÓN DE LA CIUDADANÍA: Uno de los componentes principales de Habitabilidad Segura, posicionada desde un enfoque de derecho, es la “CONSTRUCCIÓN DE LA CIUDADANÍA” la cual se va construyendo en la medida en que el sujeto pueda actuar con autonomía, tomar decisiones y ejercer su derecho a participar. Cuando va desarrollando estas capacidades puede generar estrategias que permitan mejorar su calidad de vida.

Para que un entorno o lugar sea seguro es necesaria la participación activa de los sujetos que habitan en él, que los mismos estén comprometidos con el cuidado del lugar y su preservación, generando actitudes participativas y de promoción con sus pares. Esto lleva a no solo ser un ciudadano activo y responsable, sino que en la medida en que comparta con otros, promoviendo la participación colectiva, logrará transformaciones individuales y sociales que mejoren la calidad de vida de todos sus miembros.

- CALIDAD DE VIDA: La OMS la define como *"la percepción del individuo de su situación en la vida, dentro del contexto cultural y de valores en que vive, y en relación con sus objetivos, expectativas, valores e intereses"*. La calidad de vida como componente de la habitabilidad segura tiene que ver con cómo percibe el individuo y la sociedad la situación que vive y atraviesa (condicionada por los factores físicos, económicos, sociales y culturales) con los objetivos que pretende cumplir en tiempos de emergencia sanitaria y con la posibilidad de poder adaptarse y cambiar sus ambientes.

La calidad de vida depende de la adecuación del individuo a su entorno, principalmente físicos, pero incluyendo sus recursos sociales, basándose en la posibilidad y el poder de la persona para adaptarse y cambiar sus ambientes. Una de las estrategias es la participación comunitaria y el compromiso social.

Los individuos pueden hacer mucho por su salud, siempre y cuando tengan las oportunidades necesarias para hacerlo, lo cual solo es posible con responsabilidades intersectoriales y participación de la población.

- **PROMOCIÓN DE SALUD:** Para poder construir y promover salud un individuo o grupo debe ser capaz de identificar y realizar sus aspiraciones, de satisfacer sus necesidades y de cambiar o adaptarse al medio. La salud desde este posicionamiento es percibida como una fuente de riqueza de la vida cotidiana, que se construye con la auto-responsabilidad y el auto-cuidado, que desarrolla y ejerce un individuo o grupo en el transcurso de la vida.

Es decir que la promoción de la salud apunta a la transformación de los procesos individuales y colectivos, en la de toma de decisiones, para tratar de que sean favorables a la calidad de la vida y la posibilidad de la salud. Cuando un individuo o grupo ejerce responsabilidad sobre las tomas de decisiones en cuanto a su salud y cuidado, desarrolla capacidades que le permiten promover hábitos de cuidado a sus pares y/o comunidad.

Es importante identificar escenarios donde los grupos de población viven, conviven y/o trabajan porque para trabajar con eficacia, las intervenciones de Promoción de la Salud se deben desarrollar e integrar en los espacios de sociabilidad más habituales y cotidianos.

Los entornos no solo se definen por ser las localizaciones para la Promoción de la Salud, sino también por ser entidades sociales o sistemas que cambian y pueden promover su salud. Al ser un sistema social, el objetivo de la intervención en un escenario no son solo las personas sino también las estructuras y patrones sociales que lo conforman.

El objetivo de habitabilidad segura es:

- Educar en salud a su comunidad desde la promoción de hábitos saludables.

- Fomentar medidas preventivas cotidianas como estrategia para prevenir la COVID-19.

- Proveer información fidedigna proveniente de organismos oficiales para evitar mitos y rumores.

Para ello se debe generar confianza en la comunidad, saber respetar la cultura del otro, sus costumbres y creencias, ser comunicativo brindando un mensaje claro y contextualizado, debe tener conocimiento actualizado sobre la problemática amparándose de fuentes confiables, tener capacidad de escucha, saber observar situaciones o acciones que comprometan la salud individual y colectiva (como el uso incorrecto de barbijo, la falta de higiene y desinfección de lugares y superficies, la falta de ventilación, el no respetar el distanciamiento físico, la divulgación de mitos y rumores, la discriminación y xenofobia).

Esto implica también concebir la intervención desde una perspectiva integral como un modo más humano de atender la problemática, ya que es necesario atender no solo el riesgo desde una lógica meramente prevencionista, sino también fortalecer los soportes internos y externos con que cuentan los sujetos, las familias y las comunidades para construir salud en contextos de pandemia¹⁹.

¹⁹ Concepto extraído del curso Promotores de Habitabilidad Segura-Segunda corte-Abril 2021

ANTECEDENTES

A continuación, se presentan los antecedentes de investigaciones internacionales y nacionales en torno al tema que se viene abordando.

Un primer trabajo, corresponde Johnson y Saletti (2020)²⁰, denominado *“Emociones, preocupaciones y reflexiones frente a la pandemia del COVID-19 en Argentina”* el cual tuvo como objetivo explorar los sentimientos y expectativas que genera el COVID-19 en Argentina durante la primera etapa de la pandemia.

Aplicaron una encuesta de la Organización Mundial de la Salud adaptada al contexto local. Se incluyeron preguntas abiertas para indagar sentimientos de las personas frente al COVID-19, y se realizó un análisis de contenido.

Como resultados se advierte que la población encuestada siente incertidumbre, miedo y angustia, pero también emerge un sentimiento de responsabilidad y cuidado frente al COVID-19. Así mismo se destacan sentimientos positivos para la sociedad como una valoración de la interdependencia social. Los resultados arribados señalan que el impacto en la salud mental es desigual según el género, el nivel educativo alcanzado y el confort percibido en el hogar.

El estudio permite concluir que las dimensiones emocionales y vinculares de las personas resultan aspectos centrales ante la pandemia del COVID-19 en Argentina. Es recomendable que estas dimensiones, así como y su impacto subjetivo y social diferencial entre los diversos grupos poblacionales, sean consideradas en la planificación de políticas para afrontar el COVID-19.

Por su parte De-Abreu y colaboradores²¹ investigaron sobre las preocupaciones asociadas al covid-19. El objetivo de este estudio fue evaluar el nivel de preocupación asociado al COVID-19, así como su relación con factores sociodemográficos, aspectos

²⁰ Johnson, MC.; L Saletti-Cuesta (2020). Emociones, preocupaciones y reflexiones frente a la pandemia. *Ciência & Saúde*, 19(2):30-41.

²¹ De-Abreu, Yolanda; Da-Silva, Luisa-Teresa; Angelucci Bastidas (2020). Preocupaciones asociadas al COVID19. 19(1):20-30. Disponible en: <https://www.srg.com.co/bcsr/index.php/bcsr/article/view/395>.

personales relacionados con la pandemia y con el nivel de depresión/ansiedad de los encuestados.

Se aplicó un cuestionario vía internet compuesto por una escala de preocupaciones construida en el presente estudio, la escala de salud de Golberg y preguntas sobre datos personales y experiencias generales asociadas a la COVID-19. La muestra fue de 2011 participantes de diferentes partes del mundo, el 67,2% eran mujeres y la edad promedio fue de 36,77 años.

Se obtuvo un alto nivel de preocupación, sobre todo, ante el colapso de los servicios de salud y asistencia médica, el contagio o muerte de los familiares, amigos o conocidos, la tenencia de recursos económicos para afrontar la pandemia y el colapso de los servicios públicos. Los resultados permiten evidenciar que la pandemia produce temores e inquietudes, existiendo grupos más vulnerables a la misma, lo que permite plantear abordajes psicosociales dirigidos a dichos grupos.

El contexto y vulnerabilidad en la crisis del covid-19 fue investigado por Núñez Udave y colaboradores²². Ellos describen una tríada emocional iniciática: el miedo, la ansiedad y la angustia. Pero también distingue una serie de factores, en dos etapas, que potencian estas emociones de comienzo.

En la primera, la incertidumbre, la cuarentena y la sobre información; mientras que, en la segunda, la complejidad se incrementa con las dificultades económicas, creando un clima de fastidio y malhumor, la escolaridad online que llevó a una convulsión en los hogares y las nuevas tecnologías de aprendizaje y, por último, el “Home Office”, que también implicó pelear por lugares de intimidad dentro de la casa.

Todo este análisis progresivo, muestra un contexto que vulnerabiliza familias, parejas e individuos y lleva a encontrar recursos personales y poner en juego la

²² Núñez Udave, Laura Fabiola; Laura Karina Castro Saucedo, Esmeralda Jaqueline Tapia García, Fernando Bruno, César Arnulfo de León Alvarado (2021). Contexto y vulnerabilidad en la crisis del covid-19: emociones y situaciones del durante e interrogantes acerca del después. Disponible: http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2077-21612021000100004&script=sci_arttext.

resiliencia. El artículo se cierra con interrogantes pos cuarentena que invitan a reflexionar sobre este período crítico.

El trabajo denominado percepción social del covid-19 desde el malestar emocional y las competencias socioemocionales en mexicanos, desarrollado por Irantzu Recalde Esnoz y colaboradores tiene como objetivo el establecer la relación entre la percepción social del Covid-19 desde el malestar emocional, la preocupación y pensamiento catastrófico, las compras innecesarias, las creencias de sanación y las competencias socioemocionales de mexicanos mayores de 18 años, de cuatro regiones geográficas de México.

Se utilizó una metodología cuantitativa con 2324 encuestas a mexicanos en fase 2 de la pandemia por el Covid-19. Los resultados muestran alta preocupación y pensamiento catastrófico ($M = 34.58$), entendido como una respuesta cognitiva-emocional negativa de exagerar el valor de la amenaza. Se encontró alto malestar emocional ($M = 18.95$) como experiencia emocional desagradable y multifactorial. En el modelo de regresión lineal general, la preocupación y pensamiento catastrófico ($B = 0.642$) están relacionados con el malestar emocional. Las competencias socioemocionales ($B = -0.152$) resultan un factor protector como herramientas que permiten regular los estados emocionales, pero con una intensidad menor²³.

En otra investigación Johnson y colaboradores²⁴, efectuaron una investigación sobre la gestión del duelo y su influencia en la educación universitaria durante la pandemia del COVID19. Parten de la idea de que la pandemia ocasionada por el coronavirus ha provocado una crisis sin precedentes en todos los ámbitos nacionales.

El sistema educativo se ha visto envuelto en un cambio nunca antes visto que ha obligado a una transformación digital acelerada, suponiendo una modificación en el modelo de enseñanza-aprendizaje al que estábamos acostumbrados. Sin embargo, en

²³ Recalde Esnoz, Irantzu; Daniel Ferrández Vega, Rafael Marcos Sánchez (2021). Percepción social del covid-19 desde el malestar emocional y las competencias socioemocionales en mexicanos. *Acta Universitaria* 5(1):1-16.

