



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA
Sistema de Universidad Abierta y Educación a
Distancia

Manuscrito Recepcional
Programa de Profundización en Psicología Clínica

**Efectos emocionales presentados en madres de familia
que estudian y/o trabajan durante contingencia de
pandemia por Covid-19**

Reporte de investigación Empírica de tipo Cualitativo

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

P R E S E N T A:

Martha Patricia Cruz Molina

Director: Mtro. José Manuel Rizo Diego

Vocal: Dr. Omar Moreno Almazán



Los Reyes Iztacala Tlalnepantla, Estado de México, a 21 de junio de 2021



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

Agradecimientos.

A mis hijas, que son el motor de mi vida y que han estado conmigo a lo largo de este proyecto apoyándome desde el inicio. Ha sido un largo camino pero siempre han estado allí motivándome constantemente para lograr mis metas y dándome las fuerzas para continuar. Las amo.

A mis padres, quienes me han dado los valores para ser la persona que ahora soy, por el apoyo que me brindan en todo momento y sobre todo por ser parte de mis logros y tropiezos.

A mi director de manuscrito por su valioso apoyo brindado durante la elaboración de este proyecto, por sus consejos y por exigirme para dar lo mejor de mí, guiándome en la adquisición de nuevos conocimientos y ponerlos en práctica en este trabajo.

A cada uno de mis sinodales por permitirme compartir con ellos los descubrimientos de este estudio realizado y formar parte de este gran momento.

A cada uno de los profesores que a lo largo de esta carrera han compartido conmigo sus conocimientos, su tiempo y su experiencia brindándome aportes de gran valor para contribuir en mi formación académica.

A Dios por darme a la familia que tengo, por todas las personas que ha puesto en mi camino para ser parte de mi aprendizaje como persona durante todos estos años, porque todo llega en su momento y por una razón, y estudiar esta carrera en esta etapa de mi vida me ha permitido crecer como persona, como madre, hija, amiga y compañera.

A los compañeros con quienes trabajé en conjunto a lo largo de los diversos módulos y semestres como parte de un aprendizaje integral. Así como a todos los participantes de mis prácticas que sin ellos no habría podido realizarlas.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	4
Justificación Teórica y Social	5
Pregunta de Investigación	7
Objetivo General.....	7
Objetivos Específicos.	7
MARCO TEÓRICO	7
Las madres de familia en México.....	7
Las emociones, ¿qué son?	8
Las emociones desde diversos enfoques.....	10
Malestar emocional y los factores psicosociales que lo detona.....	12
MARCO METODOLÓGICO	14
La metodología desde una perspectiva cualitativa.....	14
Perspectiva de investigación cualitativa: fenomenología en su vertiente fenomenografía. 14	
Método: Historias de vida.....	15
Modelo de análisis de datos.....	16
Procedimiento (fases y temporalidades).....	16
RESULTADOS	17
ANÁLISIS	18
Unidad de análisis 1. Contexto: Pandemia mundial por Covid-19.....	18
Unidad de análisis 2. Medidas sanitarias.....	19
2.1 Confinamiento, distanciamiento social, sana distancia, uso del cubrebocas, lavado de manos, etc.....	19
2.1.1 Mayor tiempo de convivencia familiar.	21
2.1.2 Cambio de Hábitos. Home Office y Home Schooling	21
2.2 Reducción de visitas a familiares y aumento de video llamadas y telecomunicación.	23
2.3 Uso de cubrebocas y sana distancia en espacios públicos.....	23
Unidad de Análisis 3. Efectos de pérdida en la pandemia.	24
3.1 Pérdida de la salud	24
3.2 Duelo o melancolía por pérdida de un ser querido cercano o conocido cercano.	25
3.3. Recesión económica y su impacto en la economía familiar	26
3.4 Disminución de desempeño académico	27
DISCUSIÓN	28
CONCLUSIONES	31

REFERENCIAS	32
APÉNDICE	38
Guía de preguntas para la entrevista.....	38

Efectos emocionales presentados en madres de familia que estudian y/o trabajan durante contingencia de pandemia por COVID-19.

INTRODUCCIÓN

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (2020), “los coronavirus (CoV) son una amplia familia de virus que pueden causar diversas afecciones, desde el resfriado común hasta enfermedades más graves, como ocurre con el coronavirus causante del síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS-CoV) y el que ocasiona el síndrome respiratorio agudo severo (SRAS-CoV)”, así mismo la OMS ha definido el término de Pandemia como “la propagación mundial de una nueva enfermedad”, (2010).

Es importante precisar que la situación actual que vivimos en el país, debido al nuevo coronavirus SARS-Cov-2 causante de la pandemia por COVID-19, es por mucho una situación atípica e inusual, generando diversas reacciones físicas y psicológicas tanto en las personas que se han visto afectadas por este padecimiento como en las que no, y que debido a la rapidez de contagio de la enfermedad, los gobiernos de cada país han tenido que tomar múltiples medidas preventivas con el fin de desacelerar su propagación y combatir este problema de salud pública y sus efectos en la población en general.

Conforme a lo anterior y debido a la situación actual en nuestro país generada por la llegada del nuevo Coronavirus SARS-Cov-2 y la implementación de medidas sanitarias, un porcentaje significativo de la población ha experimentado reacciones emocionales y psicológicas intensas. De este modo y en la medida en que las personas se aíslan, se han visto fragmentadas las estructuras de apoyo social, entre ellos elementos significativos como son los familiares, amigos, organizaciones comunitarias o laborales, los cuales son fuentes relevantes que funcionan como soporte emocional, material y económico, (Leiva, Nazar, Martínez, Petermann, Ricchezza & Celis, 2020).

Sin embargo, la pandemia actual originada por el coronavirus, es más que una crisis médica, también es una crisis política e ideológica, (Giroux, 2020); y que de acuerdo con Leven & Overwijk (2020), la pandemia está estrechamente interconectada con una economía globalizada que ha ido incrementando su intervención en los ecosistemas, por lo que no es de sorprenderse que nuevos virus emerjan y emigren de un lado a otro a gran velocidad.

De esta forma, los ataques destructivos que la globalización neoliberal ha perpetrado en contra del medio ambiente ha generado que virus como el COVID-19, se propaguen a gran velocidad creando una crisis pandémica, la cual ha generado en la población tensión, angustia, estrés, ansiedad, depresión y pánico que conllevan a estados de inestabilidad emocional, incidiendo en la baja productividad, afectando a la familia y a la sociedad tal como lo menciona Ondarza, (2020); la cual debido al neoliberalismo y al poder de los mercados, ésta se ha individualizado en la medida en que las personas se aíslan.

Justificación Teórica y Social

A partir de las medidas tomadas por la contingencia sanitaria a nivel internacional provocada por la enfermedad COVID-19, no sólo se ha visto afectada la vida de millones de personas a nivel salud, esta crisis también ha tenido un impacto importante en el área económica, laboral, comercial y psicológica que afectan las condiciones y calidad de vida de los individuos. En México, esta crisis es un gran reto ya que cuenta con fragilidades estructurales en diversos ámbitos.

Esta investigación toma gran importancia, ya que a través de este proyecto se pretende dar respuesta a nuestra pregunta de investigación: ¿Qué factores han influido en las emociones experimentadas por las madres de familia que estudian y/o trabajan durante la etapa de pandemia por COVID-19 y cómo afectaron su vida cotidiana? Por lo que, a través del relato de las experiencias vividas por las participantes del estudio, fue posible conocer cómo vivieron este periodo que inició a partir del cambio que se presentó de forma repentina en la vida de las personas, pero sobre todo en una población que es parte fundamental en el núcleo familiar y social;

como lo son las madres de familia, las cuales desempeñan distintos roles como son: estudiantes, trabajadoras, amas de casa, esposas, etc.

Desde un punto de vista social, es importante comprender la forma en que se relacionan el individuo y la sociedad, logrando con ello un mejor entendimiento de cómo las emociones y los problemas sociales se encuentran íntimamente vinculados. De ahí que la forma de reaccionar ante determinada situación, las emociones que se generan a partir de ello es diferente para cada individuo, y dependerá de la evaluación que cada persona realice del estímulo que la genera y del significado que se le otorgue, la emoción será adaptativa o desadaptativa, generando o no una respuesta de afrontamiento, (Valiente, 2017).

Así mismo, Valiente, (2017), también comenta que es posible que a partir de una situación específica, pueda originarse una respuesta desadaptativa; es decir, cuando el individuo permanece en un estado emocional de constante enfado, tristeza, ansiedad o miedo una vez que ha desaparecido el estímulo inicial; esta respuesta genera un sobreesfuerzo que no es posible mantener a través del tiempo, rebasando al individuo y manifestándose en forma de trastornos tanto de salud física como mental, entendiéndose que las emociones negativas que se mantienen constantes a lo largo del tiempo pueden ser gravemente perjudiciales en la vida de una persona, llegando a derivar en trastornos psicopatológicos entre los que se encuentran: depresión, trastornos de ansiedad y trastornos alimenticios.

