

Capítulo VII

El confinamiento por covid-19 narrado por un grupo de jóvenes universitarios mexicanos

José Guadalupe Rivera González
Universidad Autónoma de San Luis Potosí

Introducción

El material que se presenta en este trabajo es un resultado parcial de un proyecto de investigación bajo responsabilidad de quien escribe estas líneas y que se tituló: *La situación de las juventudes en tiempos de pandemia*. El objetivo del proyecto fue incentivar a un grupo de jóvenes, para que se dieran a la tarea de escribir sus experiencias de vida, en el contexto de la pandemia y del confinamiento que se derivó como una estrategia para contener contagios por el covid-19. El ejercicio era relevante, ya que el sector estudiantil en México fue uno de los que resultaron más afectados por la pandemia, por el largo periodo de tiempo que tuvieron que permanecer en casa estudiando y desarrollando otras tantas actividades. Sin duda, un cambio que alteró sus rutinas de vida y que generó variadas consecuencias en diferentes ámbitos de su vida cotidiana. Una de las preguntas que sirvió de guía para la investigación fue la siguiente: ¿cómo un grupo de jóvenes universitarios vivieron la experiencia del confinamiento y todo lo que ello representó y significó en sus vidas personales, familiares y escolares?

En el presente trabajo se presentan fragmentos de los testimonios que fueron escritos por 29 jóvenes¹. En este ejercicio se puede leer cómo fue la vida de quienes dejaron de asistir a las aulas, y que también dejaron de salir a las calles, dejaron de visitar parques, antros y muchos otros lugares, y renunciaron a realizar otras tantas actividades que quedaron en suspenso durante un largo periodo de tiempo. Sus relatos confirman que las juventudes vivieron una situación en la que su condición de tradicional vulnerabilidad se vio incrementada como resultado de la pandemia y del encierro obligado por un largo periodo de tiempo.

El texto está organizado en cuatro partes: en la primera, se presenta una breve descripción de cómo se desarrolló la enfermedad conocida como covid-19 y cómo fue su llegada al territorio nacional y en lo que derivó después. En un segundo momento del texto se presenta la metodología que se puso en marcha para poder generar los testimonios entre un grupo de jóvenes universitarios en San Luis Potosí. En un tercer apartado se presentan fragmentos de las experiencias que vivieron estos jóvenes especialmente en 4 tópicos: alteraciones en su estado de ánimo, los problemas de conectividad, afectaciones a la salud y, por último, los problemas que se hicieron presentes en su vida a partir de tener que estudiar desde su recámara o desde otros espacios de su hogar. Para cerrar el trabajo, se presenta un análisis de cada uno de los cuatro temas antes señalados y finalmente las conclusiones.

Covid-19: la construcción de la tormenta perfecta

La pandemia de covid-19 ha resultado ser un evento que ha venido a transformar a todo el mundo y vino a provocar muchos cambios

1 Del total de 29 testimonios que se lograron generar 23 (79.4%) de ellos correspondieron a mujeres y los 6 (20.6%) restantes son testimonios de hombres. Lo anterior está en sintonía con lo que sucede en las aulas universitarias, ya que al menos en la Facultad de Ciencias Sociales y Humanidades de la Universidad Autónoma de San Luis Potosí, en los años recientes han sido mayoritariamente alumnas quienes se han inscrito en las carreras que se ofertan en la facultad. Por lo tanto, tenemos en su mayoría experiencias de compañeras estudiantes. Los escritos de las y los jóvenes se entregaron entre los meses de abril y mayo del 2021, es decir cuando había transcurrido más de un año desde que se decretó en nuestro país el inicio del confinamiento y por lo tanto la cancelación de las clases presenciales. La edad de los jóvenes oscilaba entre los 20 y 22 años. Las carreras de quienes participaron en este proyecto fueron en su totalidad estudiantes de la licenciatura de antropología.

y alteraciones en todas las actividades que como sociedad desarrollamos. La pandemia significó crisis en diversos sectores: salud, economía, educación, social, política, entre otras. La pandemia de covid-19 no hizo más que recordar el carácter global de la interconexión de nuestra existencia, en muchos sentidos. La sociedad contemporánea es global en términos de la economía, la comunicación, la cultura, la política; pero también esa globalización se hizo presente ahora con la pandemia. Una pandemia que tuvo su origen en China y que, al paso de muy pocas semanas, se convirtió en un problema de salud global (Moreno, 2022; Puebla y Vinader, 2021).

Las primeras noticias sobre covid-19, como se denominó al nuevo coronavirus que tuvo su origen en Wuhan, provincia de Hubei, China, surgieron a mediados del mes de diciembre de 2019. En ese entonces se registró un brote infeccioso de tipo respiratorio que causaba neumonía, enfermedad provocada por un agente desconocido para los médicos y científicos chinos. Fue el 7 de enero de 2020 cuando, después de arduas investigaciones, fue posible identificar el agente causal de aquel brote: el nuevo coronavirus pertenece a la familia de los betacoronavirus, a la cual también pertenecen los virus que ocasionan el Síndrome Respiratorio Agudo (SARS), el Síndrome Respiratorio de Medio Oriente y cuatro coronavirus más, todos vinculados a la gripe común. Una característica que distinguió al nuevo virus fue su capacidad de rápida expansión al resto del mundo: para mediados de enero, había llegado a Japón, Corea del Sur y Tailandia.

El rápido incremento en el número de contagios provocó que el 23 de enero, en la ciudad de Wuhan, se iniciara una drástica cuarentena con la intención de frenarlo. Sin embargo, para el 31 de enero los casos positivos a covid-19 estaban presentes en la mayoría de los países europeos, destacando por los contagios y las muertes los siguientes: Francia, Italia y Alemania. Para esas fechas, también se reportaban los primeros casos en América, en países como Estados Unidos y Canadá. En el mes de febrero del 2020 había más de tres mil contagios por día en China. Ante esto, aquel país tuvo que poner en marcha una estricta política de confinamiento social, con la intención de detener los contagios (Cedillo-Barrón et al., 2020).

En México, el primer caso de covid-19 se reportó el 28 de febrero de 2020 y fue difundido por la prensa, la persona contagiada resultó ser un varón de 35 años quien días antes había estado en el norte de Italia. Para el 19 de marzo, la Secretaría de Salud (SS) daba a conocer que en el país ya había una primera víctima fatal fallecida por covid-19 que no había salido del país, y cuyo contagio, se cree, tuvo lugar durante su asistencia a un concierto en el Palacio de los Deportes que se llevó a cabo el 3 de marzo. Pocos días después de que el virus llegó a México, comenzó a transmitirse y el número de contagios poco a poco se incrementó. Estos contagios estuvieron asociados, en un primer momento, a viajeros que regresaban de sus vacaciones en países donde el número de contagios se había incrementado, principalmente en Italia y en los Estados Unidos (Moreno, 2022).

Para evitar que un mayor número de personas fueran expuestas a un posible contagio, las autoridades federales del sector salud y educativo en México, tomaron la decisión de adelantar el periodo vacacional de Semana Santa, con la indicación de que las vacaciones iniciarían el 20 de marzo y se extenderían hasta el 20 de abril de 2020. “Quédate en casa”, es la frase con la que será recordada la pandemia del covid-19 en los tiempos futuros. Quedarse en casa se volvió tan importante; cuidar la vida dependió de esta acción. De pronto, calles, avenidas, escuelas, centros comerciales, aeropuertos, playas, fábricas, antros, gimnasios quedaron vacíos. En las calles sólo se deseaba ver a la gente que realizara actividades indispensables. De repente los abrazos, los besos, los saludos, la comida compartida, todo ello se transformó en fuente de contagio, de peligro y angustia, sobre todo para aquéllos que tenían que seguir saliendo a las calles a trabajar.

En cuestión de pocos días, la población mexicana y la de otros países tuvieron que acostumbrarse a una nueva realidad; una realidad que demandó de nuevas costumbres, nuevas prácticas y nuevas formas de vida y de interacción entre sus familiares y con los que se encontraban también confinados en otra parte de la ciudad, el país o el extranjero. En el confinamiento, los teléfonos celulares y equipos de cómputo jugaron un destacado papel en las dinámicas de estudio, trabajo, pero sobre todo ayudando a las

personas a tener comunicación con amigos, familiares, parejas en cualquier parte del mundo en tiempo real (Sepúlveda, 2024; Ascencio et al., 2023).