²⁴ Johnson, María Cecilia; Lorena Saletti-Cuesta, Natalia Tumas (2020). La gestión del duelo y su influencia en la educación universitaria durante la pandemia del COVID 19. *Ciênc. Saúde. Coletiva*, 25(1).

paralelo a esta transformación una gran parte del estudiantado se ha visto afectada por la enfermedad provocada por el SARS-CoV-2 e incluso han sufrido el fallecimiento de algún familiar o persona cercana.

Este trabajo pretende realizar un acercamiento a la situación real que están viviendo los estudiantes de la Escuela Técnica Superior de Edificación durante la crisis sanitaria. Para ello, con ayuda de la técnica de la encuesta online, se ha consultado al alumnado acerca de su estado emocional actual y sus emociones ante el gran número de fallecimientos que cada día se retrasmiten en los medios de comunicación.

Los resultados muestran como un elevado número de participantes, el 25.5%, ha sufrido el fallecimiento de algún familiar o allegado durante este tiempo de pandemia. Esto hace reflexionar sobre cómo está sobrellevando el sistema educativo universitario estas difíciles situaciones, si realmente se conocen y si se deberían poner más medios para mejorar el bienestar emocional del estudiantado.

METODOLOGIA DE LA INVESTIGACION

La presente investigación se encuadra dentro de una propuesta interpretativa. En este sentido Vasilachis²⁵ define a este paradigma como *“los marcos teórico-metodológicos utilizados por el investigador para interpretar los fenómenos sociales en el contexto de una determinada sociedad”*.

Señala que existen tres paradigmas que permiten el acercamiento a la realidad y son el materialista histórico y el positivista y el tercero el interpretativo, que está en vías de consolidación, que emerge a partir del reconocimiento de la importancia de los aspectos simbólicos y significativos de la vida social y del lenguaje en la producción y reproducción del mundo.

De acuerdo con Kuhn, un paradigma es un sistema de creencias, principios, valores y premisas que determinan la visión que una determinada comunidad científica tiene de la realidad, el tipo de preguntas y problemas que es legítimo estudiar, así como los métodos y técnicas válidos para la búsqueda de respuestas y soluciones. En consecuencia, el enfoque o paradigma en que se inscribe un estudio, sustenta el método, propósito y objetivos de la investigación²⁶.

El paradigma desde el que se trabajó es el Interpretativo, ya que el objetivo de la investigación fué conocer las emociones, preocupaciones y reflexiones frente a la pandemia del COVID-19 presentadas en los alumnos asistentes al control de Habitabilidad Segura en la Facultad de Humanidades y Cs y la intención final de las investigaciones fundadas en éste paradigma, consiste en comprender la conducta de las personas estudiadas, lo cual se logra cuando se interpretan los significados que ellas le dan a su propia conducta y a la conducta de los otros como también a los objetos que se encuentran en sus ámbitos de convivencia. Es decir, que en este caso fué el ideal para lograr el objetivo propuesto.

²⁵ Vasilachis de Gialdino, Irene (1997). El pensamiento de Habermas a la luz de una metodología propuesta de acceso a la teoría. Revista Estudios Sociológicos, XV (43): 80.

²⁶ González, Fredy (2005). ¿Qué Es Un Paradigma?. Análisis Teórico, Conceptual Y Psicolingüístico del Término. Investigación y Postgrado, 20(1).

El abordaje metodológico desde el que se trabajó, fue el inductivo de carácter cualitativo. Para Hernández Sampieri y colaboradores²⁷, el método inductivo se aplica en los principios descubiertos a casos particulares, a partir de un enlace de juicios.

En esta investigación, el método inductivo permitió que los conceptos y comprensiones se desarrollen a partir de los datos obtenidos de las entrevistas, siguiendo un diseño de investigación flexible, dando inicio a ello a través de interrogantes.

Taylor y Bogdan (1987), citados por Blasco y Pérez²⁸ (2007:25-27) refieren a la metodología cualitativa como un modo de encarar el mundo empírico, señalan que en su más amplio sentido es la investigación que produce datos descriptivos: las palabras de las personas, habladas o escritas y la conducta observable.

Su aplicación sigue lineamientos orientadores, pero no reglas. Los métodos sirven al investigador; nunca es el investigador esclavo de un procedimiento o técnica.

Desde éste posicionamiento, es posible comprender a las personas dentro del marco de referencia de ellas mismas. Desde un punto de vista fenomenológico, es esencial experimentar la realidad tal como otros la perciben, para poder obtener una comprensión detallada de las perspectivas de otras personas.

Éste método, por sus características permitió llegar a conocer en lo personal y experimental la emociones, preocupaciones y reflexiones de los estudiantes de la FHycS, en el contexto de la pandemia COVID19, por medio de entrevistas que fueron aplicadas con el objetivo de recoger discursos completos de los sujetos para proceder luego a su interpretación.

²⁷ Hernández Sampieri, R, Fernández Collado, M. y Lucio Baptista, P. (2010). Metodología de la Investigación. México D.F. Ediciones McGraw-Hill.

²⁸ Ruiz Medina, Manuel Ildelfonso (2012). Políticas públicas en salud y su impacto en el seguro popular en Culiacán, Sinaloa, México. Disponible en: https://www.eumed.net/tesis-doctorales/2012/mirm/enfoque_cualitativo.html

La investigación se basó además en un diseño de investigación descriptivo. De acuerdo a Tamayo²⁹, el tipo de investigación descriptiva, comprende la descripción, registro, análisis e interpretación de la naturaleza actual y la composición o procesos de los fenómenos, el enfoque se hace sobre conclusiones dominantes o sobre como una persona, grupo, cosa funciona en el presente, la investigación descriptiva trabaja sobre realidades de hecho, caracterizándose fundamentalmente por presentarnos una interpretación correcta.

En este sentido refiere Bernal (citado por Tamayo), en la investigación descriptiva, se muestran, narran, reseñan o identifican hechos, situaciones, rasgos, características de un objeto de estudio, o se diseñan productos, modelos prototipos, guías, etc, pero no se dan explicaciones o razones del porqué de las situaciones, hechos, fenómenos, etc, la investigación descriptiva se guía por las preguntas de investigación que se formula el investigador, se soporta en técnicas como la encuesta, entrevista, observación y revisión documental.

El diseño fué transversal, ya que se recolectaron datos en un solo momento, en un tiempo único. Su propósito es describir y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado. Es como tomar una fotografía de algo que sucede³⁰.

Son estudios que recolectan datos en un solo momento y sus propósitos pueden variar entre las siguientes opciones:

- Analizar cuál es el nivel o modalidad de una o diversas variables en un momento dado;
- Evaluar una situación, comunidad, evento, fenómeno o contexto en un punto del tiempo y/o;
- Determinar o ubicar cuál es la relación entre un conjunto de variables en un momento³¹.

²⁹ Tamayo y Tamayo, Mario (2002). El proceso de la investigación científica. México D.F. Editorial Limusa.

³⁰ Concepto extraído de: <https://es.slideshare.net/pepemario/sampieri-metodologiainvcap7disenosnoexperimentales>

Es decir que dicha investigación, se realizó en un momento único, ya determinado, en éste caso conocer las emociones, preocupaciones y reflexiones frente a la pandemia COVID19, de los estudiantes asistentes al control sanitario de la FHycS, durante el primer cuatrimestre del año 2021.

El universo es el conjunto de individuos u objetos de los que se desea conocer algo en una investigación. Refiere a la totalidad de individuos o elementos en los cuales puede presentarse determinada característica susceptible de ser estudiada.

El universo o población puede estar constituida por personas, animales, registros médicos, los nacimientos, las muestras de laboratorio, los accidentes viales, entre otros. El universo es el grupo de elementos al que se generalizaran los hallazgos. Por esto es importante identificar correctamente la población desde el inicio del estudio³².

Es decir que el universo en ésta investigación, fueron los alumnos asistentes al control de Habitabilidad Segura en la FHycS de la Universidad Nacional de Jujuy en el primer semestre del año 2021.

Con respecto a la muestra, se puede decir que es un subconjunto o parte del universo o población en que se llevará a cabo la investigación con el fin posterior de generalizar los hallazgos al todo³³.

La misma aplicada a la presente investigación, consistió en una muestra de 6 (seis) estudiantes asistentes al control de Habitabilidad Segura en la FHycS de la UNJu en el primer semestre del año 2021, los cuales se seleccionaron en forma intencional y de acuerdo a los siguientes criterios de inclusión: a) según el género, tres hombres y tres mujeres, b) de acuerdo a la edad estos géneros se dividieron entre dos informantes comprendidos entre 18 a 28 años, dos comprendidos entre 30 a 40 años y dos comprendidos entre 45 a 55 años y c) de acuerdo a la trayectoria académica y considerando los puntos a y b, se tuvieron en cuenta: dos estudiantes ingresantes, dos

³¹ Hernández Sampieri, R, Fernández Collado, M. y Lucio Baptista, P. (2010). Op. Cit.

³² Pineda, Elida Beatriz; Eva Luz de Alvarado, Franciaca H de Canales (1994). Metodología de la investigación. Organización Panamericana de la Salud. Washington.

³³ Pineda, Elida Beatriz; Eva Luz de Alvarado, Franciaca H de Canales (1994). Op. Cit.

estudiantes cursando 2do o 3er año de alguna carrera de la institución y dos estudiantes cursando 4to o 5to año de alguna carrera de la FHyCS.

Para la recolección de datos se utilizó una entrevista, la cual es una conversación, es el arte de realizar preguntas y escuchar respuestas. Como técnica de recogida de datos, está fuertemente influenciada por las características personales del entrevistador.

El tipo de entrevistas aplicadas fueron las no estructuradas o abiertas, Taylor y Bogdan³⁴ entienden éste tipo de entrevista en profundidad como reiterados encuentros cara a cara entre el entrevistador y los informantes, dirigidos hacia la comprensión de las perspectivas que tienen los informantes respecto de sus vidas, experiencias o situaciones, tal y como las expresan con sus propias palabras.

En este tipo de entrevistas el investigador es el instrumento de la investigación y no el protocolo o formulario de la entrevista. Su rol implica no sólo obtener respuestas, sino también aprender qué preguntas hacer y cómo hacerlas. Requiere de muchos encuentros con los informantes, el avance es muy lento, trata de aprender lo que es importante para los informantes antes de enfocar los intereses de la investigación.

Trabajando de ésta manera, es posible guiar la conversación, concediendo espacio al entrevistado para poder expresar sus ideas y puntos de vista y lograr la comprensión de las perspectivas que se tiene respecto a sus experiencias o situaciones, tal como las expresan en sus palabras. La guía de preguntas que se realizaron giraron en torno a estos temas: a) ¿Qué emociones generó en usted la pandemia COVID19, en el periodo actual de estudio?, b) ¿Qué preocupación o preocupaciones generó en usted la pandemia del COVID 19?, c) ¿Qué reflexiones generó en usted en cuanto a la habitabilidad segura como control preventivo de la pandemia en el espacio de la FHyCS?, d) ¿Qué actividad o pasatiempo realiza para manejar sus emociones y preocupaciones que genera la pandemia de COVID19, durante el cursado del primer cuatrimestre del año lectivo 2021, en la FHyCS? y e) ¿Qué actividades o pasa tiempos le gustaría realizar para manejar las emociones y

³⁴ Taylor, S. J. y Bogdan, R. (1987). Introducción a los métodos cualitativos de investigación (Vol. 1). Barcelona: Paidós.

preocupaciones que genera la pandemia de COVID19, durante el cursado del primer cuatrimestre del año lectivo 2021, en la FHyCS?.