Es por ello que este estudio se realiza con la finalidad de profundizar en el conocimiento de las emociones a partir de las vivencias, sentimientos y necesidades de un grupo poblacional específico, generadas desde un contexto social de inestabilidad laboral y académica, así como de incertidumbre y al mismo tiempo exigencia personal para mantener o mejorar sus condiciones actuales de vida.

Los aportes de este proyecto a la psicología son: promover la reflexión y el análisis crítico de la realidad emocional que se ha vivido durante una etapa de cambios y adaptaciones. De igual manera, enriquecer a través de los recursos generados por las experiencias de un grupo de mujeres, los contenidos teóricos originados de investigaciones anteriores acerca de las emociones.

Pregunta de Investigación

¿Qué factores han influido en las emociones experimentadas por las madres de familia que estudian y/o trabajan durante la etapa de pandemia por COVID-19 y cómo afectaron su vida cotidiana?

Objetivo General.

Describir a través de las experiencias y situaciones vividas por madres de familia a lo largo de la contingencia por COVID-19, las diversas emociones que han experimentado durante esta etapa.

Objetivos Específicos.

- Identificar y describir los hábitos en las mujeres que estudian y/o trabajan que tuvieron que adquirir para cuidar su salud y la de su familia.
- Describir el proceso de adquisición de medidas sanitarias para el cuidado propio y familiar.
- Analizar las emociones de valencia negativa que prevalecieron en las madres de familia en las condiciones de confinamiento por la pandemia.

MARCO TEÓRICO

Las madres de familia en México.

En México, las mujeres que son madres de familia conforman una parte de la población de gran importancia, principalmente debido a su rol dentro del núcleo familiar, que en la actualidad no se limitan únicamente a las labores del hogar, ya que de acuerdo con Migueles (2018, citado en Instituto Nacional de Estadística y Geografía, 2019), en México el número de madres que contribuye de manera importante o se hace cargo de la economía del hogar ha aumentado en los últimos años.

Es por ello que “diversos organismos internacionales han fomentado el empoderamiento económico de las mujeres, porque contribuye directamente a la igualdad de género, la erradicación de la pobreza y el crecimiento económico inclusivo (INEGI, 2019). Así mismo, de acuerdo con las estadísticas de este organismo “73 de cada 100 mujeres de 15 años o más que forman parte de la población económicamente activa tiene al menos un hijo nacido vivo” y “de acuerdo con datos de la Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo (ENOE), en el primer trimestre de 2018, del total de mujeres de 15 años y más, 42.6% está vinculada a la Población Económicamente Activa” (INEGI, 2019). Por lo que a partir de lo anterior, las actividades de un gran número de madres de familia comprenden además, de un trabajo remunerado fuera del hogar, la organización y control de las tareas de la casa el cual incluye la crianza de los hijos y su educación.

Las medidas sanitarias, entre las que se encuentran el confinamiento en los hogares ha propiciado que éstos se conviertan en un espacio destinado al cuidado y la educación de los niños, niñas y adolescentes, la socialización y el trabajo productivo; sin embargo, estas actividades no se distribuyen de manera equitativa, por lo que es en las mujeres en quienes recae principalmente la responsabilidad de realizar estas actividades, (Mora, 2020, p. 4). Por lo que los efectos psicológicos de los procesos de cuarentena incluyen estados emocionales relativamente esperables (enojo, aburrimiento, frustración, insomnio, etc.), como lo menciona Brooks, 2020 (citado en Orellana & Orellana, 2020).

Las emociones, ¿qué son?

Las emociones son consideradas como uno de los procesos psicológicos más complejos y difíciles de explicar que el ser humano experimenta, ya que a través de ellas logramos ocuparnos de aquellas cosas que realmente nos importan. De igual forma es gracias a este proceso psicológico que nos preparamos para enfrentarnos a las situaciones y adaptarnos a las exigencias del entorno.

En los últimos años mucho se ha escrito acerca de las emociones, sobre cuál es su naturaleza, qué función tienen, cómo se presentan, etc. De acuerdo con Pérez y Redondo (1997), “la emoción es entendida como un fenómeno complejo que viene

determinado fundamentalmente por el desarrollo conjunto de una serie de cambios fisiológicos, de conductas (no instrumentales en muchas ocasiones) y de experiencias subjetivas y evaluativas”. Estas reacciones se experimentan a causa de las diversas situaciones que una persona experimenta en determinado momento, a este respecto Fridja (1986, citado en Pérez y Redondo, 1997), comenta que “estas alteraciones son evocadas por situaciones, o eventos, internos o externos, que resultan significativos para la persona”.

De acuerdo con el análisis de Elster, (2001, citado en Peralta, 2018, pp. 50-53), las emociones pueden ser entendidas como un acontecimiento o como disposiciones, presentando las siguientes características:

1. *Sensación cualitativa*

Las emociones se pueden presentar como acontecimientos únicos, de esta forma, cada persona las experimenta y siente de manera diferente unas de otras.

2. *Aparición súbita*

Las emociones se desatan o se presentan de manera instantánea por estímulos perceptuales o cognitivos.

3. *Imprevisibilidad*

Las emociones generalmente son consideradas como eventos que se presentan por estímulos externos, es decir, que el sujeto no los provoca, de esta forma las emociones son el resultado de situaciones imprevistas.

4. *Corta duración*

Generalmente las emociones se presentan por un tiempo corto, no suelen ser de larga duración, aunque esta característica no es definitoria, ya que hay emociones que pueden durar un tiempo más prolongado, presentándose por varios días.

5. *Desencadenamiento cognitivo*

Debido a las diversas creencias del sujeto, las emociones pueden relacionarse con otras personas, con el sujeto mismo, por hechos temporales, contextuales o culturales.

6. *Dirigidas hacia un objeto intencional*

Las emociones se relacionan directamente con un objeto, una persona o un hecho específico.

7. *Expresión fisiológica y fisonómica*

Las emociones se presentan acompañadas de aspectos fisiológicos o fisonómicos, tales como: cambio en la postura corporal, cambio en el tono de voz, puede haber ruborización, sonrisas, llanto, etc.

8. *Inducción de cambios fisiológicos*

Los aspectos fisiológicos se pueden presentar en diferentes intensidades, de acuerdo al grado de excitación experimentado por el sujeto, se presentan de manera autónoma, es decir, el sujeto no cuenta con un control sobre ellos.

9. *Inducción de tendencias a realizar determinadas acciones*

Las emociones están relacionadas con ciertas tendencias a realizar determinadas acciones, aunque esto no necesariamente tiene que llevarse a cabo, puede quedar únicamente en la intención de hacerlo.

10. *Valencia*

Las emociones pueden ser experimentadas tanto de manera positiva como negativa, de esta forma se pueden percibir como placenteras o dolorosas.

Así mismo, Peralta, (2018) resalta que las características antes mencionadas no necesariamente se presentan en todas las emociones, éstas pueden presentarse en una u otra emoción. De esta forma, al ser las emociones reacciones psicofisiológicas, producen cambios en la experiencia afectiva (dimensión cognitivo-subjetiva), en la activación fisiológica (dimensión fisiológica-adaptativa) y en la conducta expresiva (dimensión conductual-expresiva), (Piqueras, Ramos, Martínez & Oblitas, 2009, p.3).

Las emociones desde diversos enfoques.

Desde el enfoque conductista de Watson y su aporte a la psicología de las emociones, considera que “las emociones son simplemente reacciones corporales a estímulos específicos en las que la experiencia consciente no es en modo alguno un componente esencial”, (Tortosa & Mayor, 1992, p. 300). Watson identifica tres emociones básicas: el miedo, la ira y el amor; considerando las demás emociones como una amalgama de las tres reacciones anteriores o como un producto del aprendizaje, ya que desde el conductismo, a través del condicionamiento diferentes estímulos que inicialmente son neutros, se convierte en estímulos emocionales, al emparejarse con un estímulo incondicional. Dado el concepto restrictivo que Watson

tiene de las emociones, las identifica como elementos que perturban de manera importante la conducta del organismo, (Tortosa & Mayor, 1992, p. 300).

De acuerdo con B. F. Skinner, (1971) las emociones constituyen excelente ejemplo de las causas imaginarias a las que comúnmente atribuimos la conducta. Escapamos a causa del miedo y pegamos a causa de la ira; nos sentimos paralizados por la rabia y deprimidos por el dolor (p. 156). Así mismo, expresa que las causas de estas emociones son atribuidas a algunas acciones del pasado o situaciones del presente del individuo, inclusive a ciertas cosas que le asustan, le enfurecen, encolerizan o entristecen. De esta forma, Skinner (1971) define las emociones como un estado de fuerza o debilidad de una o más respuestas, inducido por cualquier procedimiento de una clase determinada, (p. 161).