*La pandemia escrita y relatada por las y los jóvenes
y la construcción de nuevas agendas entre los
investigadores/as de las juventudes*

En un contexto de rápidos cambios como los derivados por la pandemia, es importante destacar el interés que ha despertado entre diferentes instituciones académicas y también entre investigadores e investigadoras de las juventudes generar información sobre lo que sucedió entre este sector de la población en el contexto de la pandemia. Al respecto, en este capítulo se recuperan tres proyectos en este sentido. El primero de ellos fue la convocatoria que emitió la Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales (Flacso) en su sede México, para el primer concurso de documento: "Reflexiones desde el encierro. Las juventudes frente a la pandemia". Como resultado de este ejercicio, se generó una publicación con el mismo título del evento, y ahí se publicaron los seis ensayos ganadores, tres de ellos fueron los que recibieron primero, segundo y tercer lugar y los tres ensayos restantes recibieron mención honorífica. Los seis ensayos, presentan las distintas realidades vividas desde la perspectiva juvenil y representan testimonios invaluable sobre los efectos del primer año de la crisis sanitaria desencadenada por el covid-19. Si bien los jóvenes resultaron ser el sector de la población que menores afectaciones de salud tuvieron a los efectos clínicos de la enfermedad, en realidad resultaron ser de los que más impacto recibieron por la pandemia.

En primer lugar, se destaca el largo del periodo de encierro en casa por el hecho de que la cuarentena se alargó por más de un año. Más de un año alejados de la escuela, de los antros, cines, teatros, sin poder viajar, sin poder festejar cumpleaños o fiestas de graduación y en algunos casos afrontar la muerte de algún familiar, todo ello hizo que se experimentaran vivencias inéditas entre los jóvenes. Los organizadores de este evento recibieron un total de 412 ensayos; los autores de éstos fueron estudiantes de licencia-

tura y de algún posgrado. Los ensayos ganadores, y seguramente todos los que se recibieron, dieron cuenta de cómo la pandemia fue vivida y afrontada desde diversos contextos y cómo sus efectos resultaron sumamente diferenciados por edad, por género y por condición económica de cada uno de las y los jóvenes que se dieron a la tarea de escribir su experiencia y las de aquellas personas que estuvieron en su entorno familiar (Tavera, 2022).

Un segundo evento, fue la convocatoria emitida por el Consejo Mexicano de Ciencias Sociales (Comecso) y un grupo de instituciones de educación superior. Esta convocatoria tuvo por título: “La comunidad y la pandemia. *Block* de testimonios-acción”. En dicha convocatoria se podía leer lo siguiente:

Para dar cuenta de estos fenómenos hemos tomado la iniciativa de crear un Blog de testimonios-acción con el título La comunidad y la pandemia al que se invita a publicar textos cortos sobre sus efectos en los rubros abajo listados de manera indicativa, no limitativa. Se podrán incluir testimonios, vivencias, relatos, instantáneas, material audiovisual propio, otras expresiones culturales y humanísticas, memorias, reseñas de textos alusivos que muestren lo que hemos vivido en este periodo y que nos permita imaginar colectivamente formas de mitigar los daños y de recuperarnos (Comecso, 2021).

El tercer caso fue la propuesta titulada: “Adolescentes y pandemia en México. Experiencias, sentimientos y voces adolescentes”. En la justificación del proyecto se lee lo siguiente:

A través de un proyecto de investigación participativa Gonzalo Saraví (Ciesas) y Mario Quezada (profesor de educación media superior) se dieron a la tarea de escuchar e involucrar a las y los adolescentes en la realización de material multimedia que reflejara sus vivencias en el contexto de pandemia. En particular, la suspensión de clases y el aislamiento social han significado cambios sustanciales en su cotidianidad, con múltiples repercusiones en diferentes ámbitos tales como el aprovechamiento escolar, la salud mental, las relaciones familiares, las pautas de sociabilidad e interacción con pares, entre otras. En el proyecto participaron 59 estudiantes de educación me-

dia superior, del municipio de Nezahualcóyotl, y consistió en desarrollar una investigación sobre la experiencia de la pandemia por los adolescentes. Para ello y a través de reuniones virtuales recibieron el acompañamiento de los coordinadores y una breve formación en los pasos y actividades a seguir para realizar una investigación en ciencias sociales. A partir de ello, se definieron 3 actividades: a) construir las preguntas de investigación de interés y las técnicas de investigación que se utilizarían para obtener información; b) aplicar esas técnicas (entrevistas, encuestas, fotografías, etc.) y recopilar la información obtenida; c) diseñar y elaborar un producto en el cual expresaran los resultados obtenidos en su investigación. Los productos generados fueron videos, series fotográficas, podcast, música (rap), dibujos y diarios (Clacso, 2021).

El punto en común entre estos tres proyectos y el que se desarrolló en San Luis Potosí, del que más adelante se presentan algunos resultados, es que colocan en el centro a las y los jóvenes, a quienes no sólo se les percibe como cifras o parte de las estadísticas de una pandemia como la que la humanidad ha enfrentado, sino que son percibidos como actores que construyeron por sí mismos sus respuestas y sus proyectos con sus recursos y con sus limitaciones.

Lo anterior se podrá corroborar con los casos que se presentan más adelante en este mismo texto y que muestran los escenarios en los que transcurrió el día a día de un grupo de jóvenes universitarios. Los alcances y resultados de estas investigaciones demuestran la importancia que tienen las agendas de las y los jóvenes en los intereses de las instituciones educativas y de investigación, para seguir generando conocimientos que puedan, en su conjunto, construir proyectos de políticas públicas para avanzar y brindar soluciones a los viejos y nuevos problemas de las juventudes en México y en otros países de América Latina, los cuales se han incrementado con el arribo de la pandemia y sus distintos efectos colaterales.

*Los relatos de vida durante el confinamiento:
una estrategia metodológica para escribir la historia
de las y los jóvenes en tiempos de pandemia*

A los pocos meses de haber iniciado la suspensión de las clases presenciales en el estado de San Luis Potosí y en particular entre el estudiantado de la Facultad de Ciencias Sociales y Humanidades de la Universidad Autónoma de San Luis Potosí (UASLP), el autor de estas líneas se dio a la tarea de poner en marcha varias acciones que permitieran documentar las estrategias, acciones, problemas que se habían presentado entre un grupo de estudiantes después de que habían estado en confinamiento por más de un año. Una de esas estrategias fue solicitar a estudiantes que escribieran un texto en donde se recuperaran aquellos eventos que, desde su punto de vista, habían marcado su experiencia con la pandemia y todo lo que se había derivado a partir del confinamiento. Al respecto, interesaba que las y los jóvenes escribieran sobre sus experiencias de estar confinados en casa y que suspendieran una buena parte de sus actividades presenciales. En particular, la pregunta que sirvió de guía para la investigación fue la siguiente: ¿cómo un grupo de jóvenes universitarios vivieron la experiencia del confinamiento y todo lo que ello representó y significó en sus vidas personales, familiares y escolares?

Pasadas algunas semanas después de haber solicitado que las y los jóvenes escribieran, se logró recuperar un total de 29 testimonios. En dichos relatos, las y los jóvenes lograron retratar las diferentes problemáticas a las que tuvieron que enfrentarse a lo largo de este periodo, estos problemas no solamente estuvieron relacionados con el hecho de tomar clases a la distancia y lo complejo y demandante que resultó esta nueva experiencia para la mayoría, también se hicieron presente los conflictos entre los miembros de la familia por una convivencia en condiciones totalmente anormales y distintas a las que tradicionalmente se tenían en el interior de sus familias. En los testimonios se recupera también la experiencia de los diferentes estados de ánimo que les dejó el hecho de romper con sus rutinas y lo que significó dejar las actividades presenciales en sus escuelas y en otros espacios públicos claves en sus vidas, para pasar a estar en largo periodo de encierro.

Lo importante del ejercicio, fue darles voz a las y los jóvenes, lo que implicó una libertad plena, para que desde una perspectiva propia, individual e irrepetible expresaran sus experiencias: así, sin filtro, sin afectaciones (que son propias en los actores de teatro), sin censura. Otras veces mediante el fluir de la conciencia; en ciertos casos, sin una moralidad por mostrar desnuda el alma, por verter miedos, anhelos y frustraciones; en la mayoría de los casos, porque lo que escriben fue una especie de catarsis, un grito de hartazgo ante las imposiciones gubernamentales, familiares, escolares, sociales.

