

Pandemia de la covid-19



Dos siluetas ilustradas en una pared flanquean el paso de una mujer por una calle céntrica de Pamplona.

Tras un año, la pandemia ha dejado secuelas y perjuicios en toda la población. Pero sus efectos son más evidentes en determinadas franjas de edad. Jóvenes y mayores figuran entre los más afectados, a juzgar de la opinión de entendidos

¿Quién ha perdido más?

NATXO GUTIÉRREZ
Pamplona

NO hay una única respuesta para una cuestión tan genérica y, al mismo tiempo, profunda que lanzada con premura aconseja detenerse y coger una bocanada de aire: ¿Qué sector de la población ha perdido más en este año de pandemia?. Mikel Aranburu Zudaire, doctor en Filosofía y Letras y profesor del IES Plaza de la Cruz comparte una reflexión que es, a la par tan amplia como la interpelación, como cierta: “La pandemia está siendo una pandemia tan global y a todos los niveles, que todo el mundo se ha visto afectado de una u otra forma”. No hay reproche en su opinión por la capacidad que ha tenido un pequeño patógeno de paralizar el mundo con graves consecuencias para la economía pero, sobre todo, para la salud.

La psicóloga Tania Camino Sánchez, coordinadora de un grupo de envejecimiento del Colegio de Psicólogos de Navarra, introduce un matiz que puede ayudar a ir desbrozando la espesura que impide ver el trasfondo de la cuestión. Como dice, “la pandemia tiene efectos psicológicos y sociales en todos los sectores de la población,

por ello, la salud psicológica y emocional se está viendo afectada. A pesar de afectarnos a todos y todas, la forma en la que nos afecta no es igual. La vulnerabilidad a estos efectos es diferente en función de diversos factores, como pueden ser los apoyos sociales de que se disponen, recursos económicos, vivencias de pérdida de seres queridos, problemas de salud mental previos...”

Hay además unas actitudes ante la vida que no entienden de edad, cuya solidez ha quedado en entredicho en el orden personal de la consciencia y los valores, a juzgar de la opinión del psicólogo clínico Emilio Garrido Landívar, por la fuerza devastadora de la crisis sanitaria. “En la pandemia afirma- muchas personas han perdido la vida y si no hay vida, no hay nada. Lo segundo, hemos perdido la esperanza de vivir, de querer ser dueños de nuestra vida, de nuestras emociones, de nuestra inteligencia emocional para vivir la vida disfrutando a pesar de los pesares. Y seguimos quejándonos... Y pérdida la esperanza, nos ha entrado un miedo a contagiarnos, un miedo a morir. Hemos perdido el humor, otro de los pilares de la vida que nos hace vivir con salud. Y, claro está, se ha deteriorado mucho la salud mental. He estado 40

años en un hospital y he visto de todo. Recordemos la definición de 1986 de la salud ofrecida por la OMS: ‘La salud no sólo es física. Es también psíquica y social’.

Como preámbulo a un análisis detallado que permita poner nombre a los sectores de la población con mayor perjuicio por un año no perdido ni olvidado, Tania Camino no puede dejar de lado las secuelas de corte psicológico y afectivo en la población en general. “Un estudio del Colegio General de la Psicología de España -observa- concluye que la pandemia ha originado problemas psicológicos en la población por impacto de la covid-19. Podríamos hablar de sintomatología depresiva, ansiedad, dificultades para conciliar la vida laboral y familiar, dificultades económicas, etc..”. Y, por lo que dice, esto es sólo el principio: “Ahora estamos viendo las consecuencias a corto plazo, pero a medida que esto avanza, el foco también se va poniendo en las consecuencias a medio y largo plazo”.

pueden ser tener familiares enfermos, vivir situaciones de duelo constantes, no poder despedirnos de nuestros seres queridos, dificultades para conciliar la vida laboral y familiar, dificultades económicas, etc..”. Y, por lo que dice, esto es sólo el principio: “Ahora estamos viendo las consecuencias a corto plazo, pero a medida que esto avanza, el foco también se va poniendo en las consecuencias a medio y largo plazo”.