Por su parte, Lang, (1979, citado en Cobos, García, Ríus y Vila, 2002), entiende la emoción como una disposición a la acción que está determinada por una estructura específica de información almacenada en el cerebro, que cuando se activa pone en marcha manifestaciones cognitivas, fisiológicas y conductuales. En las estructuras mencionadas también se encuentran datos de respuestas verbales y de comportamiento, aportando en la estructura cognitiva el carácter afectivo-emocional. A este respecto, el enfoque cognitivo señala que las emociones se desencadenan a partir de actividades cognitivas cuya función es evaluar las situaciones o eventos externos a partir de su relevancia y significado que cada sujeto le otorgue. Es por ello que nos emocionamos como respuestas a aquellos acontecimientos externos o internos (como un recuerdo), lo que produce una actividad cognitiva, (Fernández-Abascal, García, Jiménez, Martín & Domínguez, 2013). Un representante de esta corriente es Richard S. Lazarus, quien con respecto a las emociones, refiere que la valoración cognitiva se presenta al momento en que cada sujeto le da una interpretación personal y por lo tanto particular a una situación específica, siendo ésta decisiva para la respuesta emocional que se genera en él, (Melamed, 2016).

Por otra parte, desde un enfoque social, Hang (2014) y Brown (2015) (citados en Pavon-Cuéllar, 2017), mencionan que el neoliberalismo tiende a degradar la salud mental y todo lo demás que no puede explotarse o valorizarse económicamente, en una sociedad individualista en la que hace que todas las formas de crisis sociales

sean percibidas como crisis individuales (Laval y Dardot, 2013), encerrándose precisamente dentro de su individualidad, y relacionándose únicamente con los demás de acuerdo a sus propios intereses y conveniencias individuales, volviéndose egoístas (Pavón-Cuellar, 2017).

Malestar emocional y los factores psicosociales que lo detona.

De acuerdo con García, (2019), las emociones son parte de nuestra vida cotidiana, urbana, moderna, neoliberal y utilitarista, de ahí que una de las principales causas que se encuentra detrás de un problema social, es el malestar emocional o subjetivo, y que muchas ocasiones rebasa la capacidad de afrontamiento del individuo.

Actualmente la situación social o la realidad social han condicionado al sujeto a un modo de vida que le otorga la creencia de que todo lo logra, de que todo lo que desea lo puede alcanzar, generando un desgaste emocional; por lo que a este respecto, Alemán (2013, citado en Pavon-Cuéllar, 2017), señala que:

La existencia del sujeto neoliberal se caracteriza por su relación con lo que lo excede, por su impulso hacia el exceso, por estar fuera de sus límites, lo que no deja de suscitar estrés, depresión, toxicomanía, suicidios, ataques de pánico y otros síntomas típicos de nuestra época.

Aunque también dentro de esta realidad social los individuos son igualmente alentados a cultivar sus atributos, potenciales y propósitos en bien de su éxito personal, pero además a explotar la felicidad en sí mismo que puede ser aprovechada como ayuda para lograr tal éxito, (Sugarman, 2015, p. 109). ¿Pero qué pasa cuándo aunado a estas exigencias sociales que son ya generadoras de exigencia emocional, en la vida del sujeto aparecen otras situaciones estresantes, como lo es el caso de la pandemia por COVID-19?

Ante esto, la forma en que cada individuo reacciona frente a situaciones estresantes es diferente. Estas reacciones pueden incluir comportamientos psicosociales que de acuerdo a la vulnerabilidad de cada sujeto, le generen

afectaciones negativas incidiendo en su bienestar físico y psicológico o incluso, que se agraven ciertos trastornos mentales de los cuales haya algún antecedente previo o que en dado caso puedan ocasionar la aparición de nuevas problemáticas psicológicas, (Terry-Jordan, Bravo-Hernández, Elías-Armas & Espinosa-Carás, 2020).

Durante la pandemia y debido a la situación de confinamiento y cuarentena, se ha generado la pérdida de libertades y la modificación de ciertos hábitos de la vida cotidiana, impactando en la vida socio-familiar, que en algunos casos han dado paso a la adquisición de ciertas prácticas inadecuadas como mayor uso de las tecnologías, sedentarismo o prácticas de sueño irregulares, como lo mencionan (Terry-Jordan, et. al., 2020).

De igual forma y a través de diversas investigaciones realizadas y de acuerdo a la evidencia que éstas han arrojado, se han reportado una serie de reacciones psicológicas relacionadas con la progresión y generalización que la enfermedad ha generado a través de los síntomas físicos y emocionales presentados, esto debido a las diversas políticas gubernamentales y de salud pública que se han dictaminado en su momento en cada una de las fases sanitarias tales como distanciamiento social y cuarentena de la población (Marquina & Jaramillo, 2020, p. 3), enfocadas principalmente a evitar la exposición de las personas al virus o prevenir mayores contagios; de acuerdo con Piña-Ferrer (2020) han derivado en “desesperación, pérdida de libertad, aburrimiento, insomnio, poca concentración e indecisión, irritabilidad, ira, ansiedad, angustia de no tener contacto físico con familiares, amigos, no poder desarrollar una rutina de vida normal... (p. 195)”.

Conforme a lo anterior, Urzúa, Vera, Caqueo y Polanco (2020), coinciden al mencionar que:

Dado el miedo y percepciones distorsionadas de riesgo y consecuencias dañinas se informa de comportamientos sociales negativos. Estos estados y conductas pueden dar pie a problemas en salud mental pública incluidas reacciones de angustia (insomnio, ira, miedo extremo a la enfermedad incluso en personas no expuestas), y de comportamientos riesgosos para la salud como mayor uso de alcohol y tabaco y aislamiento social, trastornos específicos como trastorno de

estrés postraumático, trastornos de ansiedad, depresión y somatizaciones, (pp. 105-106).

MARCO METODOLÓGICO

Para llevar a cabo este estudio se optó por una metodología de investigación cualitativa, con el fin de obtener información y un panorama más amplio con respecto al tema de este proyecto.

La metodología desde una perspectiva cualitativa.

En la metodología cualitativa no se busca la verdad absoluta, sino comprender el punto de vista de otras personas, a fin de comprender su experiencia personal. Lo que se espera obtener al final, es una nítida descripción, una comprensión experiencial y muchas realidades. (Álvarez Gayou, 2003). La recolección de datos consiste en obtener las perspectivas y puntos de vistas de los participantes (sus emociones, prioridades, experiencias, significados y otros aspectos subjetivos), (Hernández, Fernández & Baptista, 2010). De esta manera la investigación cualitativa resulta interpretativa pues pretende encontrar sentido a los fenómenos y hechos en función de los significados que las personas les otorguen, (Hernández & Mendoza, 2018).

Perspectiva de investigación cualitativa: fenomenología en su vertiente fenomenografía.

La fenomenología, fundada por E. Husserl es una corriente filosófica y un método de investigación utilizado en las ciencias sociales. Mediante este enfoque se busca comprender y describir un fenómeno significativo a través de la experiencia individual de los actores que participan y del que forman parte. De acuerdo con Fuster, (2019), el método fenomenológico admite explorar en la conciencia de las personas, es decir, entender la esencia misma, el modo de percibir la vida a través de experiencias, los significados que las rodean y son definidos en la vida psíquica del individuo, (p. 205).

Así mismo, la fenomenografía es un enfoque de investigación cuyo objetivo consiste en identificar, comprender y describir de forma cualitativa la manera en que las personas experimentan y perciben los fenómenos de su entorno; por lo que Marton, (1986, citado en González, 2014), refiere que el eje de la investigación fenomenográfica no es, por lo tanto, el fenómeno que se investiga o las personas que lo experimentan, lo que estudia es la relación entre ambos.

Cada persona experimenta un mismo fenómeno de maneras diferentes o de cierta manera, por lo cual a través de la investigación fenomenográfica se busca identificar la variación de las formas cualitativamente diferentes en las cuales un fenómeno puede ser percibido, comprendido o conceptualizado, (Marton, 2007, citado en González, 2014).

Método: Historias de vida.

En investigaciones de enfoque cualitativo, existen diversos métodos y técnicas para la recogida de información, en este estudio se utilizará el método de historias de vida. En Batthyány & Cabrera se menciona que las historias de vida están formadas por relatos que se producen con una intención: elaborar y transmitir una memoria, personal o colectiva, (2011, p. 91).

A este respecto Corbetta (2007, citado en Batthyány & Cabrera, 2011, p. 91), señala que el historial de vida consiste en el relato de vida que realiza una persona sobre ella misma mediante entrevistas o conversaciones con un entrevistador, de esta forma la historia de vida tiene como objeto el individuo en sí, sus emociones, su forma de pensar su biografía, etc.