Los testimonios pueden tener nombre y apellidos, un género (masculino o femenino), un horario en el que fueron concebidos y realizados; son también evidencia del entorno familiar en el que fueron escritos; el medio para hacer justos reclamos, platicar algo que les corroe las entrañas o simplemente mostrar que existen, a pesar de todo, aun cuando hayan experimentado la muerte de alguien cercano. En todo caso, son expresiones e impresiones auténticas, en las que destaca, cuando hacen referencia a su nueva posición como alumnos frente a una pantalla, a la relación con sus profesores, a la imposibilidad de conocer y reconocerse frente a sus pares, a la falta de empatía por parte de los adultos (progenitores y docentes) y también a todo lo que van descubriendo de sí, como una gran revelación.

La historia de la pandemia y el confinamiento relatados desde el punto de vista de un grupo de jóvenes universitarios es un ejercicio con el que se pretende comprender, desde lo individual, lo que ocurre en muchas otras dimensiones y que suceden en diferentes partes del país y del resto del mundo (Bénard Calva, 2019).

Hacer que las y los jóvenes escribieran sus experiencias de lo que para ellos había sido lo más significativo durante más de un año de haber iniciado el confinamiento en casa, resultó ser un ejercicio de aprendizaje para ellos y también para este autor. Fue modificar la relación que tradicionalmente se tiene, en la que se espera que quien escriba sean los docentes, los especialistas, en general los adultos. Lo que se les propuso hacer modificó esa perspectiva de poder y desde una perspectiva jerárquica, en la que sólo los expertos y los adultos opinan. El ejercicio sirvió para colocarlos

a ellos en el centro de la investigación y que fueran sus voces y sus sentires las que contaran las historias que personalmente y sus amigos y familiares cercanos vivieron durante un periodo del largo confinamiento que tuvieron que vivir, sin tener contacto presencial con sus compañeros de escuela, sus profesores, sus amigos y sus parejas. Como bien lo señalan otros autores, se escribe y se habla mucho de las juventudes, pero son muy poco o nada leídas y muy poco escuchadas, y al parecer la pandemia no ha sido la excepción al desconocimiento y a la desvalorización de las narrativas que se producen desde los espacios juveniles, por parte del mundo de los adultos (Acevedo y Da Porta, 2022; Olvera 2020).

Darles voz a las y los jóvenes por medio de la escritura, permitió entender también una parte de esa pandemia que se ha vivido y que ha dejado muchas enseñanzas y muchas experiencias. Que sea el punto de vista de las y los jóvenes no les resta valor e importancia; al contrario, las historias escritas vienen a cuestionar lo que podrían ser las historias contadas desde el punto de vista de los adultos, de los especialistas en la salud, la economía, la educación y la pedagogía. En este sentido, la escritura más allá de ser un método de investigación también es una manera de cuestionar historias canónicas y autoritarias sobre cómo se debe de vivir una experiencia como lo es la pandemia de covid-19 (Tololyan, 1987; Bochner, 2001).

La metodología cualitativa que en este trabajo se privilegió, permitió que las y los jóvenes fueran entendidos no como simples números o cifras, sino como procesos sociales en sí mismos, personas que responden, que crean, que experimentan, que actúan en conjunto, que resisten. Por medio de sus testimonios, ellos fueron capaces de percibirse como actores que forman parte de un contexto histórico muy particular: un mundo que enfrenta una pandemia y un encierro en casa, en sus cuartos obligados por las circunstancias. Por lo tanto, en un determinado contexto como el de la pandemia no sólo resultaron sido espectadores pasivos de los procesos históricos, sino que ellas y los también se transformaron, por medio de este ejercicio, en actores que escribieron y narraron sus propias historias (Guillén, 2022).

Un evento como la pandemia de covid-19 ha sido abordado desde diferentes enfoques y distintas perspectivas. Es decir, no sólo

es relevante la mirada desde la perspectiva de salud; también han salido a relucir las implicaciones o los impactos que esta pandemia ha dejado en el mundo de la economía, el trabajo, las relaciones familiares, la salud emocional y también el impacto que el encierro ha generado en el mundo de la educación y el aprendizaje de las y los jóvenes. Por lo tanto, en el análisis que se hace de un fenómeno como el de la pandemia, ha quedado demostrado que no hay verdades únicas, absolutas, pero lo que sí es posible, es recuperar momentos particulares, fragmentos de ciertas circunstancias, de determinados momentos que se hicieron presente para cambiar la vida de las personas y darles nuevos rumbos.

Las narrativas que se presentan permiten recuperar la parte subjetiva, personal y emotiva de estas experiencias. En los relatos hay espacio para todo aquello que difícilmente se puede recuperar con un método cuantitativo o en una encuesta en donde sólo hay posibilidades de recuperar números, porcentajes y algunos breves fragmentos de sus experiencias individuales y de sus experiencias en sus entornos familiares. Lo que sucedió en la intimidad de las casas-habitaciones encuentra aquí un espacio para que sean experiencias compartidas y recuperadas por un público más amplio, quienes podrán identificarse con las experiencias y circunstancias que aquí son narradas. Estos testimonios permiten acceder a la intimidad de cada uno de sus autores; experiencias a las que se vuelve complejo acceder desde otras metodologías.

Además, la importancia de generar este tipo de testimonios es que permite conocer y documentar los diferentes impactos que tuvo el encierro en varios frentes de la vida personal, educativa, emocional y familiar entre los jóvenes y en especial entre aquellos que estaban cursando estudios a nivel bachillerato y a nivel profesional.

En este sentido, la importancia de estas experiencias es que sirven como insumos para construir estrategias de intervención y de acompañamiento en el proceso de regreso a la “normalidad” y saber qué tipo de acciones colaborativas son las que se requieren instrumentar desde las comunidades, los hogares y desde las escuelas, con la finalidad de atender las problemáticas de aprendizaje, atender los problemas de salud mental que se hayan presentado

entre las y los jóvenes y también contribuir a la reconstrucción del tejido social a nivel familiar, tejido que resultó bastante deteriorado por el hecho de que se tuvieron que alterar las dinámicas de convivencia de todos los integrantes de las familias. En este sentido, hay mucho que aprender de las experiencias que nos comparten las y los jóvenes a través de sus testimonios y con ellos construir esfuerzos colaborativos y que les permita a ellos desde sus puntos de partida transformar su entorno y sus condiciones de vida. Hay que escucharlos, hay que leerlos y, sobre todo, atender y aprender de sus experiencias cotidianas.

29 pandemias diferentes. La vida cotidiana de 29 jóvenes universitarios durante el confinamiento

Como ya se señaló en otra parte del texto, el ejercicio de escritura de las múltiples experiencias cotidianas durante largos meses de encierro se tradujo en muchas respuestas y muchas reacciones entre las y los jóvenes y sus núcleos de amigos, compañeros de escuela, y familiares. Los textos² que fueron generados por las y los jóvenes nos permitió conocer otros mundos que también resultaron ser de gran importancia para ellos y que de otra forma no hubiese sido posible reconocer. De las múltiples experiencias de vida que las y los jóvenes plasmaron en sus textos, en este trabajo solamente se estarán analizando 4 tópicos: el estado de ánimo, los problemas de conectividad, afectaciones a la salud y, por último, los problemas que se hicieron presentes en su vida a partir de tener que estudiar desde su recámara o desde otro espacio de su casa. A continuación, se presentan algunos ejemplos de cómo la experiencia del encierro terminó por alterar su estado de ánimo.

Estados de ánimo de las y los jóvenes durante el confinamiento

Con cada día que pasaba, me comencé a aburrir de vivir lo mismo todos los días: escuchando música mien-

2 Los fragmentos que se utilizan en esta parte del trabajo fueron recuperados de los textos que fueron redactados por las y los jóvenes.

tras miraba otras cosas, estando en mi cuarto como ermitaña. Lo único que se me ocurrió fue descargar este juego de PC llamado *League of Legends* (Testimonio 4).

No he desarrollado depresión, afortunadamente, pero aquellos pensamientos de desprecio hacia mí misma aumentaron, y hacía años que no me sentía de esta manera. Solía tener muchas crisis similares, pero las olvidaba al estar en la escuela o cosas así; aunque, si me pongo a pensarlo, nunca se fueron. Ansío tener clases presenciales, para conocer a mis compañeros y para que me dé el sol que me hace algo de falta (Testimonio 2).