RESULTADOS Y ANÁLISIS CRÍTICO

CATEGORÍAS

1) Emociones

- Miedo
- Alivio

2) Preocupaciones

- Desconocimiento
- Enfermar

3) Reflexiones

- Responsabilidad
- Protección

4) Estrategias

- Actividad Física

Categoría de Análisis 1:

Las **emociones** son una parte innegable e integral de nuestro ser que condicionan nuestra salud y desempeñan un papel esencial en nuestro comportamiento, aprendizaje, creatividad e interacción social. Las aportaciones científicas actuales destacan cómo afectan las emociones a la vida cotidiana, cómo nos encontramos en cada momento, estando presentes en cada actitud y decisión, así como, en cada una de nuestras acciones. Igualmente se están incrementado los estudios sobre la vinculación entre las emociones y la salud como base de toda actividad humana y aquéllos que tratan de explicar cómo interfieren las emociones en los controles del pensamiento y en los procesos implicados en éste.³⁵

Para ésta categoría de análisis, se exhibe el término de **miedo**, el cual definido por la Asociación Americana de Psicología (APA)³⁶, es una emoción basada en una intensa sensación desagradable provocada por la percepción de un peligro, real o supuesto, presente, futuro o pasado. Es una emoción primaria que deriva de la aversión natural al riesgo o la amenaza, que incluye al ser humano.

Dentro de ésta categoría se presentan subcategorías de análisis **miedo**, los entrevistados expresan lo siguiente:

- *“Primero me asusté y me encerré como todos”*
- *“Miedo, tener de cerca lo que veía en la tele”*
- *“Miedo, cuando se enfermó mi familia”*.

Tomando los aportes de la APA en cuanto al miedo, los entrevistados refieren la percepción de un peligro real que nos atraviesa actualmente, surge por la aparición del COVID19, su rápida propagación, la información transmitida por los medios de

³⁵ Ortega Navas, María del Carmen (2010). La educación emocional y sus implicaciones en la salud. Revista Española de Orientación y Psicopedagogía, 21(2):462-470.Op.Cit

³⁶ Barbabosa, Rafael; Esmeralda Gómez (2021). Psicología del miedo, España. Publicado en Boletín de la Universidad de Granada. Universidad de Granada. Disponible en: <https://www.researchgate.net/publication/350485321>

comunicación mostrando día a día como aumenta la cantidad de muertos y cómo éstos son tirados en las calles.

Si bien es inevitable que ante una situación de pandemia emerja en las personas el miedo como defensa y tomen la medida de encerrarse en sus casas, por ejemplo, como manifiesta una de las personas entrevistadas, anulando con esa decisión la posibilidad de buscar soluciones o alternativas que ayuden a mejorar esa situación, como adoptar conductas preventivas, nutrirse más de noticias que enseñen a la población a cómo cuidarnos del virus, como prevenirlo y no limitarnos a ver y escuchar la forma en que enfermó y murió alguna persona, de ésta manera la prevención sería una manera de elegir sentirse mejor, usada como una herramienta de gran valor para afrontar la situación implementando el autocuidado.

Una segunda Subcategoría señalada es el **Alivio**, es una emoción positiva que se siente cuando algo desagradable o doloroso se termina o no llega a suceder.

El alivio a menudo se acompaña de un suspiro, el cual marca la transición emocional. En todo el mundo la gente reconoce los suspiros de alivio y lo consideran una emoción fundamental.

En un estudio de 2017 publicado en *Psychology*, se sugiere que el alivio puede ser una emoción que puede reforzar ansiedad a través de la evitación, o ser un mecanismo adaptativo para el estrés y la frustración³⁷.

Dentro de ésta categoría se presentan subcategorías de análisis, los entrevistados expresan lo siguiente:

- *“Me siento más cómoda porque tengo más tiempo, no tengo que gastar tanto en pasaje”.*

³⁷ Vervliet, B.; Lange, I.; Milad, M. (2017). Temporal dynamics of relief in avoidance conditioning and fear extinction: Experimental validation and clinical relevance. *Behaviour Research and Therapy* 96: 66-78.

- *“No trabajaba así que fue como unas vacaciones de todo, porque no se rendía ni había clases, entonces estaba como que en paz de todo”.*
- *“Lo vi como una posibilidad de estar en mi casa y poder ajustarme a mis tiempos”.*

De acuerdo al sustento teórico de la emoción alivio, se puede decir que los entrevistados que manifiestan ésta emoción positiva han sido capaces de adaptarse activamente a la situación derivada de la pandemia del COVID19, es decir que en vez de quedarse estancados en las consecuencias negativas, optaron por ver el lado positivo, asimismo la visión, percepción y sentimiento de estar en paz, tener más tiempo para otras actividades o simplemente encontrar un tiempo para desconectarse de todo y lograr esa calma que muchas veces es necesaria para evitar el estrés y a su vez la sensación de sacarse de encima el peso de tener que viajar todos los días, dejar por un momento la familia, los hijos, sentir escases y falta de tiempo para realizar otras actividades o simplemente para descansar, es beneficioso para la salud.

Categoría de Análisis 2:

Dentro del análisis, es importante principalmente definir **preocupaciones**, para entender el concepto de preocupación, que deriva del latín praeoccupatio, hay que conocer a qué se refiere el verbo preocupar. Esta acción está vinculada a generar zozobra o nerviosismo, o a ocuparse con antelación de algo.

La preocupación suele asociarse a la angustia y a la inquietud que se produce por algún motivo. Hay preocupaciones de todo tipo: alguien puede sentirse preocupado porque su club de fútbol lleva dos partidos sin triunfos, mientras que otra persona puede estar preocupada al no tener trabajo.

Algunas preocupaciones, por lo tanto, son menores y pronto queda atrás. Otras pueden persistir en el tiempo y derivar en problemas psicológicos como trastornos de ansiedad o incluso depresión³⁸.

Para ésta categoría de análisis sobre las preocupaciones, en primer orden se destaca como subcategoría, **enfermar**³⁹, que significa contraer una enfermedad, causar enfermedad.

Se refiere a motivar, causar y originar alguna enfermedad o padecimiento, contraer, contagiar o infectar de un padecimiento o enfermedad.⁴⁰

Dentro de la subcategoría enfermar, los entrevistados manifiestan lo siguiente:

- *“Yo creo que en todas las personas la preocupación principal es la enfermarse”.*
- *“Volver a mi casa y que allá vivimos todos juntos, siempre tuve miedo a contagiarnos”.*
- *“Me preocupa la salud de las personas que me rodean, mis amigos, mi viejita”.*
- *“Era entendible, no queríamos contagiarnos tampoco, así que bueno.”.*
- *“Miedo de quizás contraer el virus, no saber que uno lo tiene y contagiar a los que uno mas quiere no”.*

Teniendo en cuenta las respuestas de los informantes, se puede deducir que lo que les genera mayor preocupación es contraer la enfermedad y contagiar o transmitir el virus a las personas con las que conviven o tienen mayor contacto en su vida diaria, debido también a la rápida manera en la que el virus se esparce.

³⁸ Pérez Porto, Julián y Ana Gardey. (2021). Preocupación. Disponible en:<https://definicion.de/preocupacion.Op.Cit>

³⁹ Diccionario Enciclopédico Vox 1. (2009). Larousse Editorial, S.L.

⁴⁰ Definiciona.com (2016). Bogotá: E-Cultura Group. Recuperado de <https://definiciona.com/enfermar/>

Otro aspecto que a mi entender les genera angustia e inquietud, es la manera en que el virus va a manifestarse en sus contactos más próximos como ser su familia, amigos y personas queridas, ya que los entrevistados comentaron sobre edades y patologías prevalentes en sus familiares.

La segunda subcategoría tiene que ver con el **desconocimiento**⁴¹, lo que significa acción y efecto de desconocer.

La palabra desconocer presenta dos usos bastante frecuentes en el lenguaje corriente, por un lado, implica la ignorancia que se tiene respecto de algo, de alguien, una verdad, un hecho, una situación, entre otras opciones.

Cabe destacar, que el mencionado desconocimiento puede deberse a la falta de interés que presenta una persona a la hora de reunir mayores conocimientos respecto de algo, en tanto, en este caso el desconocimiento en cuestión debe ser cuestionable; o en su defecto, puede deberse a la inaccesibilidad del conocimiento en cuestión, lo cual no conlleva de ningún modo una responsabilidad de la persona por desconocer, sino que en realidad desconoce porque no puede acceder a tal o cual conocimiento⁴².

En ésta subcategoría de análisis **desconocimiento**, se manifiestan lo siguiente:

- *“Primero por la enfermedad que nadie la conoce, yo no la conocía de un principio nadie”.*

Partiendo desde las definiciones propuestas, se puede deducir que desde la llegada del COVID19 y al periodo actual de estudio en el que nos encontramos, genera ésta preocupación por ser algo nuevo, tanto para los estudiantes como para el país, desde un principio no se sabía a qué nos estábamos enfrentando, es decir que nos inundaba el desconocimiento y no por la falta de querer aprender y conocer, sino porque no había accesibilidad al conocimiento de éste nuevo virus, es decir que no existía un libro que prepare a las personas para la llegada de la pandemia, las

⁴¹ Real Academia Española, (2014), España. Recuperado de <https://dle.rae.es/desconocimiento>

⁴² Florencia Ucha, (2012).Desconocer. Recuperado de : <https://www.definicionabc.com/general/desconocer.php>

implementaciones para su prevención eran inciertas y de la misma manera las vacunas comenzaron a ser experimentadas con el fin de llegar a la certeza esperada.

Categoría de Análisis 3:

En primer lugar es importante definir **reflexión**⁴³, cabe señalar que el origen etimológico de este término deriva del latín *reflectere* que significa reflejar. También, puede ser definida como un acto de conciencia que posibilita el conocimiento sobre los propios actos y pensamientos.

La **reflexión** puede concebirse como un tipo de pensamiento humano referido al “examen activo, persistente y cuidadoso de toda creencia o supuesta forma de conocimiento a la luz de los fundamentos que la sostienen y las conclusiones a las que se tienden”⁴⁴.

Para ésta categoría de análisis **reflexiones** que poseen los estudiantes de la FHycs, se presenta en primer lugar como subcategoría de análisis la **protección**⁴⁵, del latín *protectio*, es la acción y efecto de proteger (resguardar, defender o amparar a algo o alguien). La protección es un cuidado preventivo ante un eventual riesgo o problema. A partir de ésta categoría de análisis reflexiones que poseen los estudiantes con respecto al equipo de Habitabilidad Segura como control preventivo de la pandemia en el espacio de la FHycs, presenta como primer subcategoría de análisis **protección**, los estudiantes opinan así:

- *“Nos ayuda a todos, porque si no sería todo cualquier cosa y en cualquier lugar sería menos seguro de lo que es ahora.”*
- *“Te hace sentir cómoda, cuidada, ahora venir y entrar, se siente alivio por el cuidado que se tiene”*.

