



**UNIVERSIDAD
DE
SOTAVENTO A.C.**



ESTUDIOS INCORPORADOS A LA UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

Clave de Incorporación: 8859-02

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

EL IMPACTO EMOCIONAL DE LA LECTURA DURANTE LA PANDEMIA DEL
COVID-19. UN ESTUDIO CUALITATIVO.

TESIS PROFESIONAL

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

PRESENTA:

SOPHIA DE JESUS SOSA PIMENTEL

ASESOR DE TESIS:

LIC. OMAR CASTILLEJOS ZÁRATE

COATZACOALCOS, VERACRUZ

JUNIO 2022.



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



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.

DEDICATORIA

A mis padres Camilo y a mi madre Antonia, quienes con su amor, paciencia y esfuerzo me han permitido llegar a cumplir con cada una de mis metas educativas, gracias por inculcar en mí el ejemplo de esfuerzo y perseverancia, gracias por estar en cada etapa de mi vida.

A mi hermano Luis Miguel por su cariño, por ser mi maestro y guía las veces que lo he necesitado, gracias por el ejemplo.

A mi esposo, José Armando y a mi hijo, Matías Andrés por ser quienes me inspiran día con día y me dan el impulso necesario para no desistir en las adversidades. Son mi motor de vida.

A mis amigos que han creído siempre en mí, y han estado cuando lo he necesitado, gracias por permanecer aún en la distancia Alma Delia, Sheila, Jesús Jair, Jostin, Roselia, Prisciliano, Samantha.

A Dios por estar en cada paso dado, cada triunfo y cada caída, por siempre guiarme y cuidarme.

Finalmente, pero no menos importante, a los libros, que me han permitido conocer personas increíbles, pero sobre todo porque fueron mi principal fuente de inspiración para lograr esta investigación.

AGRADECIMIENTOS

Agradezco a la Universidad de Sotavento, directivos y profesores por ser los cimientos de mis estudios universitarios.

Especialmente a mis docentes Carolina Téllez, Sandra Velázquez, Martha Aguilar, entre otros, gracias por inspirarme profesionalmente a lo largo de mis estudios académicos, por sus conocimientos, por su paciencia y desempeño día con día para lograr que los estudiantes amemos nuestra profesión.

A la maestra María Antonia Rodríguez Millán por trasmitirme los conocimientos necesarios durante la carrera, haberme motivado y ser parte de este trabajo de investigación.

ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA.....	ii
AGRADECIMIENTOS.....	iii
RESUMEN.....	vi
INTRODUCCIÓN.....	5
CAPÍTULO 1. BREVE MARCO TEÓRICO	9
1.1 La lectura.....	9
1.2 Los clubes de lectura	11
1.3 Aspectos psicológicos de la lectura	13
1.4 La biblioterapia como alternativa terapéutica.....	14
1.5 Aspectos emocionales relacionados a la lectura	16
CAPÍTULO 2: METODOLOGÍA	18
2.1 Diseño de la investigación.....	18
2.2.1 Teoría fundamentada	18
2.2 Muestra.....	19
2.2.1 A juicio del investigador	19
2.3 Técnica de la recolección de la información.....	19
2.3.1 Entrevista semiestructurada	19
2.3.2 A lectores, y a profesionales:	19
2.4 Técnica de observación.....	20
2.5 Elaboración de la cedula de observación para bookstagram	20
2.6 Proceso de recolección de la información	39
2.6.1 Primera fase del proceso de campo	39
2.6.2 Entrevista lectores	39
2.6.3 Entrevista a profesionales	40
2.7 El acercamiento inicial	40

2.8 La afinación y retroalimentación de instrumentos	40
CAPÍTULO 3: ANÁLISIS INTERPRETATIVO DE LA INFORMACIÓN.....	41
3.1 Principales categorías de los lectores	41
3.2 Principales categorías de los especialistas.....	72
3.3 Síntesis integrativas.....	77
3.3.1 Lectores	78
3.3.2 Profesionales.....	79
3.3.3 Bookstagram.....	79
3.4 Triangulación.....	79
CAPÍTULO 4: CONCLUSIONES.....	81
ANEXO I: ENTREVISTA AL PRIMER GRUPO, LECTORES.....	91
ANEXO II: ENTREVISTAS A SEGUNDO GRUPO, PROFESIONALES.....	143
REFERENCIAS	150