Estaba muy fastidiada del encierro (Testimonio 27).

Cansancio, tristeza, agobio, incertidumbre, reflexión, autoconocimiento, gratitud, felicidad, conciencia, crecimiento. Tengo días buenos, tengo días malos. A veces me levanto y siento la motivación de continuar e intentar que no me afecte todas las cosas que no puedo controlar; otras veces sólo me gustaría estar acostada en mi cama, esperando renacer en una roca para mi próxima vida (Testimonio 14).

Diciembre del 2020. En este mes acabé mi primer semestre en línea y mi primer semestre en la universidad, celebré mi primera navidad encerrada lo cual fue algo raro porque no hubo abrazos ni reunión con la familia sólo estaba en casa mi papá y mi hermana, lo cual me regalaron de navidad la colección de Harry Potter y una camiseta, también fue lo mismo con el Año Nuevo, ocurrió lo mismo todos en casa y aburridos (Testimonio 16).

Recibí la noticia de que había reprobado una materia. En mi situación de irregularidad me estresé más e ingería con mayor frecuencia detergente en polvo. Dejé de realizar actividades físicas como caminata y me recluí en mi habitación, aumenté de peso y me dediqué totalmente a aprender sobre Corea; abandoné la comunicación con mis amigxs, abandoné la lectura y dejé de lado el estudio para mi examen de regularización programado para el 19 de julio (Testimonio 12).

Y esto me lleva a otra cosa: he llorado un chingo el último año. Viví durante 20 años en una casa donde se

aplicaba la de *The Cure* y los niños no lloraban porque mi papá se enojaba; sólo exceptuando las veces que se murieron mi abuela, cuando tenía 17, y mis perros, a los 6 y a los 19. Pero ahora puedo hacerlo y puedo cantar a las dos de la mañana y hablar por teléfono y decir que me está llevando la cola, otra vez, y eso me ha llevado a conocerme a mí mismo y a darme cuenta que ya no soy el mismo que era cuando esto empezó (Testimonio 8).

Siento un cansancio total que me hace acostarme en cualquier lugar de la casa para conciliar mi pesado sueño. En las mañanas las clases y en la tarde el trabajo, hacían que me sintiera sin ganas de algo (Testimonio 2).

Estuve muy triste por mucho tiempo durante vacaciones y sobre todo sin ver a mis amigos ni mis profesores que tanto quería, no sentí que ya me había graduado de la preparatoria, sin sentido, ni gloria (Testimonio 8).

Puedo decir que este año de cuarentena no fue del todo malo, si hubo muchas cosas malas que sí me deprimieron un poco, como haber perdido mis prácticas profesionales o no haber tenido mi graduación. Pero la verdad hice algunas cosas buenas como tener nuevas amistades a la distancia, que a mi parecer creo que fue lo mejor de mi cuarentena y eso sumándole también la adopción de mi perrita (Testimonio 16).

Vi a algunos de mis compañeros hasta mediados de junio porque nos citaron en un lugar para las fotografías del certificado, pudimos conversar un rato ya que no nos permitían estar mucho tiempo ahí, algunos se sentían muy tristes por el hecho de que no tendríamos graduación y porque ya habían comprado sus trajes o vestidos; las pocas veces que salí de casa, fueron para asistir a cursos de la iglesia en donde impartían diferentes materias para el examen de admisión (Testimonio 20).

Y con esto se empieza otra, la preparación para la entrada a la universidad, mucha incertidumbre que me causó inseguridad por la forma en que se va soltando y modificando la dinámica, en lo personal me costó muchísimo estudiar, lo dejé un poco para último momento, me ocasionó mucho estrés, pero al final llegó el día de ir a presentar el examen a la facultad, el primer momento en

el que me enfrento a ver tantas personas, claramente con el protocolo de seguridad pero aun así es sorprendente encontrarme con tantas personas y siendo San Luis la ciudad pequeña que es, no reconocer a nadie (Testimonio 17).

Regresé al gimnasio, cosa que es un pilar en mi vida, me ayuda mucho con mi ansiedad, mi estabilidad emocional y mental, y esta salida aunque es corta cambió para mejor la situación en la que me encontraba, ahora que hago mención de este tema sensible que es la ansiedad, se volvió algo muy fuerte en mi vida, especialmente direccionado a mis clases, las participaciones, exposiciones me empezaron a causar mucho conflicto, y es un poco molesto el cómo antes me parecía tan normal convivir, justo ahora el pensamiento de hablar en clase no me pone en la mejor situación, pido una disculpa por no ser la versión más participativa de mí, pero estoy trabajando en ello (Testimonio 3).

Cuando terminó el semestre me sentí aliviada, no estaba tan cansada de la escuela, pero ya me había empezado a fastidiar (Testimonio 19).

Empieza el segundo semestre completamente en línea y me harté en los primeros días. En realidad, ya estaba cansada del semestre pasado, pero en este nuevo semestre, mi cuerpo y mi salud mental dijeron "basta" y me desconecté de mis responsabilidades por un buen tiempo. Me gustaban los temas que veíamos, pero ya no tenía ganas de entrar a clase, estaba bastante cansada todo el tiempo, me sentía desmotivada y sin ganas de hacer nada. Puedo decir que estoy harta del semestre en línea (Testimonio 9).

No poder salir, ni convivir como estaba acostumbrada, ha sido un martirio. Llevo sin bailar en clases desde el año pasado, llevo sin salir a fiestas desde el año pasado, en realidad, llevo sin relacionarme con un mundo físico desde el año pasado. Esto no sólo ha mermado mi salud física y mental, sino que también me ha afectado mucho en las habilidades sociales que tenía (Testimonio 23).

Pasé de emanar una vibra zen a llorar de la nada, podía estar comiendo y sin motivo o razón derramaba lágrimas al igual que el convivir con mi papá se volvía cada

vez más difícil, pero sobre todo extrañaba a mi tita (Testimonio 15).

Hay veces que me miro al espejo y no puedo reconocerme. Estoy pálida y delgada, cada vez resalta más el color de las ojeras, consecuencia del insomnio. Estoy consciente de que mi mente se deteriora y mi cuerpo poco a poco también se marchita. Anhele mucho dormir por las noches, he intentado ejercitarme mucho para así poder estar cansada, y lo estoy. Mi mente y mi cuerpo ya están agotados, pero no puedo dormir. Paso las horas de la noche dando vueltas en la cama, rodeada de oscuridad y la tristeza que me asfixia. Me cubro con las mantas, grito y lloro desesperadamente porque no sé cómo detener esto. A veces lloro hasta por fin conciliar el sueño y otras veces, mientras pienso en que debo cambiar, en qué téis relajantes buscar y cuántas veces debo meditar para descansar, suena la alarma y todo se repite de nuevo. Estoy tan agotada durante el día que a veces no me puedo levantar, mi cuerpo se siente pesado, oprimido, como si una fuerza invisible me abrazara hacia abajo. Esto también ocurre cuando es hora de comer. Mis brazos se sienten como el plomo y lloro de desesperación al no poder levantar el tenedor. Si esto no sucede, entonces las náuseas no me dejan probar bocado (Testimonio 28).

Las horas se funden con el pesado calor de mi habitación, veo cómo sucede mientras estoy tirada en el piso, rodeada de las mismas cuatro asfixiantes paredes, muchas veces se siente como si estuviera muerta. Estoy cansada (Testimonio 6).

A continuación, se presentan algunas de las experiencias relatadas por los jóvenes sobre los problemas que enfrentaron para poder acceder a las clases en línea desde sus hogares.

Problemas de conectividad ante la nueva realidad de estudiar desde casa

Comienzan a hacerse notar las complicaciones de conexión con algunos compañeros foráneos que regresaron a sus respectivas ciudades, pueblos, ranchos y/o co-

munidades; así como las complicaciones de compañeros que no contaban con el equipo apropiado para poder sostener una red estable de internet o algún dispositivo para abrir las plataformas destinadas para clases; en mi situación, no contaba con un contrato de servicio de internet, por lo que tenía que hacer uso de datos a través de recargas telefónicas, que en ocasiones no eran posibles a causa de los problemas económicos que veníamos arrastrando desde 2019 (Testimonio 2).