⁴³ Ferrater, J. (1979). Diccionario de filosofía, 1. Madrid: Alianza.

⁴⁴ Dewey, J. (1989). *Cómo pensamos*. Nueva exposición de la relación entre pensamiento reflexivo y proceso educativo. Barcelona: Paidós. Pag 25.

⁴⁵ Pérez Porto Julián y Merino María (2010). Actualizado: 2021. Definición de protección.

- *“Está bueno, porque cuidan a las personas que entran y que trabajan adentro.”*
- *“Te garantiza que en ese lugar vas a estar seguro, que hay personas que se encargan de eso precisamente”.*

Las respuestas de los entrevistados coinciden con el objetivo de la incorporación del equipo de Habitabilidad Segura en la FHyCS, ya que los mismos declaran sentirse cuidados desde el momento en que ingresan a la institución, manifestar alivio por el cuidado que se tiene es una buena manera de expresar protección ante la pandemia de COVID19.

Una segunda subcategoría de análisis es la **responsabilidad**⁴⁶, La palabra responsabilidad (del latín respondere: responder) alude a la obligación de responder por los propios actos. Es la conciencia acerca de las consecuencias que tiene todo lo que hacemos o dejamos de hacer sobre nosotros mismos o sobre los demás.

En ésta segunda subcategoría: **responsabilidad**, se manifiesta lo siguiente:

- *“Me parece genial digamos de que nos controlen porque muchas veces todos usamos a veces mal el barbijo, nos sacamos, nos tocamos los ojos, también no mantenemos ni tomamos la distancia que debemos tener”.*

Lo manifestado coincide tanto con la teoría de responsabilidad, como con la de reflexión, ya que es evidente la toma de decisiones al momento de elegir llevar bien puesto un barbijo, higienizar las manos, tomar la distancia entre las personas, no contactar las manos con los ojos por ejemplo, como es expresado en la respuesta, esto demuestra que es posible reflexionar responsablemente antes de tomar una decisión que puede ser beneficiosa o puede afectar individual y colectivamente a las personas.

Categoría de Análisis 4:

⁴⁶ Romero Sánchez, Eduardo y Pérez Morales (2012), Aproximación al concepto de responsabilidad en lévinas: implicaciones educativas. Bordón.

Mintzberg⁴⁷ se concentra en varias y distintas definiciones de estrategia, como plan, patrón, posición y perspectiva. Con ello introduce la idea de que las estrategias pueden desarrollarse sin que alguien conscientemente, se lo proponga o lo proponga, es decir sin que sean formuladas. Sostiene que múltiples personas, de manera implícita, utilizan el término de esta manera, aunque no lo definan así.

Dentro de la categoría de análisis **estrategias**, se estipula como subcategoría la **Actividad Física**, Sánchez Bañuelos⁴⁸ considera que la actividad física puede ser contemplada como el movimiento corporal de cualquier tipo producido por la contracción muscular y que conduce a un incremento sustancial del gasto energético de la persona.

La OMS considera la Actividad Física como todos los movimientos que forman parte de la vida diaria, incluyendo el trabajo, la recreación, el ejercicio y las actividades deportivas⁴⁹

En la subcategoría **actividad física**, los estudiantes expresaron lo siguiente:

- *“Actividad física, salir a correr, que yo si lo hago a veces, esas cosas me ayudaron y me siguen ayudando para que no me estrese todo esto”.*
- *“El futbol con amigos elijo para despejar los pensamientos.”*
- *“Ir al gimnasio, ahí no pienso en nada”.*
- *“Yo hago de todo, juego a la pelota, voy al gimnasio, a la tarde los sábados voy a la cancha a ver jugara a las chicas, salgo a pasear”.*
- *“Caminamos, salimos a las ferias y paseamos.”*

⁴⁷ Mintzberg, A. (1998). Safari a la estrategia. Buenos Aires: Gránica

⁴⁸ Sánchez Bañuelos, F. (1996). La Actividad Física orientada hacia la salud. Biblioteca Nueva: Madrid.

⁴⁹ O.M.S. (1986). Carta de Ottawa. Ottawa: Organización Mundial de la Salud.

- *“Cosas que tengan que ver con el deporte, actividades también con el tema del baile”.*

Relacionándolo con la teoría, los estudiantes expresan que tomaron como estrategia o manera de abordar la situación el realizar actividades que los mantienen en movimiento, contaron que son actividades que les despeja la mente, en donde ponen la mente en blanco y no piensan nada, es decir optaron por adoptar el movimiento corporal como una manera de entretenimiento y distracción que encontraron en actividades diarias como salir a caminar, pasear, ir al gimnasio, jugar al fútbol y bailar.

CONCLUSIONES

Las emociones, preocupaciones y reflexiones, de los estudiantes frente a la pandemia del COVID19 que se presentan en los estudiantes asistentes al control de Habitabilidad Segura en la Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Jujuy en el primer semestre del año 2021, a través de una investigación cualitativa realizada en institución, de acuerdo a la metodología implementada entrevistas, se pudo constatar que la mayoría de los estudiantes generó diferentes emociones, preocupaciones y reflexiones en cuanto a la aparición de la pandemia así como también optaron por aplicar estrategias que ayuden a alivianar las consecuencias emotivas que producían en ellos.

Teniendo en cuenta sus afirmaciones manifiestan haber sentido emociones como el miedo primeramente, ya que la situación de pandemia por covid19 fue nueva nacional y mundialmente, también comentaron que les asustaba contraer la enfermedad por miedo a contagiar a sus seres queridos, por otra parte la llegada de la pandemia generó en los estudiantes sensación de paz y alivio por el cierre de las actividades académicas, en sus respuestas cuentan que en el tiempo de aislamiento social dedicaron tiempo a realizar postres, cocinar, mirar televisión, series y actualmente en el periodo del primer cuatrimestre al tener clases con modalidad virtual, ven beneficioso el no tener que viajar de una localidad a otra para asistir a la institución y poder ocupar ese tiempo en otras actividades.

Coincidiendo tanto la idea de miedo con la definición tomada que hace referencia a una emoción basada en una intensa sensación desagradable provocada por la percepción de un peligro, en éste caso siendo real, tanto en el tiempo presente como futuro.

De la misma manera pasa con la noción de alivio que se tiene, entendiéndolo como una sensación placentera, agradable y armoniosa.

Otras de las afirmaciones que se pone en manifiesto con respecto a los estudiantes es la preocupación, por un lado, por enfermarse y llegar a enfermar a sus seres más cercanos como ser familiares, amigos, etc., cabe aclarar que la

preocupación suele asociarse a la angustia y a la inquietud que se produce por algún motivo y con respecto a enfermarse significa contraer una enfermedad, los alumnos manifiestan que es una de las principales preocupaciones que tienen debido a la rápida manera en la que se producen los contagios y se esparce el virus lo cual en muchos casos tuvo como fin la muerte de algún familiar, conocido o ser querido.

Otro de los aspectos que genera preocupación es el desconocimiento acerca del virus, es decir la ignorancia que se tiene con respecto a éste, al ser una enfermedad nueva y que sigue en investigación, produce muchos interrogantes en las personas. Uno de los estudiantes señaló que no imaginaba que el virus llegara tan rápido a la provincia, que se lo veía lejos y por ese motivo nadie estaba preparado para que nos toque de cerca.

Con respecto a las reflexiones sobre la habitabilidad segura como control preventivo de la pandemia en el espacio de la Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales, los estudiantes expresan que genera toma de responsabilidad, lo cual coincide con su definición al tomarse como un acto de conciencia que posibilita el conocimiento sobre los propios actos y pensamientos, en éste caso responsabilidad tanto individual como colectiva, al tener en cuenta las recomendaciones que se hacen en dicho control sanitario como el correcto uso del barbijo, evitar tocarse los ojos, tomar el distanciamiento preventivo, entre otras recomendaciones que se hacen para la permanencia segura dentro de la institución, de la misma manera crea en ellos una sensación de protección al ingresar a la facultad, sabiendo que hay personas capacitadas que se encargan del cuidado de su salud.

Con respecto a ello los alumnos comparan el ingreso a la facultad con el ingreso a otras instituciones, haciendo diferencia entre ambas en el control que inspira protección al interrogar sobre el entorno y controles que se realizan, lo cual los hace sentir cuidados, cómodos y aliviados, expresando que es la mejor manera que tuvo la facultad para afrontar la pandemia, garantizando a los estudiantes que durante la permanencia en ese espacio estarán seguros.

En cuanto a las estrategias implementadas por los estudiantes para sobrellevar el manejo de las emociones y preocupaciones causadas por la pandemia 2019 durante

el cursado del primer cuatrimestre, es decir aquellos planes desarrollados sin que alguien conscientemente se lo proponga o lo proponga, incluyeron la realización de actividad física como salir a correr, tomándolo para evitar el estrés que genera la situación, jugar al fútbol para despejar los pensamientos, implementación de juegos de mesa, ir al gimnasio donde expresan que no se piensa en nada, salir a pasear, mantenerse ocupados, distraídos para no preocuparse mucho y llegar a enfermar, todas las actividades nombradas por los alumnos, apuntan a ayudar al manejo de emociones y preocupaciones, manteniendo la calma y evitar pensar constantemente en la pandemia y sus consecuencias.

Coincidiendo la idea de actividad física con el concepto propuesto por la OMS, el cual la refiere como todos los movimientos que forman parte de la vida diaria, incluyendo el trabajo, la recreación, el ejercicio y las actividades deportivas.

Teniendo en cuenta lo antedicho se debe trabajar, capacitar, informar y formarse constantemente para la prevención del COVID19 y promoción de salud en tiempos de pandemia, para con los estudiantes de la FHyCs.

Capacitaciones que combatan el miedo y desconocimiento, fortaleciendo principalmente la responsabilidad individual, ya que es de donde parte la colectiva y se comienza a comprender que estamos juntos en esto.

Es de gran importancia rescatar y mantener las reflexiones de protección y responsabilidad que tienen los alumnos, esto evita miedos e inseguridades, así como también fomentar e impulsar la estrategia de optar por la actividad física como medida para manejar las diferentes preocupaciones y emociones que surgen en consecuencia a la pandemia y de la vida cotidiana.