Los hosteleros

La respuesta a la generalidad de la pregunta descorre el velo de la economía. El catedrático del departamento de Sociología y Trabajo Social y presidente de la Asociación Navarra de Sociología, Teodoro Hernández de Frutos, no tarda un segundo en ofrecer su sensación: “Los más perjudicados, los hosteleros, está claro”. En su contestación rápida y concisa repasa en los balances menguados de las cajas de bares y restaurantes pero también en la debilidad del empleo derivados del plan de contención fijado por el departamento foral de Salud para poner coto a los contagios.

En una relación de mayores afectados, que surge sin necesidad de mayor profun-

Pandemia de la covid-19



EDUARDO BUXENS

diad de reflexión en la mente del también doctor en Sociología y especialista en Educación y Desarrollo Social, Sergio García Magariño recuerda a “todas aquellas personas que partían con desventaja económica antes de la pandemia, con trabajo o sin trabajo. Un ejemplo más claro lo encontramos en las que trabajaban en economía informal, sumergida, que son muchas. Y ¿por qué han sido de las más perjudicadas? Porque si te confinan no puedes trabajar y no puedes vivir”.

Hay una ligera coincidencia en el parecer del profesor del Filosofía Mikel Aranburu: “Al que ya estaba mal antes de la pandemia no le ha ido mejor. Los sectores más vulnerables han sido los de ahora y los de siempre. Las personas mayores han sido los más afectados, pero también los jóvenes, los migrantes... O la mujer..”.

Como si fuera un diálogo figurado entre ambos, Sergio García Magariño -autor del libro *Cronología de una pandemia. ¿Podría tornarse la crisis en oportunidad?*-, aprovecha la referencia a la mujer realizada por el educador del IES Plaza de la Cruz para desgarrar otro de los daños colaterales de la epidemia. Por ser el sector femenino el que soporta “el 80% de las cargas” en el hogar, se ha visto en una difícil tesitura, agravada además por limitaciones en el no siempre fácil equilibrio de la doble vida familiar y laboral. “Han tenido dificultades -dice el sociólogo- para teletrabajar. En algunos casos, les han denegado la posibilidad de teletrabajar y en otros les han denegado la posibilidad de estar en casa cuando alguien en su familia estaba enfermo”.

La segunda ola del tsunami de la crisis sanitaria, formado por un mar encrespado de mutaciones y alteraciones en la cadena

de contagios, amenaza con inundar el tejido económico y con él el laboral para adultos que han perdido o ven peligrar su puesto de trabajo. El calificativo de la incertidumbre, que en el último año ha pasado a ser parte del lenguaje cotidiano con la sensación de desconcierto que arrastra su significado, ha acabado por definir el panorama del empleo. Cree el Director Técnico del Teléfono de la Esperanza, el psicólogo Alfonso Echávarri Gorricho que también la población adulta “ha perdido tranquilidad” por la cuestión laboral pero también por otros factores asociados a la responsabilidad asumida en el cuidado de padres e hijos. Y, por haberse tambaleado el cimiento de la estabilidad laboral, “buena parte de la población ha perdido su futuro”. Todo ello, claro, tiene un precio. “Repercute -dice- en el plano psicológico y social”.

Los jóvenes y el futuro

El efecto dominó que acarrea ya la pandemia en el propio plano de la economía y el empleo teje una maraña de dificultades en la percepción del futuro de la juventud. Hay un segundo elemento que distorsiona su perspectiva, a juzgar de educadores y entendidos en cuidar y sanar la mente. “Se ha escrito mucho en este año de pandemia de los jóvenes, pero en tono negativo”. En tal apreciación de Alfonso Echávarri no puede obviarse el estigma que arrastra la juventud por toda novedad que reproducen los medios de comunicación a cada denuncia interpuesta por la celebración de botellones o fiestas clandestinas de universitarios. “Se les está solicitando a los jóvenes -opina el sociólogo Sergio García Magariño- un nivel de solidaridad que no se corresponde con el nivel de gravedad con el que les afecta la pandemia. El querer atajar el contagio con restricciones a una población en auge, con energía para proteger a otras es solidaridad pero quizás se podían tomar otras medidas de protección para aquellas personas que son más vulnerables”.