Y para terminar de empeorar las cosas, mi computadora vieja no podía soportar tantas clases en línea que la terminé sobre explotando y aunque no quisiera, terminó siendo obsoleta para mis clases ya que era muy lenta y se le terminaba muy rápido la batería, así que a mitad del semestre tuve comprar otra nueva (Testimonio 7).

Anteriormente ya se había presentado un confinamiento por parte de la influenza, pero con menos Impacto comparada con la actual. Al ser algo nuevo, tanto para los maestros como para los alumnos de los diversos niveles escolares, se buscó rápidamente opciones con el objetivo de continuar nuestros estudios. Surgiendo diversas herramientas digitales que cumplían con este objetivo. Tales aplicaciones como *Zoom*, *Microsoft teams*, *Skype*, *Google classroom*, entre otras. Mi primer problema presentado por dichas aplicaciones fue el hecho que, al ser diversos maestros, utilizaban diferentes aplicaciones, creándome una desorganización o confusión al entregar trabajos o exámenes y asistir a sus clases virtuales (Testimonio 6).

Como todo mi desenvolvimiento en estas herramientas digitales es a través de mi celular, no podía subir mis trabajos desde éste, teniendo que pedir prestada la laptop de mis hermanas, generándose a veces conflictos por esto; incluso tenía que pedir favor algunos de mis compañeros para que subieran mis trabajos (Testimonio 27).

A continuación, se presentan algunos casos en donde las y los jóvenes relataron cuáles fueron algunos de sus problemas de salud durante el confinamiento.

Problemas de salud durante el confinamiento

Aunado a ello, la preocupación por la pérdida de visión de mi madre a causa de la diabetes; la presión universitaria por mi irregularidad en materias y una insana relación con una ex pareja, quien se la pasaba enviándome mensajes, reclamando que simplemente me desaparecí de su vida al eliminarlo y bloquearlo de mis contactos de *WhatsApp*, *Facebook* e *Instagram*; además de problemas económicos en casa, debido a la primera cirugía para que mi madre recuperara la vista y la continua asistencia con médicos especialistas para controlar su nivel de glucosa. Agregando a eso, el confinamiento y la convivencia y el compartir espacios con tres personas más aumentó mis niveles de ansiedad. Lo supe porque, además de mis malestares físicos, volví a ingerir detergente en polvo y jabón en barra, una forma de controlar mi ansiedad, ya que al estar en casa no podía fumar nada; contando también el no recibir respuesta o, por lo menos, haber sido notificada por algunos profesores de cómo se llevaría a cabo el resto del semestre, tras escuchar rumores de que no se retornaría a clase el día preestablecido por las autoridades de la UASLP, a causa de la gravedad con que el virus covid-19 estaba propagándose por el continente americano y el empeoramiento en países asiáticos y europeos (Testimonio 10).

Estar ahí, con la familia, con los amigos, con los extraños incluso y eso ha sido un reto grande para mí, porque al estar ahí por medio de entornos virtuales mis brazos me duelen, mis ojos me arden a causa del brillo de la computadora y el celular; mis piernas se duermen y mi cadera ya se ha resentido (Testimonio 5).

Mi salón de clases se ha visto confinado a intentar prestar atención al maestro en una pequeña pantalla del celular, mientras estoy sentada en un banco alto y sumamente incómodo que siempre me ha dejado dolores de espalda y de cadera a mis cortos 21 años, pero que es una mejor opción ante la comodidad de la cama que me ha hecho quedarme dormida en más de una ocasión (Testimonio 13).

Mis actividades personales cambiaron drásticamente a cuando iba a la Universidad, puesto que antes hacía ejercicio en el gimnasio de esta misma y ahora tengo problemas alimenticios; provocando que bajara y aumentara de peso. Además, solía visitar y salir con mis amigos después del *gym* o de clases y ahora tengo muy pocas oportunidades de salir, además, por las circunstancias. De igual manera, el no salir a las diferentes actividades, afectó en cierto grado a mi salud mental, mostrándose como lapsos de ansiedad momentánea, estrés y hasta momentos de depresión, sin embargo, el estar en contacto con personas de la iglesia fue importante para mí para mantener una salud mental, y me atrevo a decir que tanto para mí como para mi familia (Testimonio 29).

En el siguiente apartado, se recuperan experiencias de lo que significó concentrar y desarrollar una buena parte de las actividades escolares y de convivencia con otras personas desde la intimidad de las habitaciones del hogar.

La rutina de estudiar y de hacer otras tantas cosas desde un cuarto

Mi cuarto siempre ha sido mi refugio, donde puedo ser y hacer con la tranquilidad de que nadie me va a juzgar porque los únicos ojos que me ven son los míos en el reflejo de los espejos. Los espejos de mi cuarto han sido testigo de los cambios emocionales y físicos que tuve que vivir a lo largo del encierro; noches de llanto y crisis de ansiedad por no poder lidiar con las situaciones familiares, no saber hacer una tarea con un profesor que no responde los mensajes, o bien, por el pánico momentáneo causado después de cortarme el pelo en un intento de sentirme mejor conmigo misma (Testimonio 2).

Cada mañana tengo que tender mi cama para tener mi refugio listo para cuando salga de mi horario escolar, me quito la playera vieja y raída que uso para dormir y me intento vestir con algo que me cubra lo suficiente como para poder prender mi cámara y no sentirme avergonzada ante mis compañeros. Si no hago estas dos cosas, siento

que la frontera entre mi salón de clases y mi refugio se borra por completo, cosa que jamás pasaría de estar en mis queridas aulas frías y poco ventiladas de la universidad (Testimonio 12).

En mi vida escolar el examen se había visto pospuesto y cuando por fin fue posible entrar a la licenciatura lo hice, pero dejé de percibirla como una universidad, no había compañeros, las paredes de mi cuarto se convirtieron en mi aula y todo lo que me entusiasmaba de por fin poder entrar a mi carrera soñada no existía más. Sinceramente todo el camino ha sido duro, antes de la pandemia siempre me había percibido como una mujer quitada de pena, a la cual se le facilitaba socializar en cualquier ámbito, pero estando detrás de una pantalla el solo hecho de prender el micrófono para emitir una opinión sobre las lecturas me ha causado una guerra interna, como el levantarme a las 7 para sentarme en el escritorio que se encuentra justo aun lado de mi cama me ha parecido un castigo (Testimonio 9).

Mi primera dificultad fue con la de no contar con un espacio adecuado ya que no tengo escritorio y el comedor ya estaba siendo utilizado por mi padre. Me adapté colocando mi laptop en mi cajonera sobre unos libros y poniéndola de frente a mi cama, donde me siento. Tengo una tabla de madera que me sirve para apoyar mis libretas y tomar apuntes, pero creo que este hábito me está generando una mala postura y dolores de espalda. Por ello a veces decido apagar la cámara y acostarme, pero muchas veces eso hace que termine dormida (Testimonio 8).

Por supuesto que hay ventajas de tomar las clases a distancia, como no tener que levantarse temprano, solo arreglarse de la cintura para arriba y ahorrar dinero en gasolina y transporte, así como poder conversar con los compañeros por medio de *whatsapp* u otras aplicaciones en plena clase. Sin embargo, creo que estas ventajas nos han traído también malos hábitos. Muchos nos levantamos de la cama 5 minutos antes de que comience una clase y creo que por ello no es extraño ver a nuestros compañeros peinándose o preparándose el desayuno. También hay otros que deciden tomar un baño o ponerse a hacer el

aseo. Esto último yo lo he hecho mucho. Pongo mi celular en el bolsillo de mis pantalones y escucho la clase con audífonos, como si se tratara de un podcast (Testimonio 15).

La vida de las y los jóvenes durante el confinamiento: un balance de lo que representó estar encerrado en casa

Impactos del encierro en el estado de ánimo entre los jóvenes

Las experiencias de los jóvenes nos muestran que la situación de las juventudes potosinas no ha resultado estar alejadas de lo que se ha sido experimentado por las juventudes en otros países; por ejemplo, los resultados de la *Encuesta de percepción y actitudes de la población. Impacto de la pandemia covid-19 y las medidas adoptadas por el gobierno sobre la vida cotidiana*, aplicada por el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (Unicef/Argentina, 2020), se destacó que un 50.5% de los jóvenes del país afirmó estar deprimido, angustiado o asustado por la pandemia de coronavirus covid-19. Además, el 44% pensó que ellos o sus familias se van a contagiar.