RESUMEN

El presente trabajo de investigación centra su estudio en el hábito de lectura y su impacto emocional durante la pandemia del covid-19 en lectores, y expertos en el área de la salud. La metodología que se empleó se basó en el enfoque cualitativo, haciendo uso del análisis Fenomenológico, y la Teoría Fundamentada, entre las técnicas utilizadas para la recolección de datos fueron la entrevista semiestructurada y la observación. Dentro del marco teórico conceptual, se encuentran los criterios que constituyen ideas vinculadas a la investigación planteada, entre ellos los siguientes temas; lectura, los clubes de lectura, el aspecto psicológico de la lectura, la biblioterapia como alternativa terapéutica, y aspectos emocionales relacionados a la lectura. El análisis de lo anteriormente mencionado evidencia la comprobación a través de la triangulación, y conclusiones, finalmente se hace una serie de recomendaciones para llevarlo a la práctica, sin dejar a un lado las futuras líneas de investigación, desde las cuales se puede abordar.

Palabras clave: club de lectura; hábito de lectura; bookstagram, emociones, pandemia.

INTRODUCCIÓN

La lectura es una de las piedras angulares para la adquisición de conocimiento, es una de las mejores habilidades que podemos adquirir. Ella nos acompañará a lo largo de nuestra vida y permitirá que adquiramos conocimiento, y que entendamos el mundo y todo lo que nos rodea. También que podamos viajar a cualquier sitio sin desplazarnos a ningún lugar o que podamos ser la persona que queramos ser por un momento. Y es que leer nos abre las puertas del conocimiento y da alas a nuestra inspiración e imaginación.

Desde pequeños nos enseñan las letras y palabras dentro de la enseñanza. Todos somos capaces de recordar esos primeros momentos de lectura y quién estaba a nuestro lado para enseñarnos (profesores, familiares, etc.), sin llegar a darnos cuenta de la importancia que ello tenía, y lo que determinaría nuestra vida lectora en la etapa adulta.

Todo lo que nos rodea es lectura. Ahora mismo estás leyendo este texto y hace un rato estabas leyendo quizás algún mensaje, una revista, noticias, y demás, la lectura también es una manera de comunicación.

Ahora bien, el hábito de la lectura en el que se enfoca esta investigación tiene que ver con el acto de leer reiteradamente al mismo tiempo que se ponen en práctica un grupo de habilidades y destrezas. Estas últimas adquiridas gracias a la constancia y al dominio progresivo de la lectura. En ambos casos recae dos compromisos: La voluntad de leer, así como la obligatoriedad de hacerlo.

Podemos decir que la Lectura es el medio más eficaz para la adquisición de conocimientos ya que enriquecen nuestra visión de la realidad, intensifica nuestro pensamiento lógico y creativo, y facilita la capacidad de expresión.

Cumple un papel fundamental en el incremento de nuestra capacidad intelectual y, por lo tanto, de nuestro desarrollo como ser humano independiente.

Leer equivale a pensar, así como saber leer significa tener la capacidad de identificar las ideas básicas de un texto, captar los detalles más relevantes y brindar un juicio crítico sobre lo que se está leyendo.

Es a partir del hábito de la lectura que el presente trabajo de investigación surge, y tiene como principal objetivo indagar sobre el impacto de la lectura en cuestiones emocionales durante la pandemia del covid-19, lo cual se llevó a cabo a través del enfoque cualitativo.

Debido a la relevancia del tema de la lectura, diversos países han realizado encuestas al respecto. México no es la excepción, y el INEGI desde 2015 realiza el Módulo sobre Lectura (MOLEC) el cual proporciona información de interés a los diversos sectores de la población en materia sobre el comportamiento lector, características de la lectura y

expresiones sociales de la misma, proporciona una perspectiva de esta práctica en la población adulta y permite enfocar los esfuerzos para el fomento a la lectura en México.

El INEGI presenta los resultados del Módulo sobre Lectura (MOLEC) levantado en febrero de 2021, para dar continuidad a este programa que se realiza desde 2015, con el objetivo de proporcionar información de interés en materia del comportamiento lector, características de la lectura y expresiones sociales de la misma.

Además, el MOLEC proporciona una perspectiva de esta práctica en la población que reside en México de 18 y más años de edad en 32 áreas de 100 mil y más habitantes y permite enfocar los esfuerzos para el fomento a la lectura en el país.