BIBLIOGRAFÍA

- Barbabosa, Rafael; Esmeralda Gómez (2021). Psicología del miedo, España. Publicado en Boletín de la Universidad de Granada. Universidad de Granada. Disponible en: <https://www.researchgate.net/publication/350485321>.
- Bericat, Eduardo (2012). Emociones. Ediciones Sociopedia.isa. Buenos Aires.
- Brody, L (1999). Género, emoción y familia. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Caeme (2020). Innovación en Salud. Publicación de “caeme”. Disponible en: <https://www.caeme.org.ar/pandemia-epidemia-y-brote-que-son-y-en-que-se-diferencian/>.
- De-Abreu, Yolanda; Da-Silva, Luisa-Teresa; Angelucci Bastidas (2020). Preocupaciones asociadas al COVID19. 19(1):20-30. Disponible en: <https://www.srg.com.co/bcsr/index.php/bcsr/article/view/395>.
- Definicion.com (2016). Bogotá: E-Cultura Group. Recuperado de <https://definiciona.com/enfermar/>
- Denzin, NK (2009). Sobre la comprensión de las emociones. New Brunswick, NJ: Transaction Publisher.
- Dewey, J. (1989). Cómo pensamos. Nueva exposición de la relación entre pensamiento reflexivo y proceso educativo. Barcelona: Paidós. Pag 25.
- Diccionario Enciclopédico Vox 1. (2009) Larousse Editorial, S.L.
- Ferrater, J. (1979). Diccionario de filosofía, 1. Madrid: Alianza.

- González, Fredy (2005). ¿Qué Es Un Paradigma?. Análisis Teórico, Conceptual Y Psicolingüístico del Término. Investigación y Postgrado, 20(1).
- Gordon, SL (1981). La sociología de los sentimientos y emociones. En: Rosenberg M y Turner RH (eds) Psicología social: perspectivas sociológicas. Nueva York: Basic Books, págs. 562–569.
- Hernández Sampieri, R, Fernández Collado, M. y Lucio Baptista, P. (2010). Metodología de la Investigación. México D.F. Ediciones McGraw-Hill.
- Jasper, JM (2011). Emociones y movimientos sociales: Veinte años de teoría e investigación. Revisión anual of Sociology 37: 285-303.
- Johnson, María Cecilia; Saletti-Cuesta Lorena, Tumas Natalia (2020). La gestión del duelo y su influencia en la educación universitaria durante la pandemia del COVID 19. Ciênc. Saúde. Coletiva, 25(1):.
- Johnson, MC.; Saletti-Cuesta L. (2020). Emociones, preocupaciones y reflexiones frente a la pandemia. Ciência & Saúde, 19(2):30-41.
- Kemper, TD (1978). Una teoría social de interacción de Emociones Nueva York: Wiley.
- Kemper, TD (1987). ¿Cuántas emociones hay? Wedding the social and autonomic components. American Journal of Sociology 93: 263–289.
- Lawler, EJ (2001). Una teoría afectiva del intercambio social. The American Journal of Sociology 107 (2): 321–352.
- Mintzberg, A. (1998). Safari a la estrategia. Buenos Aires: Gránica.
- Núñez Udave Laura Fabiola; Castro Saucedo Laura Karina, Tapia García Esmeralda Jaqueline, Bruno Fernando, Arnulfo de León Alvarado Cesar (2021).

Contexto y vulnerabilidad en la crisis del covid-19: emociones y situaciones del durante e interrogantes acerca del después. Disponible: http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2077-21612021000100004&script=sci_arttext.

- O.M.S. (1986). Carta de Ottawa. Ottawa: Organización Mundial de la Salud.
- Organización Mundial de la Salud (2020). ¿Qué es una Pandemia?. Definición y fases. Disponible en: <https://www.coronapedia.org/base-conocimiento/que-es-una-pandemia-definicion-y-fases>.
- Ortega Navas, María del Carmen (2010). La educación emocional y sus implicaciones en la salud. Revista Española de Orientación y Psicopedagogía, 21(2):462-470.
- Pérez Porto, Julián y Ana Gardey. (2021). Preocupación. Disponible en: <https://definicion.de/preocupacion>.
- Pérez Porto Julián y Merino María (2010). Actualizado: 2021. Definición de protección.
- Pineda Elida Beatriz; Eva Luz de Alvarado, Franciaca H de Canales (1994). Metodología de la investigación. Organización Panamericana de la Salud. Washington.
- Promotores de Habitabilidad Segura (2021). Habitabilidad segura. Página 16. Segunda corte-Abril 2021. FHyCS. UNJu.
- Real Academia Española, (2014), España. Recuperado de <https://dle.rae.es/desconocimiento>

- Recalde Esnoz, Irantzu; Ferrández Vega Daniel, Sánchez Rafael Marcos (2021). Percepción social del covid-19 desde el malestar emocional y las competencias socioemocionales en mexicanos. *Acta Universitaria* 5(1):1-16.
- Romero Sánchez Eduardo y Pérez Morales (2012), Aproximación al concepto de responsabilidad en lévinas: implicaciones educativas. *Bordón*.
- Ruiz Medina, Ildefonso Manuel (2012). Políticas públicas en salud y su impacto en el seguro popular en Culiacán, Sinaloa, México. Disponible en: https://www.eumed.net/tesis-doctorales/2012/mirm/enfoque_cualitativo.html.
- Sánchez Bañuelos, F. (1996). *La Actividad Física orientada hacia la salud*. Biblioteca Nueva: Madrid.
- Significados.com (2021). *Pandemia*. Disponible: <https://www.significados.com/pandemia>.
- Tamayo y Tamayo, Mario (2002). *El proceso de la investigación científica*. México D.F. Editorial Limusa.
- Taylor, S. J. y Bogdan, R. (1987). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación* (Vol. 1). Barcelona: Paidós.
- Turner, JH (1999). *Hacia una teoría sociológica general de las emociones*. *Journal for the Theory of Social Behavior*, 29 (2): 133–162.
- Ucha Florencia, (2012). *Desconocer*. Recuperado de: <https://www.definicionabc.com/general/desconocer.php>
- Vasilachis de Gialdino, Irene (1997). El pensamiento de Habermas a la luz de una metodología propuesta de acceso a la teoría. *Revista Estudios Sociológicos*, XV (43): 80.

- Vervliet, B.; Lange, I.; Milad, M. (2017). Temporal dynamics of relief in avoidance conditioning and fear extinction: Experimental validation and clinical relevance. *Behaviour Research and Therapy* 96: 66-78.
- Wells, Adrián (2020). Los tipos de preocupaciones según el modelo. Blog. Disponible en: <https://serenmind.com/las-preocupaciones-tipo1-y-tipo2-el-modelo-metacognitivo-de-wells/>

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

UNIVERSIDAD NACIONAL DE JUJUY
FACULTAD DE HUMANIDADES Y
CIENCIAS SOCIALES

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN PARA LA SALUD

PROYECTO FINAL

ESTAMOS
JUNTOS EN
ÉSTO

FÁTIMA MELISA COLQUI

- 2021 -

*“A veces sentimos que lo que hacemos
es tan solo una gota en el mar,
pero el mar sería menos si le faltara una gota”*

PROYECTO DE INTERVENCIÓN

Título del proyecto: Estamos juntos en esto.

- **Localización:** Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales, Jujuy
- Argentina.

- **Población objetivo:** Estudiantes Universitarios.

- **Beneficiarios directos:** sesenta estudiantes que asisten a dicha institución.

- **Beneficiarios indirectos:** Facultad, Comunidad y Sistema de Salud Pública

- **Herramientas utilizadas para diagnosticar:** Trabajo de campo

- **Duración:** un semestre (seis meses)

- **Responsable:** Fátima Melisa Colqui

Introducción

La presente intervención surge a partir del trabajo de investigación realizado en la Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales (FHyCs) , ubicada en la provincia de Jujuy, ciudad de San Salvador de Jujuy, en relación a la problemática de las emociones, preocupaciones y reflexiones frente a la pandemia del COVID-19 en alumnos asistentes al control de Habitabilidad Segura, en dicha facultad en el primer semestre del año 2021, se usará como antecedente, teniendo en cuenta las conclusiones suscitadas.

La Educación para la Salud busca la participación del individuo con el fin lograr un ser reflexivo, capaz de adquirir conocimientos, actitudes y hábitos para la promoción y cuidado de la salud, tanto individual como colectiva, con el objetivo de promover en ellos formas de vida saludables para la prevención del COVID19, reducción de conductas y de situaciones de riesgo, y el conocimiento general de la enfermedad y de los cuidados correspondientes para su prevención dentro de la FHyCs, buscando calidad de vida en su estadía dentro de la institución.

Tomando como partida, que los estudiantes son personas que generan respuestas como consecuencias a la pandemia, es importante la necesidad de intervenir para lograr el manejo de las emociones, preocupaciones y generar reflexiones favorables para la salud, en tiempos de pandemia. Entendiendo a la persona como un sujeto de dimensiones física, social, mental y emotiva.

Desde la Educación para la Salud se promueve la capacitación y reflexión, con el fin de lograr adquisición de conocimientos y habilidades que permitan tomar decisiones respecto al cuidado de su propia salud, teniendo en cuenta que para conseguir un buen estado de salud hay que apelar a la responsabilidad de cada persona, pasa de ésta manera construir la colectiva.

Se busca cuidar y mantener la salud, para ello es necesario primero que nada nutrirnos de conocimiento acertado sobre las maneras existentes para prevenir dicha enfermedad y así combatir el miedo a lo desconocido y nuevo, lo cual permite también fomentar estrategias para el manejo de las emociones y preocupaciones generando

responsabilidad en las acciones, fomentando las reflexiones y que éstas sean favorables para el cuidado de la salud.

Fundamentación

El trabajo de intervención denominado “Estamos juntos en esto”, refiere a la manera en que la responsabilidad individual de las personas para con su salud, específicamente en tiempos de pandemia, es capaz de multiplicarse colectivamente, a través del conocimiento, responsabilidad, incorporación de hábitos saludables y fomento de los mismos.

De la misma manera, la frase tomada “*A veces sentimos que lo que hacemos es tan solo una gota en el mar, pero el mar sería menos si le faltara esa gota*”⁵⁰, frase de la Madre Teresa de Calcuta, que invita a hacer aun cuando se crea que lo que se hace es poco, rescata la importancia de sumar la gota, pensando en que se perderá en el mar.

Ésta frase incorporada al título, inspira a reflexionar sobre la importancia que tienen las acciones y medidas que decidimos implementar para cuidar nuestra salud día a día en la actual pandemia y durante toda nuestra vida, haciendo comprender que la responsabilidad de cuidarnos de éste virus comienza por uno mismo y del mismo modo se transforma en una responsabilidad colectiva.

El objetivo es desarrollar conocimientos de los estudiantes en relación a la prevención del COVID19 y promocionando actitudes y hábitos saludables personales que promuevan la salud, buscado el desarrollo de una capacidad crítica y reflexiva para tomar decisiones, es decir que sean capaces de cuidar su propia salud y la de los demás, manejando emociones como el miedo y preocupaciones como la de enfermarse, generados en los destinatarios durante el cursado del primer cuatrimestre del año 2021.

⁵⁰ Berguer Gabriel, Yoffre y Prinis (15 de junio del 2002, p.). Cada gota de agua cuenta en el océano. Diario digital *La Nación*. Disponible en: <https://www.lanacion.com.ar/sociedad/cada-gota-de-agua-cuenta-en-el-oceano-nid405539/>

Es necesaria la intervención desde la educación para la salud ante problemáticas de salud y de sus determinantes emocionales, de preocupación y de reflexión, donde el educador sanitario deberá asesorar a grupos, en éste caso a estudiantes de la FHyCs en cuanto al cuidado de la salud proporcionando conocimientos y habilidades para su promoción y protección, así mismo capacitar a los individuos con el fin de generar en ellos seguridad para afrontar la pandemia.