Los trastornos en la salud mental y también la salud física han sido también escenarios en los que las y los jóvenes han lidiado con la pandemia, tal vez no viéndose en situaciones de gravedad por contagios de covid-19, pero sí en aspectos derivados por lo incómodo que podía ser pasar largas horas del día frente a una pantalla de un dispositivo electrónico y lo anterior se agravaba aún más cuando los lugares de estudio eran espacios reducidos de las propias casas-habitación; ya que hay que recordar que las y los jóvenes tuvieron que compartir espacios físicos de la casa y dispositivos electrónicos con otros miembros de la familia.

Cancelar de un día para otro la convivencia social de los/as jóvenes en sus espacios cotidianos (escuelas, parques, cines, teatros, antros), y con sus pares (compañeros de escuelas, compañeros de trabajo, novios, amigos), resultó ser un detonador de innegables crisis emocionales para cada uno. También estas narrativas son bastante parecidas a las que otros investigadores y otras instituciones han logrado documentar (Tavera, 2022).

Ciertamente las y los jóvenes contagiados y fallecidos por covid-19 no resultaron ser tan numerosos como sí lo fueron otros grupos de edad, pero los daños a la salud emocional que dejaron meses de encierro sin poder asistir a la escuela y compartir muchas otras actividades con sus pares, sí generó innegables secuelas, lo que hará necesaria una acción estratégica de acompañamiento y/o tratamiento no sólo académico; sino también un acompañamiento emocional y afectivo. Las y los jóvenes han enfrentado muchos duelos, y esto no sólo se refiere a la muerte de algún pariente, o conocido. Los duelos han sido experimentados por haber tenido que romper con sus planes y sus proyectos por culpa de un encierro que llegó de un día para otro y que obligó a cancelar muchos proyectos y actividades que se habían planeado con mucho tiempo de anticipación (fiestas de fin de cursos, viajes de movilidad estudiantil, prácticas de campo y otras actividades importantes para las y los jóvenes).

Intentando estudiar a través de una pantalla de celular o desde la pantalla de la computadora

Trasladar las clases a casa fue sin duda una experiencia cargada de muchos retos tanto para los estudiantes, pero también lo fue para los profesores. Muy pocos estudiantes y pocos docentes estaban preparados para los retos que impuso el confinamiento en este sentido. Desde siempre, la escuela había transcurrido en el escenario presencial, lo virtual era ocupado para otras actividades de ocio, diversión y entretenimiento; sin embargo, realizar una estrategia de aprendizaje y de enseñanza al 100%, bajo este formato, fue algo tan novedoso que a los pocos días y semanas empezó a dejar sus secuelas negativas. Un hecho que se repite es que al inicio de las clases a distancia lo que se hizo presente fue una situación un tanto caótica, ya que en varios casos la virtualidad fue inexistente, lo anterior ocurrió de esta manera porque los profesores sólo se limitaron a mandar tareas, pero el contacto con sus estudiantes para tener una retroalimentación y tener un acompañamiento nulo.

En otros casos, cada maestro buscó tener contacto con sus estudiantes por medio de aquella plataforma con la que estaba algo

familiarizado. Por lo tanto, un mismo estudiante tuvo que aprender a instalar en sus celulares o en sus computadoras las siguientes plataformas: Skype, Zoom, Teams, Classroom, Moodle, Didactic, Kast, Google Duo, y tuvo que aprender o intentar aprender a tomar sus clases y generar sus tareas y compartirlas por estas plataformas, lo que ocasionó que muchos dejaran de asistir a sus clases o que éstas les parecieran algo terriblemente complicado, pero también aburrido y con escaso interés de aprender.

A este caos inicial, se tuvo que agregar las desigualdades digitales y las desigualdades económicas de cada estudiante y de su propio entorno familiar, el cual en muchos casos resintió los estragos de la pérdida del empleo por alguno o más de los integrantes del núcleo familiar. Las clases a la distancia fueron muchas experiencias a la vez. Sobre esto, las instituciones de educación superior enfrentaron un reto mayúsculo, es decir, es importante generar diagnósticos para evaluar lo que sus estudiantes dejaron de aprender y buscar suplir esas carencias que dejó el que no se tuvieran las oportunidades de hacer prácticas de campo, servicios sociales que quedaron a medias o que no empezaron, movilidades que no se ejecutaron. Es decir; cómo enfrentar estrategias para hacer frente a lo que no pudo desarrollarse y que ha dejado secuelas en el aprendizaje de los estudiantes. Al menos un efecto de todo lo anterior lo tenemos con las cifras del abandono escolar³, lo que se

3 Al respecto, resultados de la Encuesta para la medición del impacto covid-19 en la Educación (ECOVIED) 2020, levantada por el Instituto Nacional de Estadística y Geografía, informó lo siguiente: se estima que del 2.2% (738.4 mil personas) de la población inscrita el ciclo escolar 2019-2020 que no concluyeron, más de la mitad de ellos (58.9%) señaló que fue por un motivo relacionado a la covid-19, el 8.9% por falta de dinero o recursos, el 6.7% porque tenía que trabajar y, finalmente, el 25.5% restante mencionó otros motivos distintos. Los motivos específicos asociados a la covid-19 por los que no se concluyó fueron: perdió el contacto con maestras/maestros o no pudo hacer tareas (28.8%), alguien de la vivienda se quedó sin trabajo o redujeron sus ingresos (22.4%), la escuela cerró definitivamente (20.2%) y carecía de computadora, otros dispositivos o conexión a internet (17.7%). El porcentaje de población que no concluyó el ciclo escolar por motivo de la pandemia por covid-19 según el nivel de escolaridad, va en decremento conforme aumenta el nivel de escolaridad, se identifica que para quienes estaban en preescolar fue prácticamente el motivo único de no concluir el año escolar (94.7%), el porcentaje se reduce a 73.2% para el nivel primaria y llega a 35.9% para educación media superior, siendo el menor porcentaje, pues en educación superior el porcentaje de mención de la covid-19 como motivo de no conclusión fue de 44.6%. Por otro lado, el porcentaje que no concluyó el ciclo escolar 2019-2020 por falta de recursos o porque tenía que trabajar fue

ha traducido en un menor interés del estudiantado por acceder a la educación en el nivel medio y superior.

Como se puede ver, las actividades académicas no se detuvieron, sin embargo, es de llamar la atención la variedad de estrategias a la que tuvieron que recurrir tanto los profesores como los/as estudiantes, para poder continuar llevando plan de trabajo que establece cada uno de los programas de cada una de las materias que las y los jóvenes estaban cursando y que los profesores estaban impartiendo antes de que se declarara la cuarentena por el covid-19. Además, para algunos/as jóvenes estas nuevas formas de estudiar representaron un reto, ya que hubo quienes señalaron lo difícil o lo imposible que les resultó estar conectados, o simplemente tener una computadora o teléfono de reciente generación o también la imposibilidad de tener acceso a la red, porque se carecía del recurso para pagar una recarga o acceder a un plan que permitiera contar con el internet en casa⁴.

Resultó evidente que la pandemia también contribuyó a evidenciar las desigualdades económicas de la población y eso fue brutalmente evidente en el tema de la conectividad, ya que hubo estudiantes en los que en su familia no contaban con los recursos suficientes para tener acceso a un proveedor de internet; y en otros casos sus aparatos telefónicos o sus computadoras resultaron ser totalmente obsoletas. Un rostro más de las graves asimetrías y desigualdades en las que viven millones de personas jóvenes en nuestro país⁵.

del 5.6% para el nivel de secundaria, 43.7% para el nivel de media superior y de 25.1% para el nivel superior.

4 Por ejemplo, algunos resultados de la Encuesta para la medición del impacto covid-19 en la Educación (ECOVID-ED) 2020, levantada por el Instituto Nacional de Estadística y Geografía informó lo siguiente: Ante la pandemia, las instituciones educativas tanto públicas como privadas han puesto en marcha programas para continuar con la educación a distancia a través del uso de las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC), herramientas que han sido indispensables para la comunicación entre docentes y alumnado, en un principio implementado de forma excepcional para adaptarse rápidamente a la nueva forma de aprendizaje con la finalidad de lograr que la población inscrita concluyera el ciclo escolar 2019-2020; para dicho ciclo, la herramienta digital más utilizada por el alumnado, fue el teléfono inteligente con el 65.7%, le siguió la computadora portátil con el 18.2%, computadora de escritorio 7.2%, 5.3% con la televisión digital y la tablet con el 3.6%.