Para tal fin se utilizará la técnica de entrevista a profundidad, mediante la cual se detalla y explora a través de preguntas, aquella información que sea más importante y aporte datos relevantes a la investigación realizada, de esta forma se construye paso a paso la experiencia de la persona. Es así que de acuerdo con Robles, (2011), "la intencionalidad principal de este tipo de técnicas, es adentrarse en la vida del otro, penetrar y detallar en lo trascendente, descifrar y comprender los gustos, los miedos, los sentimientos, las angustias, zozobras y alegrías significativas

y relevantes del entrevistado, (pp. 41-42)”. Debido a que la finalidad de una técnica cualitativa como la entrevista en profundidad consiste en el estudio detallado de la información y no a una representación estadística, la elección de la muestra se realizará a través del muestreo intencional, el cual se caracteriza dentro de la investigación cualitativa por la selección e inclusión de personas que cumplen con las características que son del interés del investigador, siendo éstas una muestra representativa de la población de estudio (Hernández & Carpio, 2019).

Las entrevistas se realizarán a través de una plataforma de videoconferencias, así como de manera presencial, es decir, cara a cara con el entrevistado; por el que el sistema de registro de la información utilizada en este estudio se llevará a cabo mediante: diario de investigación y grabación en audio y video con la finalidad de contar con herramientas que posteriormente permitan proceder con la revisión y análisis de las entrevistas realizadas.

Modelo de análisis de datos

La estrategia de análisis se realizará mediante descripción de lo encontrado y análisis del discurso, como herramienta de interpretación con el fin de develar, describir y comprender la ideología de los participantes, en la cual ningún detalle puede ser descartado, ya que forma parte de la información que será clasificada y secuenciada para presentar datos originales de las entrevistas realizadas, (Torres, 2009).

Procedimiento (fases y temporalidades)

Fase I. Se elaboró una guía de preguntas, con la finalidad de obtener a partir de las respuestas, los datos necesarios para responder a la pregunta de investigación. (Apéndice 1).

Fase II. Se realizaron las entrevistas previa aceptación del consentimiento informado por parte de la participante, donde se informa de la confidencialidad y anonimato de los datos recabados, así como para el otorgamiento de la autorización

para registrar la información por medio de grabaciones en audio y/o video, para una posterior transcripción y análisis.

Fase III. Una vez terminada la fase de realización de entrevistas, se llevó a cabo la recolección y análisis de datos, con la finalidad de realizar el reporte de resultados.

RESULTADOS

El estudio contó con la participación de 9 mujeres mexicanas, con un rango de edad de 29 a 49 años, todas ellas con al menos uno de los hijos en edad escolar, ya sea de nivel inicial, básico o medio superior. Con la finalidad de guardar en el anonimato los nombres de las participantes, se les asignó un pseudónimo a cada una de ellas. En la tabla 1 se pueden observar datos complementarios de las entrevistadas, como lugar de residencia, edades de los hijos, ocupación y estado civil.

Tabla 1. Datos de las participantes del estudio.

	Edad	Estado Civil	No. De Hijos	Edad de los hijos	Ocupación	Lugar de Residencia
<i>Eurídice</i>	34	<i>Soltera</i>	2	11 y 8	<i>Docente y Ama de Casa</i>	<i>CDMX</i>
<i>Clío</i>	36	<i>Casada</i>	3	17,14 y 5	<i>Docente y Ama de Casa</i>	<i>CDMX</i>
<i>Cali</i>	29	<i>Soltera</i>	1	6	<i>Ayudante General y Ama de Casa</i>	<i>CDMX</i>
<i>Selene</i>	49	<i>Casada</i>	3	29, 22 y 17	<i>Comerciante y Ama de Casa</i>	<i>CDMX</i>
<i>Nix</i>	33	<i>Casada</i>	3	11,11 y 9	<i>Músico, Estudiante y Ama de Casa</i>	<i>CDMX</i>
<i>Euterpe</i>	45	<i>Casada</i>	1	7	<i>Docente y Ama de Casa</i>	<i>CDMX</i>
<i>Talía</i>	42	<i>Soltera</i>	1	12	<i>Asistente Médico, Estudiante y Ama de Casa</i>	<i>Poza Rica, Veracruz</i>
<i>Ilitia</i>	31	<i>Casada</i>	2	10 y 5	<i>Estudiante, Ama de Casa</i>	<i>CDMX</i>
<i>Némesis</i>	35	<i>Soltera</i>	1	6	<i>Estudiante y Ama de Casa</i>	<i>Mérida, Yucatán</i>

El contenido de las entrevistas se obtuvo a través de una guía semiestructurada y se organizó en 3 unidades de análisis, y a través de la información recabada se da respuesta a nuestra pregunta de investigación.

ANÁLISIS

Unidad de análisis 1. Contexto: Pandemia mundial por Covid-19

Los primeros casos de Covid-19 se presentaron a finales del año 2019 en Wuhan, provincia de Hubei, China. Para febrero de 2020 la enfermedad se había propagado a diversos países de Europa y Asia, por lo que debido al incremento exponencial de contagios y muertes, la OMS declaró al Covid-19 como una pandemia. En México el primer caso se detectó en febrero del mismo año, por lo que para el mes de marzo el gobierno decidió tomar diversas medidas de prevención, con la finalidad de reducir la rapidez de contagios y evitar la saturación de los servicios de salud.

Entre las medidas de prevención que se tomaron en ese momento fueron: cese de actividades escolares y de actividades económicas no esenciales; confinamiento en el hogar, así como el distanciamiento social. Con estas medidas se pretendía evitar una rápida propagación de la enfermedad. Por lo que a partir de esta situación extraordinaria, la vida de las personas ha cambiado de forma importante; como por ejemplo, en sus hábitos y rutinas, la forma de trabajar y estudiar, además de la forma de relacionarse con los demás.

Conforme el confinamiento en los hogares se fue prolongando, la población comenzó a experimentar diversas reacciones físicas y psicológicas, como respuesta a las condiciones de salud, ambientales, laborales y económicas a las cuales se han visto expuestas a raíz de la contingencia sanitaria.

Unidad de análisis 2. Medidas sanitarias.

A partir del inicio de la emergencia sanitaria en nuestro país, frecuentemente a través de diversos medios de comunicación se ha exhortado a la población para implementar diversas medidas sanitarias, y que las personas han puesto en práctica a partir de esta situación de pandemia. A través de las entrevistas se pudo identificar las siguientes medidas que las participantes y las personas de su familia han adoptado:

- Uso de cubrebocas y en algunos casos careta
- Lavado frecuente de manos o en su caso uso de alcohol o alcohol en gel
- Estornudo de etiqueta (en la parte interior del codo)
- Evitar tocar nariz, boca y ojos
- Desinfección de artículos provenientes del exterior, incluyendo alimentos
- Distanciamiento social
- Distancia física con otras personas (sana distancia)

La aplicación de estas medidas sanitarias, se implementaron como estrategia para el enfrentamiento de la crisis por pandemia que estamos viviendo, sin embargo han acarreado cambios significativos en la vida cotidiana y en la salud mental de la población en general.

2.1 Confinamiento, distanciamiento social, sana distancia, uso del cubrebocas, lavado de manos, etc.

Una persona portadora del SARS-COV-2 puede presentar o no síntomas de la enfermedad, de ahí la importancia de haber implementado medidas sanitarias, para evitar el contagio. Sin embargo, algunas de estas medidas, han generado en las madres de familia una serie de reacciones emocionales como estrés, depresión y miedo, debido al cambio de hábitos y rutinas, e incluso nostalgia al dejar de realizar actividades como visitas o reuniones con familiares y amigos; como en el caso del distanciamiento social, que debido al miedo a contagiarse y ser portador, y con ello contagiar a aquellas personas con quienes se convive en el hogar, de ahí que se han

evitado o limitado las reuniones y convivencia con otras personas en un entorno diferente al del confinamiento, tal como lo manifiesta Némesis:

“... Digo, hace unas semanas yo me detecté, yo por ahí super deprimida. Y esa parte, creo que también influyó estar tan poco tolerante con la situación, o sea estoy en un punto que digo: quiero salir pero no me quiero arriesgar...” (pág. 8).

El hecho de permanecer en casa durante el confinamiento y convivir más tiempo con los hijos, como se ha mencionado anteriormente ha generado cierto nivel de estrés, por lo que algunas madres de familia han tenido que realizar actividades que les permita reducir esos niveles y sentirse mejor, más tranquilas y manejar mejor las situaciones a las que se enfrentan día a día, estas actividades pueden ser muy diversas, así se identifica en la siguiente declaración:

“...me he puesto a jugar videojuegos con mi hijo. Mi hijo empezó a descargar juegos, el Pokémon Go lo jugábamos desde antes. Pero hay un juego que se llama Call of Duty donde disparas y eso, pero a lo mejor estoy loca, pero siento que me desestresa. Ese juego me desestresa mucho.” (Entrevista a Talía, pág. 5).