Es de gran importancia y necesaria la intervención desde la Educación para la Salud y sus determinante emotivos, donde el educador sanitario deberá desempeñar su función promoviendo hábitos, brindando conocimiento para prevenir enfermedades e incentivar el desarrollo de aquellos hábitos que conduzcan al bienestar físico, social y emocional de los estudiantes “*promoviendo acciones tendientes a preservar la salud de la población*”⁵¹, el profesional empleará sus herramientas para combatir emociones como el miedo, preocupaciones como contraer la enfermedad COVID19 y potenciar las reflexiones acerca de los cuidados que se brindan en la FHyCs para la preservación de la salud de los alumnos.

Trabajar sobre las consecuencias emocionales que surgen de la actual pandemia, es de gran importancia ya que la salud de las personas no depende solo de los aspectos físicos, social y mental, sino también el aspecto emocional juega un papel muy importante en la vida de las personas.

- El bienestar físico se da cuando el cuerpo funciona eficientemente y hay una capacidad física apropiada para responder ante diversos desafíos de la actividad vital de cada uno.
- El bienestar mental se manifiesta a través de ciertas habilidades: a) Aprender y tener capacidad intelectual. b) Procesar información y actuar conforme a ella. c) Discernir sobre valores y creencias. d) Tomar decisiones bien pensadas y ponerlas en práctica. e) Comprender nuevas ideas.

⁵¹ Facultad de Humanidades y Cs. Sociales (2014). Educador Para la Salud: perfil e incumbencias. Disponible en: http://www.fhycs.unju.edu.ar/oferta/licenciatura_educacion_salud.htm

- El Bienestar emocional consiste en la habilidad de manejar las emociones; esto no significa reprimirlas sino en sentirse cómodo al manifestarlas y hacerlo de forma apropiada. Una realidad es que las personas con capacidad para resolver los conflictos y las tensiones, y además flexibles, disfrutan más de la vida.
- El bienestar social, en resumen, se refiere a la afección en las relaciones que una persona mantiene con cada aspecto de su vida.⁵²

Objetivo General

Desarrollar una intervención rompiendo las barreras que surgen como resultado de la pandemia denominada COVID19, en los estudiantes asistentes a la Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales con el fin de profundizar el conocimiento en salud, mediante abordajes teóricos y prácticas empíricas en un determinado periodo de tiempo, para derribar así los miedos que surgen de la situación y lograr el manejo de las emociones y preocupaciones.

Objetivos Específicos

- Brindar las herramientas necesarias para la adquisición de conocimientos en cuanto a la promoción de la salud y prevención de las enfermedades en tiempos de pandemia.
- Generar compromiso e interés por el conocimiento en salud.
- Potenciar las reflexiones sobre la responsabilidad de la salud individual y colectiva.
- Estimular el manejo de las emociones y preocupaciones causadas por la pandemia COVID19.

⁵² Glatzer E, Zapf W. (1984). Calidad de vida en la República Federal. Darmstadt: Sociedad del Libro Científico. Alemania

Diseño Metodológico

Se trabajará con la modalidad de la realización de talleres semi presenciales, teniendo y respetando el protocolo establecido en la institución, priorizando la participación activa de los estudiantes, permitiendo que logren poner en acción lo aprendido y se apropien de las herramientas brindadas en cada encuentro para mejorar la responsabilidad⁵³, lo cual alude a la obligación de responder por los propios actos, es la conciencia acerca de las consecuencias que tiene todo lo que hacemos o dejamos de hacer sobre nosotros mismos o sobre los demás. Es decir que, responsable es aquel que reflexiona seriamente antes de tomar cualquier decisión que puede afectar a su propia vida o a la de otros.

Siendo en éste caso con respecto a su salud tanto personal como la de los demás estudiantes de la FHyCs, es decir que no sólo se abordará la responsabilidad individual, sino también se habla de la responsabilidad colectiva⁵⁴, Hannah Arendt la refiere como *cuestiones que nos conciernen y comprometen a todos*.

El proyecto está planteado con una duración de seis meses, en encuentros semi presenciales, es decir presenciales y virtuales, con la oportunidad de modificación de acuerdo a la necesidad y requerimiento de los destinatarios.

El seguimiento del proyecto se irá realizando conforme a los encuentros realizados, así como la evaluación será procesual, en todo momento, mediante la programación de los mismos.

Áreas de trabajo para la propuesta de los encuentros:

- Desarrollo de talleres semipresenciales en los cuales se fomentará la participación de todos los actores involucrados.

⁵³ Sánchez Eduardo R, Morales P. Carolina (2012). Aproximación al concepto de responsabilidad en lévinas: implicaciones educativas. España

⁵⁴ Arendt, H. (1968). Responsabilidad colectiva. En Responsabilidad y juicio. Miguel Candel (trad.). Barcelona: Paidós. P.

- Intercambio de experiencias vividas en tiempos de pandemia, entre los estudiantes.
- Capacitación para la formación de promotores de la salud.
- Finalmente se realizarán juegos virtuales incluyendo en éstos videos cortos de bailes y realizando la actividad física que más les guste.

Temas que se trabajarán

Encuentro 1:

Conociendo para comprender

Estrategia: Conocer sobre la temática a trabajar, exponer sus dudas y reflexionar sobre ellas.

Lluvia de ideas para conocer los interrogantes existentes.

Encuentro 2:

Capacitación y formación:

Estrategia: Conocer e implementar las medidas de prevención.

Con elementos de prevención, demostrar el correcto uso de los mismos

Encuentro 3:

Entretenimiento

Estrategia: Juegos virtuales

(sopa de letras, tutifruti, ta-te-ti)

Encuentro 4:

Fomento de la realización de Actividad Física

Estrategia: realización de videos cortos realizando alguna actividad que los mantenga en movimiento y disfruten realizar (caminata, baile, saltos, futbol, vóley, etc)

Destinatarios y localización:

Los destinatarios son los estudiantes de la Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales, de la provincia de Jujuy.

Cierre del Proyecto

Para cerrar el proyecto se realizará en la institución una exposición: “La unión hace la fuerza”, donde los estudiantes se instalarán en los distintos pisos de la facultad con el fin de poner en práctica y demostrar la apropiación de los conocimientos brindados durante todo el taller, cada stand contará con dos juegos de recreación.

Finalizando se realizará un análisis general y una conclusión final acerca del manejo de las emociones, preocupaciones y se tendrán en cuenta las reflexiones de los estudiantes.

Evaluación:

La evaluación será procesual, es decir se evaluará durante el desarrollo de cada encuentro, se tendrá en cuenta la participación, retroalimentación y reflexión.

El objetivo de dicha evaluación es conocer acerca de los resultados y el impacto del mismo sobre los destinatarios, rescatando los aspectos buenos o malos con respecto a los procesos y resultados obtenidos.

Se llevará a cabo durante el proceso de enseñanza y aprendizaje, es importante entender la evaluación como un proceso que siempre sirve para sistematizar y mejorar la práctica como profesional de la salud y no entenderla como un algo malo.

CRONOGRAMA

INSTANCIAS	MESES						
	1	2	3	4	5	6	7
Reconocimiento							
Presentación							
Ejecución							
Intervención							
Cierre del Proyecto							
Evaluación							

Recursos

- Humanos: Educadores para la salud y docentes de la institución que quieren involucrarse a generar cambios para mejorar la calidad de vida.
- Materiales: Espacio físico del aula Magna de la institución, respaldo bibliográfico con el que se cuenta, didáctico y técnico.

BIBLIOGRAFÍA

- Arendt, H. (1968). Responsabilidad colectiva. En Responsabilidad y juicio. Miguel Candel (trad.). Barcelona: Paidós. P
- Berguer Gabriel, Yoffre y Prinis (15 de junio del 2002, p.). Cada gota de agua cuenta en el océano. Diario digital La Nación.
<https://www.lanacion.com.ar/sociedad/cada-gota-de-agua-cuenta-en-el-oceano-nid405539/>
- Facultad de Humanidades y Cs. Sociales (2014). Educador Para la Salud: perfil e incumbencias. Disponible en:
http://www.fhycs.unju.edu.ar/oferta/licenciatura_educacion_salud.htm
- Glatzer E, Zapf W. (1984). Calidad de vida en la República Federal. Darmstadt: Sociedad del Libro Científico. Alemania
- Sánchez Eduardo R, Morales P. Carolina (2012). Aproximación al concepto de responsabilidad en lévinas: implicaciones educativas. España

ANEXOS

ENTREVISTA 1:

ESTUDIANTE INGRESANTE

SEXO: FEMENINO.

EDAD: 19 años.

a) ENTREVISTADORA: ***¿Qué emociones generó en vos la pandemia COVID19 en el periodo actual de estudio?***

- ENTREVISTADO 1: emm... Al principio generó en mi , emm... primero me asusté y me encerré como todos y después enojo, porque a la hora de inscribirme yo dejé mis papeles y después resultó como que yo no aparecía inscripta, entonces eso [emm] digamos, como medio enojé porque cuando yo digamos me preocupé de juntar los papeles, de acercarlos y después que me digan los profesores mismos que no aparecía en las listas, entonces generó en mi mucha bronca más que nada.

b) ENTREVISTADORA: ***¿Qué preocupación o preocupaciones generó en vos la pandemia del COVID19?***

- ENTREVISTADO1: ¿Osea en mí? ¿Nada q ver con la facultad y eso?

- ENTREVISTADORA: ***Si***

- ENTREVISTADO1: emm... primero por la enfermedad que nadie la conoce, yo no la conocía de un principio nadie y miedo porque la veo a digamos tan lejos o sea no me imagine que iba a llegar aquí y menos tan rápido y creo que no estábamos preparados, nadie estaba preparado para esto, yo ni mi familia ni nadie y la sociedad creo que nadie nadie estaba preparado para esta pandemia y para esta enfermedad tan fea y tan grave

- ENTREVISTADORA: ***¿Y qué fue lo que más te preocupó en esto, relacionado con la pandemia, cual fue o fueron tus mayores preocupaciones con la llegada de la pandemia?***

- ENTREVISTADO1: Que llegue a agarrarle a mi familia o a las personas que yo quiero, más cercanas y que la enfermedad se pueda [como se dice] empeorar, se pueda digamos morir la persona, una persona que yo quiera, eso.

c) ENTREVISTADORA: ***¿Qué reflexiones generó usted en cuanto a la habitabilidad segura como control preventivo en el espacio de la Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales (FHyCs)?***

- ENTREVISTADO1: emm... eh... eh...

- ENTREVISTADORA: ***¿Generaste alguna reflexión en cuanto al control que pasaste recién, algo que te haya quedado? Al control preventivo que se hace en la facultad, cuando ingresas.***

- ENTREVISTADO1: Si, el uso del barbijo, que nos mantengamos distanciados, bien puesto el barbijo, ¿a eso te referís?