5 El Consejo Nacional Para la Evaluación de la Política de Desarrollo Social (Coneval, 2021),

Deterioro de la salud en tiempos de encierro

Evidentemente, se registraron contagios por covid-19 entre las y los jóvenes que compartieron sus experiencias durante el confinamiento, sin embargo, no resultaron ser experiencias fatales, como sí ha sido reportado para otros sectores de la población, en particular para personas adultas y que además presentaban alguna enfermedad crónico-degenerativa⁶. Permanecer tanto tiempo en casa y sin la posibilidad de caminar y ejercitarse, como se hacía tradicionalmente en las calles, los parques y las escuelas, generó que las y los jóvenes adecuaran sus actividades a pequeños espacios en sus hogares y con la presencia de muchas otras personas; ello ocasionó deterioro y malestar en sus ojos (largas horas frente a una pantalla de una computadora), dolor en piernas y brazos.

Evidentemente, también hubo casos de alteración de hábitos de alimentación y, por lo tanto, ello repercutió en subir o perder peso. El sueño fue algo que entre los jóvenes se vio alterado y por lo tanto ello repercutió en sus estados de ánimo: mal humor, estrés y cansancio. En todo este escenario hubo muy poca información sobre el impacto del encierro en los hábitos del consumo

publicó los resultados de la medición de la pobreza y la pobreza extrema entre la población mexicana entre el periodo 2018-2020. Para ambos casos: pobreza y pobreza extrema se reportaron incrementos (para el caso de la pobreza, se pasó del 41.9% al 43.9% y del 7.0% al 8.5% en el indicador de pobreza extrema), lo cual seguramente es uno de los muchos efectos de la pandemia, que provocó no sólo contagios y muertes, sino que también provocó que millones de personas vieran reducidas sus capacidades económicas.

6 Para el mes de octubre del 2021, según datos oficiales, el número de contagios por covid-19, el rango de edad con la mayor cantidad de personas que dieron positivo a covid-19 fue la categoría de ciudadanos entre 30 y 44 años de edad. Los grupos con menor cantidad de casos fueron los adultos mayores de 90 años, y los niños y adolescentes de menos de 15 años. En el caso de la población joven (15-29 años) el número de contagios fue de 906,000, y esos números se incrementaron para en el siguiente rango de edad de los 30-44 años, ya que los casos positivos fueron: 1,171, 738. Una vez que se inició la campaña de vacunación a finales del 2020, la población objetivo fueron los adultos mayores; mientras que la población joven tuvo que esperar a ser vacunada hasta el mes de agosto del 2021 (Statista, 2021). Evidentemente, se han registrado muertes entre la población joven, pero han sido significativamente menos que los que se han registrado entre la población adulta; al respecto es interesante el análisis que se ha realizado desde algunos organismos internacionales y que destacan que el riesgo de muerte por covid-19 fue significativamente más bajo entre la población de los jóvenes en comparación con las personas de la tercera edad. Al respecto se puede consultar el análisis que se incluye en el blog del Banco Interamericano de Desarrollo (Chauvin et al., 2020).

de alcohol, tabaco y de otras drogas entre las y los jóvenes. Esto último es, sin duda, un tema que requiere mayor interés e información.

*Cuando la casa se volvió aula, centro de trabajo
y otras muchas cosas más*

La vida escolar, pero también la vida social, el entretenimiento y la vida amorosa se llevó a la casa, pero para muchos de los casos que aquí se presentan la recámara se transformó en el lugar en donde se intentaba tomar clases y hacer muchas otras actividades. Sin duda, ello generó ajustes en la manera en la que se experimentaba la vida y por supuesto generó cambios en sus estados de ánimo. Acostumbrados a convivir personalmente con sus amigos, con sus compañeros de clase, sus docentes y sus parejas, todo esto se tuvo que modificar. La socialización se dio por largos meses por medio de un teléfono celular o un equipo de cómputo. Desde los cuartos de recámara o desde otros espacios del hogar, se intentó llevar una nueva experiencia de vida.

No hay duda de que para las y los jóvenes la interacción presencial y ocupar espacios públicos para realizar esa interacción es crucial en la construcción de su identidad y en la reafirmación de los roles al interior del grupo en el que se desenvuelven. Por lo tanto, es clave que instituciones de salud pública y las propias instituciones educativas puedan tener conocimiento de la existencia de este tipo de experiencias, contadas por los propios jóvenes, para que de manera colaborativa se construyan proyectos de atención y de acompañamiento de la población juvenil, pero también de aquella población adulta con la que cotidianamente conviven, ya que ambos grupos de población han pasado mucho tiempo juntos; pero, al parecer, esta convivencia no siempre resultó en las mejores interacciones que podamos imaginar.

Al respecto, en otro trabajo de la autoría de quien escribe estas líneas (Rivera, 2022), se pudo documentar que una buena parte de los conflictos que las y los jóvenes padecieron durante el largo periodo de encierro, se tuvieron principalmente con sus hermanos, sus papás y mamás y ocasionalmente con otros parientes

que llegaron a la casa. La larga convivencia en un mismo espacio generó roces, malentendidos y muchos conflictos.

Reflexiones finales

Lo que muestran las experiencias que aquí se han presentado es la necesidad por parte de las instituciones educativas de poner en el centro de la reflexión no sólo el desempeño académico de sus estudiantes durante este largo periodo de confinamiento, sino que también es clave el seguimiento y el apoyo que les brinde a los mismos estudiantes sobre su salud mental y emocional.

Se vuelve urgente la construcción de diagnósticos participativos entre autoridades, docentes, padres de familia y las juventudes, para tener resultados y miradas integrales sobre lo acontecido durante el periodo del confinamiento y con ello construir proyectos de atención a la salud emocional, generar estrategias que permitan cuantificar lo que no se aprendió en las aulas y también en documentar las experiencias de resiliencia y de éxito para las y los jóvenes, ya que no todo han sido experiencias negativas.

Al respecto, es importante retomar el valor de la virtualidad para poder desarrollar muchas otras actividades y no sólo limitar la virtualidad a los escenarios de la diversión y el ocio, sino también ampliarlo ahora para la construcción de escenarios para hacer investigación, de conectarse con otros jóvenes y compartir información de su interés, contactar a investigadores y activistas en cualquier parte del mundo.

La pandemia y el encierro provocaron muchos duelos y pérdidas entre las y los jóvenes, no solamente fue el hecho de no poder asistir presencialmente a la escuela, fue también el impacto emocional que tuvo en sus vidas el hecho de no poder despedirse de sus anteriores compañeros de clase, de sus profesores; fue también terminar relaciones amorosas, no poder visitar a sus parientes, perder ellos mismos sus empleos y el impacto que eso tuvo en sus economías personales y familiares.

Terminar cursos sin tener contacto y retroalimentación académica con sus profesores fue muy común en el caso del alumnado que estaba estudiando la preparatoria, pero también aparece en

los testimonios de estudiantes que estaban en las aulas universitarias. Entrar a la universidad cuando las clases se transformaron en una interacción a través de una pantalla se terminó volviendo, en la mayoría de los casos, en una experiencia de una formación universitaria aburrida, monótona y desgastante en alguna habitación de la casa. Sin duda, esta fue una etapa muy diferente a la que las y los estudiantes habían imaginado antes de que la pandemia y el confinamiento se hiciera presente en su vida cotidiana. La experiencia de terminar la preparatoria e ingresar a la universidad, estuvo marcada por múltiples impactos de la pandemia y el respectivo confinamiento.

Ante los cambios en los estilos de vida de las y los jóvenes, se vuelve necesario generar datos locales/nacionales y luego, siguiendo la tradición de los estudios cualitativos, desarrollar estudios comparativos, para ver si lo que sucedió en la vida de la juventud potosina encuentra similitudes o diferencias con lo que vivieron jóvenes en otros estados del país, en otros países y en otros continentes, esa es la meta en el mediano plazo.

Ante la falta de una política educativa que atienda la salud mental de las y los estudiantes, los testimonios que aquí se han presentado resultan ser un material invaluable como objeto de estudio para diferentes especialistas vinculados con la docencia: psicólogos, pedagogos, sociólogos, entre otros. La importancia no radica entonces en los aprendizajes o en recuperar el tiempo perdido, sino en ver la salud integral de las y los alumnos; como individuo mente-cuerpo, como un ente social, para después pensar en la o el alumno como individuo.