Así mismo, adquirir nuevos hábitos sanitarios como el uso de cubre bocas, lavado frecuente de manos, desinfección de objetos y también al ingresar a casa usar desinfectante en la ropa y zapatos de manera más constante, son acciones de las que no se tenía costumbre realizar y que a partir de esta situación de pandemia se realizan frecuentemente y aunque se realizan como prevención, han generado emociones negativas; las siguientes declaraciones así lo demuestran:

“Me siento rara e incómoda, rara ¿por qué razón? Creo, no teníamos ese hábito total, ¿no?... Incómoda, porque siento feo el... el decirle (a su hija) cierra los ojitos porque te voy a echar aerosol, quieras o no, si, para mi si es incómodo...” (Entrevista a Eurídice, pág. 4).

“...pero si llega un momento y te hartas. Y dices ya, ya no quiero esto, ya no quiero usar el cubre bocas...” (Entrevista a Nix, pág. 6).

2.1.1 Mayor tiempo de convivencia familiar.

El confinamiento en los hogares, así como el cambio de modalidad en algunas prácticas laborales, también permitió propiciar la convivencia y unión familiar, que en otro momento no se había podido dar debido a que algunas madres de familia tenían que salir a trabajar, por lo que la comunicación y convivencia con los hijos o con el esposo era limitada, ya sea por los horarios o por el tiempo empleado para desplazarse a sus lugares de trabajo. Esta medida de confinamiento lejos de afectar emocionalmente a algunas madres de familia, fue algo que les benefició, así lo podemos observar en la siguiente exposición:

“... creo que hubo cambios que me favorecieron, porque lejos de estar así como triste, como deprimida, al contrario, como que a mí me sirvió bastante porque tengo... tuve, bueno he tenido más oportunidad de convivir con mis hijos y con mi esposo, cosa que antes no, porque mi esposo se iba a trabajar, entonces ya no comíamos juntos, ya nadie comía juntos, sólo nos veíamos los sábados para desayunar...” (Entrevista a Clío, pág. 3).

2.1.2 Cambio de Hábitos. Home Office y Home Schooling

El distanciamiento social también ha cambiado la forma de trabajo y de estudio. La integración del trabajo a distancia dio paso a lo que se le ha denominado teletrabajo o home office, esto permitió continuar con las actividades laborales y escolares desde casa, sin embargo el cambio a esta modalidad implicó una adaptación o reestructuración de sus labores dentro del hogar.

En algunos hogares fue el esposo/padre de familia quien cambió su modalidad de trabajo a fin de continuar con sus funciones laborales que le permitieran tener una remuneración económica y de esta forma seguir siendo el sustento familiar; sin embargo, esto generó que las madres de familia tuvieran que reestructurar sus horarios dentro del hogar, tanto para aquellas que continúan con sus actividades laborales dentro o fuera de casa, como para quienes se encuentran realizando tareas académicas. Lo cual les ha generado estrés y ansiedad al tener que cumplir con todas

sus ocupaciones en casa, tales como el quehacer doméstico, el cuidado de los niños, etc., tal como se puede ver a continuación:

“... Los niños están aquí, quieren jugar, están gritando... Es un ruido, me estresa mucho la comida. Yo me, yo me desocupo como a 1 o 1:30, a esa hora empiezo a ver qué voy a hacer de comer, el quehacer, organizarme para mi tarea. Me estoy durmiendo muy tarde. Es un relajo.” (Entrevista a Ilitia, pág. 3).

Así como el trabajo remunerado se trasladó a los hogares, para las madres de familia también se incrementó el trabajo no remunerado (además de las labores domésticas), ya que entre otras actividades adicionales tuvieron que asumir el rol de docente al haberse trasladado la instrucción escolar a los hogares por la pandemia. Esta situación también ha generado estrés y otras emociones relacionadas o derivadas de tener que improvisar en la educación de los hijos; tal como se observa en las siguientes declaraciones:

“... Últimamente, lo de la escuela de los niños, no sé cómo llamarlo... me enoja porque hay un momento que me ha llegado a enojar. Porque te digo que mi niña está en el kinder, entonces, creo yo que la maestra no es consciente de que uno está aquí en la casa, uno estás fastidiado, estamos psicológicamente afectados... pues a cada ratito pide la maestra cada cosa que digo: no, no es posible que la maestra pida esto, que estamos nosotros aquí encerrados con un montón de carga de trabajo aquí en la casa y está pidiendo cada cosa que no...” (Entrevista a Ilitia, pág. 5).

“... llegó un momento en que ya peleábamos (con su hija), o sea peleábamos. Yo dije o era mi relación como mamá o mi relación como maestra. O sea, no puedo hacer las dos cosas porque estamos, estoy echando a perder una relación que me gusta como mamá y se está frustrando ella y me estoy frustrando yo...” (Entrevista a Nix, págs. 4-5).

2.2 Reducción de visitas a familiares y aumento de video llamadas y telecomunicación.

Ante el distanciamiento social que se recomendó a partir de la declaración de emergencia sanitaria, en la que se incluyó la reducción de visitas familiares; en esta etapa de pandemia se incrementó el uso de la tecnología, para mantener la comunicación entre familiares y amigos. De esta forma, el uso de dispositivos electrónicos para realizar llamadas y enviar mensajes, así como el de aplicaciones para realizar video llamadas, ha permitido mantener el contacto de forma segura con sus seres queridos. Y aunque a través de estos medios, la comunicación entre amigos, familiares, profesores, compañeros de trabajo, etc., no se ha perdido; ésta no suple el contacto físico ni la interrelación con otras personas que se ha suprimido por el confinamiento.

“... Por ejemplo con mi suegra si hay un distanciamiento bastante fuerte. Ella tiene hipertensión; es hipertensa y diabética. Entonces el trasladarse a la casa, pues implica un riesgo... Y hace como medio año no vemos a mi suegra, nos hacemos video llamadas los fines de semana, habla mucho con Diana (esposa). Sin embargo, pues no nos hemos visto y sí, si, emocionalmente, pega...” (Entrevista a Euterpe, pág. 5).

2.3 Uso de cubrebocas y sana distancia en espacios públicos

Como hemos mencionado anteriormente y que se ha recomendado constantemente a través de diferentes medios de comunicación, principalmente es el uso de cubrebocas y mantener la sana distancia al encontrarse en lugares públicos, como áreas de trabajo (para aquellas personas que no hacen home office), en los supermercados, etc., cualquier lugar fuera de casa. Hay quienes siguen estas medidas con la finalidad de protegerse y proteger a aquellas personas con quienes se convive en el hogar, ya que sigue latente el miedo al contagio, así como lo expresó una de las entrevistadas:

“...Entonces el miedo constante que aún vivo de contagiarme, porque realmente

pues no sabe. Yo en mi trabajo, yo no me quito el cubreboca ni para tomar agua, yo este... de que llego me pongo mi cubreboca, mis gorros y hasta la fecha y no me los quito porque... porque es un lugar cerrado. No tenemos ventilación...”
(Entrevista a Talía, pág. 2)

¿Y qué sucede cuando hay quienes no se cuidan, que no toman este tipo de medidas? Estas acciones por parte de otras personas, ha generado enojo, coraje en aquellas que sí toman las medidas y precauciones necesarias para su autocuidado y el de las personas que se encuentran a su alrededor. A este respecto Selene comentó lo siguiente:

“... Hay momentos en los que me enojo, ¿porque me enojo? porque veo chicas... que veo chicas que pasan de hacer ejercicio y digo: ¿O sea, qué les pasa? O sea, me da coraje... me da coraje cuando veo que alguien no se cuida y dicen. ¡Ay no, pues si yo estoy bien! Y pues eso no es cierto, pues yo me enojo porque... o sea, es como... están viendo la situación y pueden decir eso no es cierto y no pasa nada...” (Pág. 6).

Unidad de Análisis 3. Efectos de pérdida en la pandemia.

Conforme ha pasado el tiempo en esta situación de pandemia, la población se ha tenido que enfrentar a una diversidad de pérdidas en diferentes ámbitos de vida, como salud, trabajo, contacto social, hábitos, costumbres, etc., sin dejar a un lado la pérdida por la muerte de un ser querido cercano o allegado, dando como resultado que las emociones negativas se intensifiquen por esta causa.

3.1 Pérdida de la salud

Recibir un diagnóstico positivo a Covid-19 y padecer esta enfermedad, no fue una experiencia agradable para aquellas personas que vivieron esta situación. Sus emociones y pensamientos fueron principalmente negativos. Las madres de familia que se contagiaron de Covid-19 experimentaron temor y miedo de contagiar a sus hijos o a su pareja, así como ansiedad y angustia al pensar en que la enfermedad

podía complicarse y agravar su estado de salud, pero sobre todo al pensar en que podían morir. Así lo compartieron dos de las entrevistadas:

“... Los resultados de la prueba positivo fue de desolación Paty y una desesperación, porque yo dije: Bueno, si yo me... me muero ¿qué va a pasar con mi hija, no? O qué tal si mi hija presenta síntomas, se complica y se me muere... Ehhh, fue un miedo, no fue miedo... fue terror de saber todo lo que estaba en mi cerebro, pensando, construyendo hacia lo negativo...” (Entrevista a Euterpe, pág. 5).