Teniéndose en cuenta que, según los resultados de los estudios del nivel de lectura publicados por el INEGI, se observa que hubo un aumento de la lectura en México en cuanto a la comparación del antes y después del periodo en el que llegó el covid-19 al país, eso quiere decir que cada vez hay más personas leyendo, o bien, personas que ya tenían el hábito de la lectura han incrementado su ritmo, teniendo un total de más libros leídos al finalizar el año.

Entre 2016 y 2021, el porcentaje de población lectora de libros en formato digital pasó de 6.8 a 21.5%; los lectores de revistas aumentaron de 2.6 a 21.6% y los de periódicos digitales, de 5.6 a 21.3 por ciento. El 71.6% de la población de 18 años y más que saben leer y escribir un recado declaró leer alguno de los materiales considerados por MOLEC. Comparado con 2016, hay una reducción de 9.2% en este grupo de población. (INEGI, 2021, p.1).

Dentro de esta investigación se logró recabar información que apoya los datos anteriormente mencionados, lo cual se obtuvo de dos grupos de sujetos, lectores, y profesionales.

La metodología utilizada consistió en el enfoque fenomenológico, el cual tiene como principal propósito explorar, describir y comprender las experiencias de las personas en relación a las experiencias del hábito de la lectura, para descubrir los elementos que tienen en común ambos grupos de entrevistados siguiendo la misma línea de investigación.

De igual manera se aborda el análisis desde la Teoría fundamentada para utilizar un procedimiento sistemático que pudiera explicar en un nivel conceptual la acción de leer, la interacción entre los libros, el lector y las emociones, para así enfocarme en un contexto más concreto.

Las técnicas utilizadas para la recolección de información fueron la entrevista semiestructurada, se elaboraron dos instrumentos, uno para el grupo de lectores, y otro específico para los expertos, la cual se basan en una guía de preguntas acorde al tema, y en la cual el entrevistador tiene la libertad de introducir preguntas adicionales para precisar conceptos u obtener mayor información. Se elaboraron dos instrumentos, de acuerdo a la muestra a estudiar; lectoras y profesionales de la salud mental.

Otra técnica fue la observación, la cual me permite como investigadora tener un marco más amplio y profundo al momento de la entrevista, y la búsqueda de información, permitiendo un papel activo y reflexivo de las acciones, detalles, y sucesos que surgen en la interacción. Por otra parte, se llevó a cabo la elaboración de la cedula de observación para Instagram la cual tiene como objetivo observar el contenido de dicha red social, tomando en cuenta que ambos grupos de estudio cuentan con ella y son un referente para la triangulación de la investigación. Téngase en cuenta que durante la información presentada en dicho trabajo, aparecerá reiteradamente la palabra “bookstagram” la cual básicamente es un perfil de la red social Instagram que está dedicado únicamente para el contenido de libros, es decir, en ella las personas suben fotos con reseñas de los libros que van leyendo, frases, opiniones personales y demás, ya sea que se postee la foto con la persona y su libro, el libro solo o acompañado de una escenografía de acuerdo al contenido del libro presentado.

La cédula de observación se presenta por cada lector del primer grupo de entrevistados, tomando un referente de las últimas 5 publicaciones hechas en un paso indefinido, esto porque cada persona tiene diferente programación al momento de publicar, algunos suben una foto a la semana, otros más tardío o, por lo contrario, más de una foto semanal, lo que se tomó en cuenta para la cédula fueron: la reseña, la foto, frases de los libros, comentarios y publicidad.

Dichos instrumentos utilizados fueron elaborados con la guía del asesor de tesis, quien fungió como primer filtro de revisión, y posteriormente fueron enviados a expertos¹ como psicólogas, psiquiatras, docentes y médicos, para su estudio y correcciones necesarias, posteriormente se aplicaron a través de entrevistas que se llevaron a cabo de manera virtual en la plataforma Google Meet, donde el tiempo de duración fue de entre 40 y 60 minutos por persona.