Finalmente, es importante destacar que antes de que la pandemia y el obligatorio confinamiento se hicieran presentes en la vida de las y los jóvenes, la situación de las juventudes en México y en otras partes de América Latina era de un marcada vulnerabilidad y exclusión en los ámbitos económicos, políticos, sociales, jurídicos y culturales. Además, en los últimos años hay que destacar la presencia de muchas expresiones de las violencias que son ejercidas cotidianamente desde varios frentes (ejército, policías, grupos de la delincuencia organizada) y que ha llevado a que las trayectorias de vida transcurran en condiciones de desfavorables y que vayan sumando condiciones adversas (Nateras, 2019).

La tradicional violencia que se vivía en muchas formas en el espacio público, fue sustituida por los conflictos que las y los jóvenes tuvieron que enfrentar ahora con otros miembros de su propia familia, por muchas razones derivadas de un confinamiento que llevó la existencia cotidiana al máximo. Las carencias económicas fueron un aspecto que enfrentaron muchos hogares y ello terminó por repercutir en la calidad de vida de todos los integrantes de la familia. Los recibos de luz empezaron a tener incrementos, los planes o programas de empresas proveedoras de internet se hicieron necesarios y, por lo tanto, ello implicó mayores desembolsos, o en definitiva se tuvo que comprar una computadora o un nuevo teléfono. Todo ello mientras que uno o varios miembros de la familia perdían un porcentaje de su salario, o en algunos casos se tuvo que vivir la experiencia del desempleo de algún miembro de la familia.

En concreto, la pandemia dejó secuelas en muchos frentes de la vida personal, familiar y emocional de las y los jóvenes. Al quedarse en casa durante un largo periodo de tiempo pudieron mantenerse a salvo de contagiarse y evitaron, la mayoría, verse graves de su salud. Pero resultó que su aprendizaje durante el tiempo que duró el confinamiento fue bastante irregular; su salud mental se vio afectada por situaciones de estrés y mucha tensión. No tener la certeza de cómo sería el futuro los hizo caer en situaciones de miedo y de mucha incertidumbre. Pero también muchas personas lo vieron como una etapa de nuevos aprendizajes y de nuevas resistencias; el encierro en algunos casos sirvió o les motivó para aprender a dialogar y convivir con sus familiares más cercanos; con quienes en las circunstancias de la vida normal poco o nada se dialogaba. El encierro obligatorio también hizo visible la fuerza, la energía y la capacidad creativa y de resistencia de las juventudes. Aquí se han presentado pequeños fragmentos de una historia que está aún por contarse y recuperarse. Una historia de lo que fue su vida en los días y meses más difíciles de la pandemia.

Referencias

- Acevedo, P. y Da Porta, E. (2022). *Juventudes, prácticas y conocimientos situados. Notas en pandemia*. Clacso.
- Ascencio, F., Valdivia, M. y Mendoza, C. (Coordinadores) (2023). *Pandemia y desigualdades sociales y económicas en México*. UNAM/Coordinación de Humanidades/Centro Regional de Investigaciones Multidisciplinarias.
- Becas Benito Juárez (2024). *Beca Jóvenes escribiendo el futuro*. <https://becasbenitojuarez.net/beca-jovenes-escribiendo-el-futuro/>
- Bénard Calva, S. M. (2019). *Autoetnografía. Una metodología cualitativa*. UAA/Colsan.
- Bochner, A. (2001). Narrative's virtues. *Qualitative Inquiry*, 7(2), 131-157. <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/107780040100700201>
- Cedillo-Barrón, L., López Perrusquilla, V., García, J. y G. Visososo (2020), covid-19. La enfermedad viral que se diseminó en el mundo. *Revista Avance y Perspectiva*. <https://avanceyperspectiva.cinvestav.mx/covid-19-el-virus-que-se-disemino-en-el-mundo/>
- Chauvin, J. P., Fowler, A. y Herrera, N. (2020, 15 de diciembre). A los jóvenes les va mejor con la covid-19. Pero en América Latina la realidad es más compleja. *BID Blogs*. <https://blogs.iadb.org/ideas-que-cuentan/es/a-los-jovenes-les-va-mejor-con-la-covid-19-pero-en-america-latina-la-realidad-es-mas-compleja/>
- Consejo Latinoamericano de Ciencias Sociales (Clacso). (2021). *Adolescentes y pandemia en México. Experiencias, sentimientos y voces adolescentes*. <https://www.clacso.org/actividad/adolescentes-y-pandemia-en-mexico-experiencias-sentimientos-y-voces-adolescentes-2/>
- Consejo Mexicano de Ciencias Sociales (Comecso). (2021). *Convocatoria*. <https://www.comecso.com/convocatorias/comunidad-y-la-pandemia>.
- Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social (Coneval). (2021). *Medición de pobreza 2020*. https://www.coneval.org.mx/Medicion/PublishingImages/Pobreza_2020/Pobreza_2018-2020.jpg
- Diario Oficial de la Federación (DOF). (2019, 28 de junio). *Lineamientos para la operación del programa Jóvenes construyendo el futuro*. https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5564450&fecha=28/06/2019#gsc.tab=0
- Guillén, R. (2022). Autobiografía en el bachillerato: Una propuesta desde la autoetnografía y la teoría de grupos. En *Etnografías afectivas y*

- autoetnografía. Tejiendo nuestras historias desde el sur* (pp. 23-31). Investigación y diálogo para la autogestión social.
- Gobierno de México. (2022, 10 de febrero). *Beca Universal para el Bienestar Benito Juárez de Educación Media Superior*. www.gob.mx/becas-benitojuarez/articulos/beca-benito-juarez-para-jovenes-de-educacion-media-superior-216589
- Gobierno de México. (2024a). *Coordinación Nacional de Becas para el Bienestar Benito Juárez*. www.gob.mx/becasbenitojuarez
- Gobierno de México. (2024b). *Becas educación básica*. www.gob.mx/be-caeducacionbasica
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía e Informática (2020) *Encuesta para la medición del impacto covid-19 en la Educación (Ecovid-ED) 2020*. <https://www.inegi.org.mx/investigacion/ecovided/2020/>
- Moreno, F. (2022). *Historias de una pandemia*. Aguilar.
- Nateras, A. (2019). *Juventudes sitiadas y resistencias afectivas*. Gedisa.
- Olvera, F. (2020). Percepción de estudiantes universitarios sobre la enseñanza en línea durante la pandemia de covid-19: Algunos apuntes. *Notas de coyuntura del Centro Regional de Investigaciones Multidisciplinarias de la UNAM* (25), 1-6. Repositorio Universitario del CRIM: Percepción de estudiantes universitarios sobre la enseñanza en línea durante la pandemia de covid-19: algunos apuntes (unam.mx). <https://ru.crim.unam.mx/handle/123456789/65>
- Puebla, B. y R. Vinader (2021). *Ecosistema de una pandemia. covid-19, La transformación mundial*. Dykinson.
- Rivera, J. G. (2022). Quédate en casa: un análisis de la experiencia del confinamiento en casa entre estudiantes del nivel superior en San Luis Potosí, México. *Rutas de campo* (6), 89-107. <https://revistas.inah.gob.mx/index.php/rutasdecampo/article/view/17878>
- Sepúlveda, J. (Coord.). (2024). *Informe. Comisión independiente de investigación sobre la pandemia de Covid-19 en México. Aprender para no repetir*. Consejo Mexicano de Ciencias Sociales. <https://www.comecso.com/publicaciones/informe-sobre-la-pandemia-de-covid-19-en-mexico>
- Statista (2021). *Número de casos confirmados de covid-19 en México a 27 de junio de 2022, por edad*. <https://es.statista.com/estadisticas/1214113/casos-covid-mexico-edad/>
- Tavera, L. (Coord.). (2022). *Reflexiones desde el encierro: las juventudes frente a la pandemia*. Flacso.
- Tololyan, K. (1987). Cultural narrative and the motivation of the terrorist. *The Journal of Strategic Studies*, 10(4), 217-233. <https://doi.org/10.1080/01402398708437322>

Unicef/Argentina (2020). *Encuesta de Percepción y Actitudes de la Población. Impacto de la pandemia covid-19 y las medidas adoptadas por el gobierno sobre la vida cotidiana*. <https://www.unicef.org/argentina/media/8056/file/Covid19-EncuestaRapida-InformeEducacion.pdf>