- ENTREVISTADORA: ***si, a todo eso.***

- ENTREVISTADO1: ¿Emm, si, y que pregunta era con eso?

- ENTREVISTADORA: ***¿Generaste alguna reflexión en cuanto a las medidas de prevención a tener en cuenta y en sí al control que se realiza en la puerta de ingreso?***

- ENTREVISTADO 1: Si, obvio, porque nosotros al principio cuando entramos me parece genial digamos de que nos controlen porque muchas veces todos usamos a veces mal el barbijo, nos sacamos, nos tocamos los ojos, también no mantenemos ni tomamos la distancia que debemos tener, entonces si, me parece bien digamos, para mí y para todos digamos los que formamos la facultad.

d) – ENTREVISTADORA: ***¿Qué actividad o pasa tiempos realizas para manejar tus emociones y preocupaciones relacionadas éstas últimas, con la pandemia 2019, durante el cursado del primer cuatrimestre?***

- ENTREVISTADO1: ¿Cómo?

- ENTREVISTADORA: ***¿Qué actividades o pasa tiempos realizas o haces vos, para poder manejar estas emociones que vos comentaba y las preocupaciones también que comentaste?***

- ENTREVISTADO1: Estudio nada más, estudio y no, no hago más nada, solo estudio.
- e) -ENTREVISTADORA: ***¿Qué actividad o pasatiempos te gustaría realizar para poder manejar estas emociones y preocupaciones que genera en vos la pandemia de COVID19, durante el primer cuatrimestre en la FHyCs?***
 - ENTREVISTADO1: emm, osea cualquier tipo de actividad que yo haría?
 - ENTREVISTADORA: ***Si, para poder manejar las emociones y preocupaciones que comentaste al principio que te genera el cursado del primer cuatrimestre de la facultad***
 - ENTREVISTADO1: emm, actividad física, salir a correr, que yo si lo hago a veces, esas cosas me ayudaron y me siguen ayudando para que no me estrese todo esto, también me gusta mucho bailar, pero a veces uno por miedo no quiere ir a esos lugares donde te enseñan o por miedo más que nada, pero eso sería.
- ENTREVISTADORA: ***Bien, esa sería la entrevista, Muchas Gracias.***
- ENTREVISTADO1: Bueno, de nada.

ENTREVISTA 2

ESTUDIANTE INGRESANTE

SEXO: MASCULINO

EDAD: 20 AÑOS

a) - ENTREVISTADORA: *¿Qué emociones generó o despertó en usted la pandemia del COVID19, en el periodo actual de estudio en el que nos encontramos, es decir el primer cuatrimestre?*

- ENTREVISTADO2: Miedo, tener de cerca lo que veía en la tele no se, el estudio se me complicó un poco porque solo tengo internet en la casa de mi abuela

b) ENTREVISTADORA: *¿Qué preocupación o preocupaciones te generó la pandemia?*

- ENTREVISTADO2: yo creo que en todas las personas la preocupación principal es la enfermarse, porque bueno, eeehhh yo creo que a todos nos pasó que, a algún familiar o algún amigo, algún conocido ehhh por esta enfermedad le toco partir y tuvo que morir, más que nada eso.

c) ENTREVISTADORA: *¿Qué reflexiones generaste vos, en cuanto a la habitabilidad segura como control preventivo de la pandemia en el espacio de la FHyCs?*

- ENTREVISTADO2: Me parece que eso que se está haciendo en la entrada está muy bien, que, de algún modo nos ayuda a todos, porque si no sería todo cualquier cosa y en cualquier lugar sería menos seguro de lo que es ahora.
- ENTREVISTADORA: ***¿Y te hace pensar en cuánto a algún hábito que se haya implementado más desde la pandemia?***
- ENTREVISTADO2: Y... si, ahora llevo siempre el alcohol a todas partes, lavarme las manos, más que nada eso.

d) ENTREVISTADORA: ¿Qué actividad o pasatiempo realizas para manejar tus emociones y preocupaciones generadas por la pandemia, durante el primer cuatrimestre de estudio?

- ENTREVISTADO2: eeehhh... trato de salir lo menos posible, pero de vez en cuando me junto con mis amigos a jugar al futbol, a compartir algo, siempre con responsabilidad.

e) ENTREVISTADORA: ¿Qué actividades o pasa tiempos te gustaría realizar para manejar las emociones y preocupaciones que te genera la pandemia del COVID19 durante el primer cuatrimestre de cursado de la FHyCs?

- ENTREVISTADO2: Y lo ideal para mí, sería ir a una fiesta, pero no se puede, así que me quedo con el futbol.
- ENTREVISTADORA: **¿Y en cuanto a las emociones y preocupaciones, que comentabas, que actividad o pasa tiempos te gustaría realizar para manejarlas?**
- ENTREVISTADO2: si, el futbol con amigos elijo para despejar los pensamientos.
- ENTREVISTADORA: **Muchas Gracias.**
- ENTREVISTADO2: Estaban buenas las preguntas.

ENTREVISTA 3

ESTUDIANTE INTERMEDIO:

SEXO: FEMENINO

EDAD: 28 AÑOS

a) – ENTREVISTADORA: *¿Qué emociones generó en usted la pandemia del COVID19?*

-ENTREVISTADO3: Bueno, a mí, me generó un poco de alivio porque yo tengo que viajar para venir y en éste tiempo tengo más lugar para hacer otras actividades y arreglar mis horarios virtuales, me sieto más cómoda porque tengo más tiempo, no tengo que gastar tanto en pasaje de Perico a San Salvador.

b) -ENTREVISTADORA: *¿Qué preocupación o preocupaciones generó en vos la pandemia del COVID19?*

- ENTREVISTADO3: emm... miedo por lo que eeehhh, mi familia y por mis hermanos que iban a trabajar, volver a mi casa y que ayá vivimos todos juntos, siempre tuve miedo a contagiarnos, que si, después nos contagiamos todos también y con la facultad tener que aprender más sobre la virtualidad, adecuarme a las clases por zoom o por meet y estar pendiente de que si alguna materia comenzaba o si no comenzaba y no, no estábamos tan comunicados con la facultad como cuando se venía todos los días.

c) – ENTREVISTADORA: *¿Qué reflexiones generó en cuanto a la habitabilidad segura del control preventivo, en el espacio de la FHyCs?*

- ENTREVISTADO3: esteee... a veeer, me parece muy correcto, se puede recurrir a otros lugares, otras instituciones y no se tiene el mismo cuidado que se tiene en la facultad, porque aquí te preguntan por el entorno y controles, cosa que en otras instituciones no encuentras y te hace sentir cómoda, cuidada, ahora venir y entrar, se siente alivio por el cuidado que se tiene

d) - ENTREVISTADORA: *¿Qué actividad o pasa tiempo realizas para manejar tus emociones y preocupaciones, que son generadas por la pandemia del COVID19, durante el cursado del primer cuatrimestre?*

- ENTREVISTADO3: ¿me repetís la primera parte por favor, que decía?

-ENTREVISTADORA: **¿Qué pasa tiempos o actividad realizas para manejar las emociones y preocupaciones que te generó la pandemia?**

-ENTREVISTADO3: YYY..., para mí, ahora es sentarme, ver tele, compartir un almuerzo, una cena juntos los fines de semana, ir al gimnasio, ahí no pienso en nada, al principio de la pandemia compartíamos juegos, para distraernos, juegos de mesa, las cartas y así.

e) ENTREVISTADORA: **¿Qué actividades, pasatiempos te gustaría realizar para manejar y controlar las emociones y preocupaciones con respecto a la pandemia, durante el primer cuatrimestre?**

-ENTREVISTADO3: Me gustaría salir un poco más, estar un poco más al aire libre, con la precaución, pero no se podía y por otra parte me hubiese gustado que cuando comenzó la pandemia hubiéramos tenido alguna clase o tutorial de la faculta para poder manejar las aplicaciones para tener clases, como el classroom que te daban las actividades, el aula virtual q ni yo que estoy en tercer año no sabía usar.

-ENTREVISTADORA: **Muchas Gracias por tu tiempo.**

-ENTREVISTADO3: No, de nada.

ENTREVISTA 4

ESTUDIANTE INTERMEDIO

SEXO: MASCULINO

EDAD: 25 AÑOS

- a) ENTREVISTADORA: ***¿Qué emociones generó en usted la pandemia COVID19, en el periodo actual de estudio, es decir el cuatrimestre en el que nos encontramos?***

-ENTREVISTADO4: En mí, la pandemia me generó primero primero alegría, porque veía que se suspendían las clases, se podía estar en la casa encerrado, me acuerdo que me puse a cocinar, hacer postres, no trabajaba así que fue como unas vacaciones de todo, porque no se rendía ni había clases, entonces estaba como que en paz de todo, no tenía más nada que acostarme y mirar tele, series también vi jajajajaja, estaba buena esa idea de quedarnos así jajajaja

-ENTREVISTADORA: ***¿Y que emociones tenés ahora, es decir en éste primer cuatrimestre? Que haya despertado en vos la pandemia.***

-ENTREVISTADO4: Y actualmente impotencia, enojo, necesito que me suban unas notas y ésta es la segunda vez que vengo a la facultad y nada que me ponen la nota, eso sería.

- b) -ENTREVISTADORA: ***¿Qué preocupación o preocupaciones generó en vos la pandemia?***

- ENTREVISTADO4: Yyyy... preocupación, al principio ninguna como te dije, ahora los tramites que se complican hacer, como todo es por correo, las consultas, pedir certificado, constancia, todo.
- ENTREVISTADORA: ***¿te generó alguna preocupación fuera de lo que fue al comienzo de la pandemia y fuera del ámbito de la facultad?, es decir en general en tu vida.***
- ENTREVISTADO4: ¡Ah!!! ¡Si!!! Me preocupa la salud de las personas que me rodean, mis amigos, mi viejita, ella es diabética y ella, ella es la que más me

preocupa en todo, que se enferme, tiene 76 años, ese es mi mayor miedo y mi preocupación.

c) - ENTREVISTADORA: ***¿Qué reflexión generó en vos, el control que realizan las personas de habitabilidad segura al ingresar a la facultad?***

- ENTREVISTADO4: ¿Cómo que reflexión?