“... pero cuando ya lo viví, fue duro por el hecho de dejar sola a mi hija... me daba miedo contagiarla a ella, porque, pues estás chiquita y como si yo, apenas estaba resistiendo, su cuerpo no lo iba a tolerar. Entonces ese era como, como miedo en casa estar así...” (Entrevista a Cali, pág. 4).

3.2 Duelo o melancolía por pérdida de un ser querido cercano o conocido cercano.

La pérdida de alguien es un suceso que genera respuestas emocionales que pueden estar relacionados con sentimientos de culpa, enojo, tristeza, confusión, entre otros. En esta etapa de confinamiento y restricción del contacto social, se ha imposibilitado la realización de los funerales y velatorios por el miedo al contagio, así como por recomendaciones sanitarias. De esta forma la ceremonia de despedida es un momento especial para los dolientes. Sin embargo al no poder llevarlas a cabo, de alguna manera queda inconcluso el cierre de una etapa que es parte esencial para iniciar el proceso de duelo.

De acuerdo con lo planteado por Sigmund Freud, (1915, citado en Pinzón, 2010), “el duelo es la reacción frente a la pérdida de una persona amada o de una abstracción que haga sus veces (la patria, la libertad, un ideal, etc.)” , en cuanto a la melancolía menciona que puede ocurrir también una pérdida de un objeto amado, muerto o perdido de una forma más ideal”; de esta forma, en la melancolía el sujeto se resiste

a aceptar la pérdida, además de ser un estado patológico que generalmente deriva en depresión.

En su discurso dos de las participantes, nos compartieron su sentir y vivencia con respecto a las pérdidas de sus seres queridos, cabe resaltar que al tocar este punto de las pérdidas familiares, las emociones siguen estando a flor de piel, ya que al momento de compartir su experiencia, su postura corporal cambió, el tono de voz se quebró debido al sollozo ante el recuerdo y sus gestos faciales demuestran el dolor que aún sienten.

“... Bueno, estoy enojada. En un principio me enojé mucho porque yo sentía que mi papá estaba sano, completo, no era diabético, no era hipertenso, o sea, no tenía por qué haberse ido y sin embargo se fue. Entonces eso me dio mucho coraje. Ehh, todos entramos en que si hubiéramos hecho esto, si hubiéramos hecho lo otro, es... no hicimos esto, no hicimos lo otro. Entonces... culpa también, porque a lo mejor no hicimos lo que... hicimos lo que teníamos que hacer. No sé, Entonces sí, si ha sido muy difícil...” (Entrevista a Selene, pág. 4).

“... cuando nos avisaron de su muerte ahí si toda mi familia estuvo mal 1, 2 días y así pasaron la semana y como que nos era complicado asimilarlo. Más porque, pues ya sabes, no fuimos a velorio. Nada, no participamos en... en ninguna ceremonia por lo que igual, pues a su mamá ya se lo entregaron cremado, entonces creo que siento que a veces son situaciones que faltaban de completar, algo para que termines de asimilarlo.” (Entrevista a Talia, pág. 5).

3.3. Recesión económica y su impacto en la economía familiar

En México, cuando se establecieron las medidas sanitarias a causa de la pandemia por Covid- 19, algunas de las disposiciones que se implementaron, en cuanto al contexto laboral fueron el cierre de actividades económicas no esenciales, reducción de horas de trabajo, así como la implementación del teletrabajo o home office. Y aunque la disposición de estas medidas fue con la finalidad de aplanar la curva de contagios, éstas afectaron las actividades económicas y como consecuencia

de ello se generó un impacto que se vio reflejado en la economía de los hogares, buscando alternativas de ingresos económicos, como se evidencia a continuación:

“... Lo que yo hago, es mucho... es tomar dobles turnos. O sea, trabajo... trato de trabajar cuando veo que no tengo tantas tareas ya. Si trabajo el turno de la mañana para poder obtener un poquito más de ingresos, pero sí pues... siento que todo se ha derivado de la pandemia, ¿no?”. (Entrevista a Talía, pág. 7).

Esta crisis económica también ha afectado de manera significativa a aquellas personas que cuentan o contaban con un negocio propio, el cual era el sustento familiar y que debido al decremento en el intercambio económico se ha generado una disminución en ventas en las micro empresas o locatarios, así como prestadores de servicios. Enojo, frustración, estrés; son emociones que se han observado en aquellas personas que han perdido su empleo, o que debido a la disminución de ingresos tuvieron que hacer ajustes en su economía, como se identifica en las siguientes declaraciones:

“...Mi hijo apenas... como dos meses se trata de incorporar, él es... porque él estaba estudiando psicología en... en una escuela, que la verdad era cara y pues cuando no estábamos en pandemia, yo sin problema se la pagaba; pero, este en cuanto comenzó a disminuir el ingreso; pues le dije: ¿sabes qué hijo? no puedo, no puedo...” (Entrevista a Selene, pág. 2).

“... Entonces, imagínate 30 años dedicarse a la música (esposo). Y de pronto a ser dueño de tu propio negocio, y de pronto tu negocio te lo echan a la basura y con la mano en la cintura te dicen: dedícate a otra cosa. De búscate otra cosa, seguro algo has de encontrar...” (Entrevista a Nix, pág. 5).

3.4 Disminución de desempeño académico

Para las mujeres que son madres de familia y que además de las actividades del hogar se encuentran estudiando, esta etapa de pandemia ha representado un gran reto en cuanto a sus labores académicas debido a las diversas situaciones que han vivido a lo largo de este tiempo. Hay quienes han sufrido pérdidas tanto de salud,

laborales o a que han vivido la pérdida de algún familiar o amigos, afectando su desempeño académico y ante estas circunstancias han tenido que realizar cambios en sus planes o proyectos, así como dar prioridad a algunas actividades sobre otras. Frustración, impotencia, tristeza y también enojo es lo que se ha experimentado al no cumplir metas trazadas o incluso al considerar que no se ha adquirido el aprendizaje esperado debido a las adaptaciones en la currícula y que afectan sobre todo a las prácticas académicas.

“... pero el manuscrito si lo fui dejando como de lado. Entonces platíco con mi tutora A... y yo le decía es que no lo quiero dejar porque para mí es un fracaso, yo lo sentía como un fracaso. Como que ya la alumna ejemplar se había echado para atrás y era terrible para mí, era horrible. Lloré tres días seguidos, así de que no sabía qué decisión tomar... Entonces, entre mi esposo y mi tutora y todos pues tomé la decisión de aplazar mi manuscrito un semestre más...” (Entrevista a Nix, pág. 4).

DISCUSIÓN

De acuerdo con las entrevistas realizadas ante la situación atípica que se ha vivido a partir de que se declaró estado de emergencia sanitaria, y conforme a los relatos de cada una de las mujeres madres de familia que contribuyeron con la descripción de sus vivencias en este período; éstas han sido al mismo tiempo igual en muchos aspectos pero con diferencias significativas debido a lo subjetivo de cada una de sus experiencias ante un mismo contexto.

El objetivo del presente estudio fue describir las diversas emociones que las madres de familia que estudian y/o trabajan experimentaron durante la etapa de contingencia por Covid-19; esto se pudo realizar al identificar los factores que influyeron en estas emociones y, que de acuerdo con los resultados obtenidos se encontró que las emociones que prevalecieron en este periodo de pandemia son principalmente: miedo, angustia, preocupación, frustración, estrés, ansiedad y depresión, lo cual coincide con lo expuesto por Marquina & Jaramillo, (2020), al comentar que estas reacciones emocionales son derivadas principalmente por las distintas fases sanitarias que se implementaron, tales como el confinamiento y el

estado de cuarentena aunado a las medidas sanitarias que se aplicaron y que por el miedo al contagio han adquirido como hábitos que antes no tenían, como el uso de cubrebocas, caretas, lavado frecuente de manos, uso de alcohol o gel alcohol para desinfección de objetos, alimentos y utensilios que se emplean de manera cotidiana.

Así mismo se pudo observar que las reacciones ante las diversas situaciones que se han vivido, también son muy diferentes de acuerdo a la vulnerabilidad de cada una de estas mujeres, tomando en cuenta los diversos factores que han intervenido en su día a día, coincidiendo con lo expuesto por Terry-Jordan, et. al. (2020), quien de igual forma menciona que estas reacciones pueden incidir en su malestar psicológico pudiendo agravar trastornos previos. Las pérdidas son un claro ejemplo de ello, ya que aquellas mujeres que por diversos factores ya venían padeciendo depresión, al enfrentarse a alguna pérdida, ya sea humana, de salud, laboral, o académica, este padecimiento se vio agravado al sentirse sobrepasadas por estas situaciones.