El primer confinamiento doméstico y la desaparición de la noche, fiel aliado de las relaciones en plena juventud, por restricciones horarias, están dejando huella. “No hace falta retroceder muchos años para plantarnos en nuestra propia experiencia de juventud, en esos quince años en los que la vida crecía y crece basada en las relaciones.. Los primeros enamoramientos, el grupo.. Todo eso se les ha privado a los jóvenes y lo que mete ruido hoy día son las imágenes de botellón. ¡Ojo! No olvidemos que hay mucha gente joven que no lo está pasando bien a nivel clínico”.

Como Alfonso Echávarri, también Emilio Garrido lamenta que “estemos demonizando a los jóvenes, cuando los jóvenes son precisamente vida, esperanza, futuro e ilusión. Y hoy no tienen ni esperanza, ni futuro, ni ilusión, ni nada... Entonces están amuermados. Entonces hacen tonterías, pero ¡ojó!, no son tontos. Si hacen tonterías es porque están desesperados. La salud de los jóvenes es la social y no la tienen. ¿Cómo puede vivir una pareja que lleva un año sin contacto físico ni sexual, ni social, ni psíquico? ¿Dónde está la estimulación de las hormonas? En ningún sitio. ¿Y eso no es salud?”, se pregunta el psicólogo clínico.

Considera el sociólogo Teodoro Hernández De Frutos que el sector de la juventud es “el peor que lo está pasando. Los jóvenes no pueden salir. No pueden socializarse, cuando están en una etapa de la vida de tener experiencias en la Universidad, en el trabajo, en las relaciones.. Es el momento de tener novio-novia. Es cuando interactúan y claro todo eso está teniendo ya efectos psicológicos y afectivos”.

A idéntica o parecida conclusión llega Mikel Aranburu Zudaire, acostumbrado por su rol de docente en el IES Plaza de la Cruz a relacionarse con adolescentes y jóvenes. “Es una edad muy complicada, en la que se necesita tener referentes y no tanta virtualidad”, sostiene. En las circunstancias dadas, en un marco acotado de relaciones, se explica “la repercusión psicoló-



Mikel Aranburu Zudaire

PROFESOR DE FILOSOFÍA EN EL IES PLAZA DE LA CRUZ

“La pandemia es tan global que todo el mundo se ha visto afectado de alguna manera”



Alfonso Echávarri Gorricho

DIRECTOR TÉCNICO DEL TELÉFONO DE LA ESPERANZA

“Los jóvenes están sufriendo de forma significativa. Sufren la paradoja de estar hiperconectados cuando les falta el ‘face to face’”



Teodoro Hernández de Frutos

PRESIDENTE DE LA ASOCIACIÓN NAVARRA DE SOCIOLOGÍA

“Los jóvenes no pueden socializarse cuando están en la etapa de la vida de tener experiencias, de interactuar”



Tania Camino Sánchez

PSICÓLOGA

“Un alto porcentaje de personas mayores viven solas. El sentimiento de soledad, lejos de ser un problema individual, es social”



Sergio García Magariño

SOCIOLOGO Y AUTOR DE 'CRÓNICA DE UNA PANDEMIA. ¿PODRÍA TORNARSE LA CRISIS EN OPORTUNIDAD?'