-ENTREVISTADORA: ***¿Qué pensás acerca del control Sanitario que se te realizó, que pensás de todo el momento ese que uno pasa al ingresar a la facultad?***

- ENTREVISTADOR4: No me gustó al principio que uno no pueda entrar como siempre a la facu, yo hace 4 años que tengo la facu como mi casa, vivía más aquí que en mi casa jajajaja, ¡enserio! Y después con lo de cuidarnos está bueno, porque cuidan a las personas que entran y que trabajan adentro.

d) - ENTREVISTADORA: ***¿Qué actividad o pasa tiempos realizas para manejar tus emociones y preocupaciones, las que me comentaste que surgieron con la pandemia del COVID19?***

- ENTREVISTADOR4: ¡Hu! Yo hago de todo, juego a la pelota, voy al gimnasio, a la tarde los sábados voy a la cancha a ver jugara a las chicas, salgo a pasear, como que me mantengo ocupado y distraído porque si no uno por preocuparse mucho se enferma, así que salgo noma.

e) ENTREVISTADORA: ***¿Qué actividades o pasa tiempos te gustaría hacer para poder manejar las emociones y preocupaciones que generó en vos la pandemia, durante el primer cuatrimestre den la FHyCs?***

- ENTREVISTADOR4: Y nose, yo hago de todo ya jajaja, con lo de la facu me gustaría que se hagan las peñas que se hacían, que se vuelva a abrir para todos

- ENTREVISTADORA: ***¿Alguna actividad o pasatiempos?***

- ENTREVISTADOR4: eeehh.... Torneos de futbol de la facu, hace mucho que no veo a muchos compañeros y amigos que tenía, los que eran de mi equipo.

- ENTREVISTADORA: ***Bueno, Muchas Gracias.***
- ENTREVISTADOR4: Dale.

ENTREVISTA 5

ESTUDIANTE AVANZADO

SEXO: FEMENINO

EDAD: 33 AÑOS

a) – ENTREVISTADORA: ***¿Qué emociones generó en usted la pandemia en el periodo actual de estudio?***

- ENTREVISTADO5: bueno, la pandemia me generó estrés, miedo, cuando se enfermó mi familia, por ejemplo, yo salía a comprar las pastillas y se las dejaba, me causa angustia también.

b) - ENTREVISTADORA: ***¿Te generó alguna preocupación, cual o cuales?***

- ENTREVISTADO5: Sí, me preocupé por mi familia, se enfermaron todos, algunos peor que otros, pero todos junto, yo no porque vivo con mi marido aparte, pero nosotros nos encargábamos de cuidarlos, me ponía triste no poder verlos, abrazar, ni charlar con ninguno de ellos, pero era entendible, no queríamos contagiarnos tampoco, así que bueno.

c) - ENTREVISTADORA: ***¿Qué reflexión tenés con respecto a la habitabilidad segura, como control preventivo de la pandemia en la FHyCs?***

- ENTREVISTADO5: Me parece un muy buen proyecto el de Habitabilidad segura, oportuno y necesario, el mismo nombre lo dice, te garantiza que en ese lugar vas a estar seguro, que hay personas que se encargan de eso precisamente y en este tiempo en que la situación empeora es lo mejor que puede hacer la facultad para ser “Humanidades”

d) –ENTREVISTADORA: ***¿Qué actividad o pasa tiempos realiza para manejar sus emociones y preocupaciones, generadas por la pandemia COVID19, durante el cursado del primer cuatrimestre del año 2021 en la FHyCs?***

- ENTREVISTADO5: Actividad o pasa tiempo... , mi actividad ahora en el primer cuatrimestre son las clases, con eso me desconecto de la enfermedad
- ENTREVISTADORA: ***¿Y cuando no tenés clases en que actividades ocupas tus tiempos?***
- ENTREVISTADO5: los martes no tengo clases y mi marido no trabaja los sábados ni domingos y los aprovechamos para caminar, salimos a las ferias y paseamos.
- e) - ENTREVISTADORA: ***¿Qué actividades o pasatiempos te gustaría realizar para el manejo de las emociones y preocupaciones, generadas por la pandemia del covid19, durante el primer cuatrimestre en la FHyCs?***
- ENTREVISTADO5: En la facultad, me gustaría que de alguna manera se enseñe bien y algo destinado solo a la enseñanza de como cuidarnos del COVID19, si mira... no me había puesto a pensar, estaría muy lindo concientizar a los estudiantes y profes sobre los cuidados y como cuidarnos del virus para volver a las clases presenciales y que no sea como las escuelas que se infectaron la mayoría, no morir en el intento, eso me gustaría.
- ENTREVISTADORA: ***Está muy bueno eso, muchas Gracias.***
- ENTREVISTADOR5: Hay que hacerlo, hay que hacerlo.

ENTREVISTA 6

ESTUDIANTE AVANZADO

SEXO: FEMENINO

EDAD: 26 AÑOS

a) - ENTREVISTADORA: ***¿Qué emociones generó en usted la pandemia del COVID19, en el periodo del primer cuatrimestre de estudio en la FHyCs?***

- ENTREVISTADO6: Ehh... al principio nose, porque no sabía que es lo que iba a pasar, con el estudio, lo que es la prespecialidad y en mi caso lo vi como una posibilidad, es decir una oportunidad porque al tener un hijo, me facilitó es decir que no me, no no vi el trasladarme, venir y volver, lo vi como una posibilidad de estar en mi casa y poder ajustarme a mis tiempos y más que nada eh... lo vi como oportunidad.

- ENTREVISTADORA: ***¿Entonces las emociones serían?***

- ENTREVISTADO6: incertidumbre y eehh...emm... a ver que sería, eehhh... incertidumbre y tranquilidad.

b) -ENTREVISTADORA: ***¿Qué preocupación o preocupaciones generó en vos la pandemia?***

-ENTREVISTADO6: Preocupación de la salud de mis seres queridos, más que nada, porque tengo parientes que tienen patologías previas y al hecho de ser el virus tan volátil digamos, eh... genera eso, miedo de quizás contraer el virus, no saber que uno lo tiene y contagiar a los que uno mas quiere no.

c) – ENTREVISTADORA: ***¿Qué reflexiones generaste en cuanto a la habitabilidad segura, como control preventivo en el espacio de la FHyCs?***

- ENTREVISTADO6: ¿Cómo? ¿Qué dice?

- ENTREVISTADORA: **¿Qué reflexiones tenés en cuanto a la habitabilidad segura como control preventivo...**

- ENTREVISTADO6: ¡Ah! Ya ya, reflexión, eh... me pareció una forma particular a lo que es la pandemia, y q se haya generado en la facultad como un gran cambio, una gran transformación de beneficio digamos, para los que eh... transitan y van a la facultad y con gran éxito, porque están las personas que se han capacitado en ese espacio y que lo estén haciendo bien digamos.

d) – ENTREVISTADORA: **¿Qué actividad o pasatiempo realizas para manejar tus emociones y pasa tiempos que te generan la pandemia?**

- ENTREVISTADO6: Una, el tiempo que uso trabajando que me ocupa bastante tiempo de mis días y otra es visitar a mis padres, salir y compartir con amigos y familia, tomando las medidas preventivas digamos, en el espacio que uno está, pero más que nada eso.

e) –ENTREVISTADORA: **¿Qué actividad o pasatiempos te gustaría realizar para manejar tus emociones y preocupaciones generadas por la pandemia, durante el primer cuatrimestre del año 2021, en la FHyCs?**

-ENTREVISTADO6: eh... en la facultad, a ver que podría ser

-ENTREVISTADORA: **o en general, actividad o pasatiempos que te alivien las preocupaciones y emociones generadas por la pandemia en éste primer cuatrimestre**

-ENTREVISTADO6: ah bien bien, me gustaría cosas que tengan que ver con el deporte, actividades también con el tema del baile, que podrían ser cosas que hacen que uno canalice digamos, las emociones que uno tiene y preocupación, eso podría ser más que nada.

-ENTREVISTADORA: ***Muchas Gracias***

-ENTREVISTADO6: No, es nada.

Emoción	Preocupación	Reflexiones	Estrategias
<p>“Primero me asusté y me encerré como todos”.</p> <p>MIEDO</p>	<p>“Primero por la enfermedad que nadie la conoce, yo no la conocía de un principio nadie”.</p> <p>DESCONOCIMIENTO</p>	<p>“Me parece genial digamos de que nos controlen porque muchas veces todos usamos a veces mal el barbijo, nos sacamos, nos tocamos los ojos, también no mantenemos ni tomamos la distancia que debemos tener”.</p> <p>RESPONSABILIDAD</p>	<p>“Actividad física, salir a correr, que yo si lo hago a veces, esas cosas me ayudaron y me siguen ayudando para que no me estrese todo esto”.</p> <p>ACTIVIDAD FÍSICA</p>
<p>“Miedo, tener de cerca lo que veía en la tele”.</p> <p>MIEDO</p>	<p>“Yo creo que en todas las personas la preocupación principal es la enfermarse”.</p> <p>ENFERMAR</p>	<p>“Nos ayuda a todos, porque si no sería todo cualquier cosa y en cualquier lugar sería menos seguro de lo que es ahora.”.</p> <p>PROTECCIÓN</p>	<p>“El futbol con amigos elijo para despejar los pensamientos.”.</p> <p>ACTIVIDAD FÍSICA</p>
<p>“, me siento más cómoda porque tengo más tiempo, no tengo que gastar tanto en pasaje”.</p> <p>ALIVIO</p>	<p>“Volver a mi casa y que ayá vivimos todos juntos, siempre tuve miedo a contagiarnos”.</p> <p>ENFERMAR</p>	<p>“Te hace sentir cómoda, cuidada, ahora venir y entrar, se siente alivio por el cuidado que se tiene”.</p> <p>PROTECCIÓN</p>	<p>“Ir al gimnasio, ahí no pienso en nada”.</p> <p>ACTIVIDAD FÍSICA</p>
<p>“No trabajaba así que fue como unas vacaciones de todo, porque no se rendía ni había clases, entonces estaba como que en paz de todo”.</p> <p>ALIVIO</p>	<p>“Me preocupa la salud de las personas que me rodean, mis amigos, mi viejita”.</p> <p>ENFERMAR</p>	<p>” está bueno, porque cuidan a las personas que entran y que trabajan adentro.”.</p> <p>PROTECCIÓN</p>	<p>“Yo hago de todo, juego a la pelota, voy al gimnasio, a la tarde los sábados voy a la cancha a ver jugara a las chicas, salgo a pasear”.</p> <p>ACTIVIDAD FÍSICA</p>
<p>“, miedo, cuando se enfermó mi familia”.</p> <p>MIEDO</p>	<p>“Era entendible, no queríamos contagiarnos tampoco, así que bueno.”.</p> <p>ENFERMAR</p>	<p>“Te garantiza que en ese lugar vas a estar seguro, que hay personas que se encargan de eso precisamente”.</p>	<p>“Caminamos, salimos a las ferias y paseamos.”.</p> <p>ACTIVIDAD FÍSICA</p>

		PROTECCIÓN	
<p><i>“ Lo vi como una posibilidad de estar en mi casa y poder ajustarme a mis tiempos”.</i></p> <p>ALIVIO</p>	<p><i>“Miedo de quizás contraer el virus, no saber que uno lo tiene y contagiar a los que uno mas quiere no”.</i></p> <p>ENFERMAR</p>	<p><i>“una gran transformación de beneficio digamos, para los que eh... transitan y van a la facultad y con gran éxito”.</i></p> <p>RESPONSABILIDAD</p>	<p><i>“Cosas que tengan que ver con el deporte, actividades también con el tema del baile”.</i></p> <p>ACTIVIDAD FÍSICA</p>

Fotografías de la Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales





Planos de la Institución