Sin embargo, en ninguno de los artículos revisados se mencionan otros factores relacionados con las emociones negativas que se experimentaron en esta etapa, entre los que se encuentran, los cambios de hábitos relacionados al traslado de modalidades de trabajo y estudio, a los que tuvieron que adaptarse estas mujeres, incluyendo en algunos casos a los miembros de su familia; lo cual generó estrés, frustración, enojo y ansiedad, ya que para ellas consistió en un mayor aumento de trabajo no remunerado, al tener que atender por más tiempo tanto a los hijos que se quedaron en casa a estudiar, y en algunos casos a su pareja quien también trasladó su trabajo al hogar, todo esto aunado a las actividades domésticas que se realizan de manera cotidiana.

Por otro lado, es importante señalar que las actividades laborales que desempeñan estas mujeres también influyen significativamente en sus emociones. Quienes tuvieron que desempeñar su trabajo desde casa, continuando con una actividad laboral estable que les permite tener una remuneración económica consistente; se sienten tranquilas e incluso alegres, ya que ese mismo trabajo en casa les permitió tener mayor tiempo de convivencia con sus hijos, pareja, o con aquellas personas con quienes comparten el hogar. Así mismo, permanecer en casa para

trabajar y ver los beneficios que les ha traído no tener que desplazarse de un lugar a otro con el riesgo de contagio que ello implica, hace que se sientan más cómodas realizando sus actividades laborales a distancia, lo que ha significado que se encierren en su individualidad y se centren en sus propios intereses y conveniencias individuales, tal como lo refiere Pavón-Cuéllar, (2017).

Ahora bien, es conveniente tomar en cuenta las limitaciones de este estudio: en cuanto al trabajo de campo, el uso de la tecnología es una de ellas; el uso de las aplicaciones de videoconferencias, al ser aplicaciones que se utilizan a través de una conexión de internet, no siempre se cuenta con una buena recepción por lo que es posible que en ciertos momentos se pierda la comunicación, teniendo que hacer nuevamente las preguntas o pedir que se repita el comentario realizado antes de perder la conexión e inclusive reiniciar una video llamada. Así mismo, la interacción que se tiene a través de una pantalla de computadora no es igual como cuando te encuentras de forma física con la otra persona y aunque sabemos que debido a toda esta situación de pandemia, el uso de las tecnologías son un recurso que nos permite mantenernos en contacto con los demás; en el caso de las entrevistas realizadas a través de alguna plataforma de videoconferencias si resultó un tanto limitante, algo que no sucedió con las participantes del estudio que fueron entrevistadas de manera presencial, quienes pudieron expresarse con más soltura; así mismo, fue posible observar de manera directa sus reacciones, su lenguaje no verbal y todo aquello que nos permite deducir lo que están sintiendo en esos momentos.

Con respecto a la literatura revisada, fue posible encontrar artículos de investigaciones recientes sobre las emociones que se han presentado durante esta etapa de pandemia; sin embargo, éstos hablan de los hallazgos de estudios realizados en una población general, tanto de hombres como de mujeres de diferentes edades, nacionalidades, etc., incluso también se cuenta con cierta información en poblaciones de adolescentes y niños. Por el contrario, no fue posible encontrar estudios llevados a cabo en una población específica como lo son las madres de familia que estudian y/o trabajan, por lo que al no contar con suficiente información al respecto, son pocos los datos que se tienen como referente sobre sus emociones durante este periodo de pandemia.

Por otro lado, a partir de los resultados que se obtuvieron en este estudio, se propone profundizar en el tema de las emociones que experimentan las madres de familia que estudian y/o trabajan, una vez que se reintegren a lo que se ha denominado “nueva normalidad”, e investigar el impacto emocional que implicaría el proceso de adaptación de estas mujeres al retomar sus actividades laborales y académicas una vez que se levante la contingencia sanitaria.

Otra propuesta de estudio consiste en ahondar en el estudio de las emociones dentro del contexto anteriormente expuesto, a fin de identificar si existen aspectos anteriores que hayan potencializado esas emociones durante la pandemia, o que por el contrario, no tengan incidencia alguna en lo experimentado por estas mujeres a lo largo del confinamiento y cuarentena.

CONCLUSIONES

Respecto a la investigación que se realizó se puede concluir que vivir una experiencia de pandemia, todo lo que ha implicado esta situación y sus consecuencias es una realidad que ha generado todo tipo de emociones en la población en general. Sin embargo, es importante resaltar que cada persona las experimenta de una forma particular conforme a las circunstancias y sus experiencias previas.

En el caso de las mujeres que estudian y / o trabajan se identificó que durante esta etapa de pandemia prevalecieron las emociones negativas, no obstante, también hubo quienes experimentaron emociones positivas. Experimentar una u otra está muy ligada a las situaciones que las generan. El miedo, tristeza, ira, ansiedad, depresión, entre otras emociones; que de acuerdo a las declaraciones de las entrevistadas, son reacciones que se presentan como respuesta a una condición inesperada; como en el caso de la actual crisis sanitaria, la cual ha traído consigo una gran cantidad de cambios y adaptaciones para hacerle frente.

A pesar de las diferentes dificultades y situaciones catastróficas en muchos casos, las personas también han experimentado emociones positivas que las hacen sentir satisfechas principalmente con la vida, sobre todo por encontrarse en situaciones de no pérdida y aunque resulta extraño de mencionar, la pandemia les ha

brindado la oportunidad de adaptarse de una manera funcional a los cambios que ésta ha exigido. Y aunque ninguna de las mujeres entrevistadas mencionó la palabra felicidad, si expresaron que cuentan con buena salud, que pueden convivir con su familia por más tiempo, que mantienen un estado laboral activo y una estabilidad económica, los cuales son rasgos de bienestar que propician la felicidad.

Las emociones son reacciones que están en función de aquello que las detona o a los aspectos relacionados con ellas, como se ha mencionado anteriormente; las respuestas generadas a partir de las mismas pueden ser adaptativas dependiendo del grado de resiliencia de cada persona. En los tiempos difíciles que se viven actualmente, conocer y controlar las emociones crean esa capacidad de adaptación para enfrentar situaciones adversas, es por ello que el ser resiliente propicia la oportunidad de reaccionar de manera diferente ante situaciones estresantes como las que se han vivido durante esta pandemia.

Para finalizar es necesario mencionar que promover el apoyo psicológico a esta parte de la población es de gran importancia, esta ayuda les permitirá generar respuestas adaptativas y de afrontamiento que contribuyan a una salud integral, incluyendo la salud mental de estas mujeres que son madres de familia y que además de hacerse cargo de las labores dentro del hogar, el cuidado de los hijos, y en muchos casos son jefas de familia, se encuentran inmersas en un entorno laboral para contribuir económicamente al gasto familiar, o se desenvuelven en un ambiente académico con la finalidad de adquirir mayores conocimientos y que en un futuro cuenten con mejores oportunidades o condiciones laborales.

REFERENCIAS

Álvarez-Gayou, J. (2003). Cómo hacer investigación cualitativa. Fundamentos y metodología. Recuperado de <http://www.derechoshumanos.unlp.edu.ar/assets/files/documentos/como-hacer-investigacion-cualitativa.pdf>

- Batthyány, K. & Cabrera, M. (2011). *Metodología de la Investigación en Ciencias Sociales. Apuntes para un curso inicial*. Uruguay: Departamento de publicaciones. Universidad de la República.
- Cobos, P., García, C., Ríus, F. & Vila, J. (2002). Modulación emocional de la respuesta de sobresalto. *Psicothema*, 14 (1), pp. 106-111. Recuperado de <http://www.psicothema.com/pdf/693.pdf>
- Fernández-Abascal, E., García, B., Jiménez, M. P., Martín, M. D. & Domínguez, F. (2013). *Psicología de la emoción*. Madrid: Editorial Centro de Estudios Ramón Arencas, S. A. Recuperado de <https://books.google.com.mx/books?hl=es&lr=&id=-2-UDAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA17&dq=richard+lazarus+emociones&ots=evB0m rCAtG&sig=EqHhKh-rD6HbtysU6BkUUg-0UDg#v=onepage&q=richard%20lazarus%20emociones&f=false>
- Fuster, D. (2019). Investigación cualitativa: Método fenomenológico hermenéutico. *Propósitos y Representaciones*, 7(1), pp. 201-229. Recuperado de <http://revistas.usil.edu.pe/index.php/pyr/article/view/267/615>
- García, A. (2019). Neurociencia de las emociones: la sociedad vista desde el individuo. Una aproximación a la vinculación sociología-neurociencia. *Sociológica (México)*, 34(96). Recuperado de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0187-01732019000100039
- Giroux, H. (2020). La pandemia de COVID-19 está exponiendo la plaga del Neoliberalismo. *Praxis Educativa*, (Arg.), 24(2). Recuperado de <https://www.redalyc.org/jatsRepo/1531/153163488002/153163488002.pdf>
- González, C. (2014). Investigación Fenomenográfica. *Magis, Revista Internacional de Investigación en Educación*, 7 (14), pp. 141-158. Recuperado de <https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/MAGIS/article/view/11862>