“Los más afectados: mujer, jóvenes, mayores y todos aquellos que partían con desventaja económica”



Emilio Garrido Landívar

PSICÓLOGO CLÍNICO

“En la pandemia mucha gente ha perdido la vida, la esperanza de vivir y el humor. En un mundo sin esperanza y humor, entra el miedo”

gica y en el desarrollo de la personalidad” que está teniendo la pandemia. “Sólo está saliendo lo malo de los jóvenes: las fiestas, botellones..”, lamenta el profesor de Filosofía.

“Los jóvenes -concluye el director técnico del Teléfono de la Esperanza- están sufriendo de forma significativa. La paradoja del caso es que curiosamente son personas que están hiperconectadas” por la ventana abierta que proporciona el mundo virtual, “cuando padecen la falta de contacto *face to face*”.

El tiempo de los mayores

Dentro del desconcierto global, los jóvenes, como también los adultos, juegan -señala Echávarri- con un factor a favor: “El tiempo para encauzar lo perdido”. Y es precisamente lo que, por cuestión de edad, les falta a las personas mayores que “han perdido tanto. Han perdido esa relación social tan necesaria con cercanos, con sus amigos”. Sin el aliado del tiempo, “la sanción como tal es de pérdida irreversible”.

Tampoco Sergio García Magariño olvida a un sector gravemente afectado, como el de los mayores, “con tantas personas fallecidas”. Por ser población vulnerable, se ha visto expuesta a problemas agudos, derivados -recuerda la psicóloga Tania Camino- de “enfermedades degenerativas, crónicas, déficits sensoriales, brecha digital, aislamiento y pérdida de familiares y amigos y amigas”. En su reflexión, la especialista repara en un factor lacerante: la soledad. “Un alto porcentaje de gente mayor vive sola, y a pesar de que la soledad ya era un problema que ya existía, se ha acentuado y visibilizado más durante esta época. El hecho de que todos hayamos experimentado de alguna manera el sentimiento de aislamiento y soledad en esta pandemia puede hacer que pongamos en valor un problema que lejos de ser un problema individual es un problema social, que nos compete a todos y todas y al que debemos dar respuesta”. Cree, por otro lado, que los estereotipos de la edad, con alusiones directas o indirectas a “nuestros mayores” o “los abuelos” han podido “fortalecer el sentimiento de vulnerabilidad en las personas mayores”.

“El efecto del confinamiento y aislamiento con privación de contacto social en las personas mayores, especialmente en aquellas con demencia -agrega- ha conllevado aumento del deterioro cognitivo, insomnio, empeoramiento a nivel físico, falta de cuidados digno en el final de la vida, etc. En definitiva, podemos decir que la soledad tiene consecuencias directas en la salud, en la calidad de vida y en la esperanza de vida”.

Dentro de las dificultades y de las afectaciones negativas que ha acarreado este último año en los distintos sectores de la población, el Director Técnico del Teléfono de la Esperanza obtiene una conclusión que puede ser interpretada como una lección de vida. “Quizás -dice- igual lo que se ha podido aprender de esta pandemia es que nos ha ayudado a parar y a decirnos a nosotros mismos qué es lo importante en la vida: ‘¿Dónde está la felicidad?’. Muchas personas -añade- han hecho esta reflexión y se han preguntado: ‘¿Dónde tenía puesta mi felicidad?, porque lo que pensaba hasta ahora que eran mis apoyos se han venido abajo’. Puede que esta pregunta que cada uno puede hacerse a sí mismo sea algo positivo”. Pese a las expectativas de cambio o las oportunidades que ofrecen toda crisis, como se intuye en el título del libro de Sergio García Magariño -*Crónica de una pandemia. ¿Podría tornarse la crisis en oportunidad?*-, a Alfonso Echávarri le asaltan sus dudas sobre si “hemos o no aprendido como sociedad de todas estas cosas”.

Aunque los perjuicios no hayan sido iguales para todas las franjas de edad y exista un componente de interpretación subjetiva, la población en general se ha visto sacudida por un mal tan dañino como global.