Hernández, C. & Carpio, N. (2019). Introducción a los tipos de muestreo. *Revista ALERTA*, 2(1), pp. 75-77. DOI: 105377/alerta.v2i1.7535

Hernández, R. & Mendoza, C. (2018). Metodología de la Investigación. Las rutas Cuantitativa, Cualitativa y Mixta. Recuperado de <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=5A2QDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=metodolog%C3%ADa+cualitativa&ots=TjTIWW0IN5&sig=sjadovUL7B1N5fJhAm38z4cBXg#v=onepage&q=metodolog%C3%ADa%20cualitativa&f=false>

Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, L. (2010). *Metodología de la Investigación*. 5a. Ed. México:McGraw-Hill.

leven, B. & Overwijk, J. (2020). We created this beast. The political ecology of COVID-19. *Eurozine*. Recuperado de <https://www.eurozine.com/we-created-this-beast/>

Instituto Nacional de Estadística y Geografía, INEGI. (2019). Estadísticas a Propósito del día de la Madre (10 de mayo). *Comunicado de Prensa No. 243/19*. Recuperado de https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2019/madre2019_Nal.pdf

Laval, C. & Dardot, P. (2013). La nueva razón del mundo. *Ensayo sobre la sociedad neoliberal*. Barcelona: Gedisa.

Leiva, A.M., Nazar, G., Martínez, M.A., Petermann, F., Richezza, J. & Celis, C. (2020). Dimensión psicosocial de la pandemia: La otra cara del COVID-19. *Ciencia y Enfermería* (26). Recuperado de https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95532020000100302

Marquina, R. & Jaramillo, L. (2020). *El Covid 19. Cuarentena y su impacto psicológico en la población*. Recuperado de <https://www.google.com/search?q=el+covid-19+cuarentena+y+su+impacto+psicol%C3%B3gico+en+la+poblaci%C3%B3n&oq=el+covid+19+cuarentena+y+su+impacto&aqs=chrome.1.69i57j0i22i30.27440j0j7&sourceid=chrome&ie=UTF-8>

- Melamed, A. (2016). Las teorías de las emociones y su relación con la cognición: Un análisis desde la filosofía de la mente. *Cuadernos de la Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales - Universidad Nacional de Jujuy*, 49, pp. 13-38. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/185/18551075001.pdf>
- Mora, A. (2020). Covid-19 en la vida de las mujeres: Razones para reconocer los impactos diferenciados. *Comisión Interamericana de Mujeres*. Recuperado de <https://www.oas.org/es/cim/docs/ArgumentarioCOVID19-ES.pdf>
- Ondarza, R. (2020). Opinión: COVID-19. La responsabilidad del neoliberalismo en México. *Onea*. Recuperado de <https://oneamexico.org/2020/05/19/covid-19-la-responsabilidad-del-neoliberalismo-en-mexico/>
- Orellana, C & Orellana, L. (Ene-Jun, 2020). Predictores de síntomas emocionales durante la cuarentena domiciliar por pandemia de COVID 19 en El Salvador. *Actualidades en Psicología*, 34 (128). Recuperado de https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2215-35352020000100103#B37
- Organización Mundial de la Salud, (OMS). (2020). *Coronavirus*. Recuperado de <https://www.who.int/es/health-topics/coronavirus>
- Organización Mundial de la Salud, (OMS). (2010). *¿Qué es una pandemia?* Recuperado de https://www.who.int/csr/disease/swineflu/frequently_asked_questions/pandemic/es/
- Pavón-Cuéllar, D. (2017). Subjetividad y psicología en el capitalismo neoliberal. *Psicología Política*, 17(40), pp. 589-607.
- Peralta, C. B. (2018). *Racionalidad y Emociones: Una evaluación crítica para la toma de decisiones*. (Tesis de Licenciatura). Facultad de Filosofía y Letras.

Universidad Nacional Autónoma de México. Recuperado de <http://132.248.9.195/ptd2018/abril/0772559/Index.html>

Pérez, M. A. & Redondo, M. (1997). Procesos de valoración y emoción: Características, desarrollo, clasificación y estado actual. *Revista Electrónica de Motivación y Emoción*, 9 (22). Recuperado de <http://reme.uji.es/articulos/numero22/revisio/texto.html>

Pinzón, C. (2010), Elaboración de duelo en la Pérdida Simbólica: El caso de la Dignidad. *Revista de Psicología GEPU*, 1(2), pp. 129-173. Recuperado de <https://bibliotecadigital.univalle.edu.co/bitstream/handle/10893/2229/Elaboracion%20de%20Duelo%20en%20la%20Perdida%20Simbolic.pdf;jsessionid=66ABE1CFA2AEC677D49902CF290B8578?sequence=1>

Piña-Ferrer, (2020). El Covid 19: Impacto psicológico en los seres humanos. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria de Ciencias de la Salud. Salud y Vida*, 4(7). 188-199. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7407744>

Piqueras, J. A., Ramos, V., Martínez, A. E. & Oblitas, L. A. (2009). Emociones negativas y su impacto en la salud mental y física. *Suma Psicológica*, 16 (2). Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/1342/134213131007.pdf>

Robles, B. (2011). La entrevista en profundidad: una técnica útil dentro del campo antropofísico. *Cuicuilco*, 18 (52), pp. 39-49. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/351/35124304004.pdf>

Skinner, B. F. (1971). *Ciencia y Conducta Humana. (Una psicología Científica)*. Recuperado de http://www.conductitlan.org.mx/02_bfskinner/skinner/3.%20ciencia_conducta_humana_skinner.pdf

Sugarman, J. (2015). Neoliberalism and Psychological Ethics. *Journal of Theoretical and Philosophical Psychology*, 35(2), pp. (103-116). Recuperado de <https://www.apa.org/pubs/journals/features/teo-a0038960.pdf>

Terry-Jordán, Y., Bravo-Hernández, N., Elías-Armas, K. & Espinosa-Carás, I. (2020). Aspectos psicosociales asociados a la pandemia por COVID-19. *Revista Información Científica*, 99(6), 585-595. Epub 04 de diciembre de 2020. Recuperado de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1028-99332020000600585&lng=es&tlng=es.

Torres, T. (2009). Protocolo de Investigación con enfoque metodológico cualitativo. *Formación en Salud Ocupacional*.

Tortosa, F. & Mayor, L. (1992). Watson y la psicología de las emociones: Evolución de una idea. *Psicothema*, 4(1), pp. 297-315. Recuperado de <http://www.psicothema.com/pdf/833.pdf>

Urzúa, A., Vera, P., Caqueo, A. & Polanco, R. (2020). La psicología en la prevención y manejo del Covid-19. Aportes desde la evidencia inicial. *Terapia Psicológica*, 38(1) 103-118. Recuperado de <https://scielo.conicyt.cl/pdf/terpsicol/v38n1/0718-4808-terpsicol-38-01-0103.pdf>

Valiente, M. L. (2017). ¿Cómo influyen las emociones en nuestra salud? *Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria*. Recuperado de <https://www.semfyc.es/como-influyen-las-emociones-en-nuestra-salud/>

APÉNDICE

Guía de preguntas para la entrevista.

Nombre:

Edad:

Estado Civil:

Hijos:

Profesión y ocupación:

- **A partir de que se declaró el estado de alerta en nuestro país debido a la pandemia por coronavirus hemos visto numerosos cambios en diferentes aspectos de nuestra vida. Con respecto al ámbito laboral (académico), ¿Actualmente continúas trabajando o estudiando?**
- **¿Qué cambios se han realizado en tu trabajo (unidad académica) desde el inicio de esta situación hasta el día de hoy?**
- **¿Estos cambios te afectaron?**
**Emocional y económicamente*
- **¿Qué opinas sobre las medidas de cuarentena y confinamiento que se tomaron por la pandemia?**
- **¿Cómo viviste el confinamiento en casa, con tu familia?**
- **¿Cómo te sentías?**
- **¿Cómo veías que se sentían los miembros de tu familia?**
- **Eso que veías en tu familia ¿cómo te afectaba o cómo te hacía sentir?**
- **¿Qué cambios hubo en casa?**
**Respecto a cambios de hábitos, rutinas, etc.*
- **¿Cómo combinaste tus actividades de trabajo (estudio) con las actividades de casa?**
- **¿Viviste alguna situación difícil o complicada en este período?**
**En caso de ser una situación negativa, ¿cómo la afrontó?*
Indagar si ha tenido necesidad de acudir con un psicólogo, (causa).
- **¿Cómo has vivido el distanciamiento social?**
- **¿Cómo te sentiste ante esta situación?**

**Indagar si ha recibido algún apoyo social de parte de amigos, familiares, vecinos, etc.*

- **¿Te gustaría hacer algún comentario final sobre esta situación de pandemia por coronavirus?**