Dentro del análisis interpretativos de los lectores, quienes fueron el primer grupo entrevistado se encuentran las principales categorías, las cuales se tomaron a partir de diez preguntas del instrumento aplicado que dan respuesta a cuestionamientos como: las principales emociones experimentadas a raíz de la pandemia, las actividades que incorporaron a su vida diaria a raíz de la pandemia, el significado que le dan de manera personal al concepto “leer”, los cambios que experimentaron en su gusto por la lectura antes y después de la pandemia, tomando en cuenta la cantidad de libros que leían y leen actualmente, el impacto que han tenido los libros en sus vidas a raíz de la pandemia, el hecho de si el estado emocional influye o no en la selección de las lecturas, algún libro en específico que les haya ayudado en el proceso de adaptación durante de la pandemia, una situación personal en la que una lectura les haya ayudado, el cómo influye su gusto por la

¹ Revisores: Psic. Mariana Marentes Bernal. Psic. Iovana Rafaela Palma Hernández. Mtra. Dalila Hernández Velásquez. Doc. P. M. D. Psiquiatra Fernanda Martínez Pérez. Psic. L. D. M.

lectura y su círculo social, y finalmente las emociones y sentimientos con respecto a los encuentros literarios con personas que tienen el gusto por la lectura.

El segundo análisis interpretativos es referente a los expertos, y dentro de las principales categorías se tomaron cinco preguntas las cuales responden a temas como; la opinión de la lectura dentro del ámbito profesional, la definición personal que le dan a la lectura, la lectura dentro de un proceso terapéutico, las características que debe de tener una lectura para que los expertos la recomiende en un proceso terapéutico, y algún caso en el que se recomendó la lectura como parte del proceso clínico, y cómo fue su evolución.

Posteriormente se llevó a cabo la triangulación en la cual se tomaron en cuenta los datos obtenidos en los análisis interpretativos de ambos grupos, y la cédula de observación de bookstagram, de la cual se derivaron coincidencias en cuanto a la definición de la lectura, los hábitos y modificaciones antes y después de pandemia, así como lo que comparten en los encuentros literarios.

Finalmente, en la conclusión se engloban las interpretaciones de la información obtenida en dicha investigación, donde se observa que hubo un impacto positivo de la lectura durante los dos primeros años de la pandemia del covid-19, de lo cual se deriva que los lectores incrementaron su ritmo de lectura potencialmente, pasando de leer 3-4 libros al año a leer más de 50, incluso hubo quien leyó 140, de igual manera la influencia de los clubes de lectura son motivo de dicho incremento, ya que durante este periodo se han implementado diversos grupos de lectura de manera virtual, posibilitando a los lectores a unirse e interactuar con personas de diversas partes del mundo, siendo una de las principales motivaciones el hecho de que los autores se han dado a la tarea de acompañarlos durante las reuniones virtuales, dentro de las conclusiones se mencionan las líneas de investigación desde las cuales puede ser abordadas, entre ellas, la sociología, psicología, historia y docencia, por otra parte se mencionan una serie de recomendaciones para implementar en habito de la lectura en diferentes etapas de la vida, partiendo desde la primera infancia, dentro y fuera de las aulas, la adolescencia, la etapa adulta y la vejez, sin dejar a un lado los múltiples beneficios que tiene la lectura, que van desde la adquisición de habilidades, conocimientos, hasta el desarrollo de habilidades dentro de la lecto-escritura, así como el beneficio psicológico que influye en las emociones, conductas y trastornos.

CAPÍTULO 1. BREVE MARCO TEÓRICO

1.1 La lectura

El saber leer constituye uno de los factores esenciales para la formación integral de la persona, en cuánto al alcance de niveles de desarrollo en la expresión oral y escrita, la ortografía y en las habilidades intelectuales para emitir juicios, argumentos, valoraciones, puntos de vista y modos de actuación, según la interpretación que haga del mundo que le rodea en función de la transformación de sí mismo y de los problemas sociales.

El hábito de la lectura ha sido una preocupación de los agentes educativos y de la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura desde hace varios años, citemos que 1972 se proclamó como Año Internacional del Libro y en lo adelante esta organización ha recalcado la necesidad que todo el mundo se preocupe por fomentar el hábito de leer; con la idea de que no importa el nivel educativo, todos asumen responsabilidad en provocar el querer leer.

Estudios de medición del comportamiento lector realizados por el Centro Regional para el Fomento del Libro en América Latina y el Caribe (CERLALC) de la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura en 2012, en el que intervinieron 11 países evidenciaron que es alto el porcentaje de no lectores en la región, las encuestas en cuanto a la lectura de libros al menos una vez al año por persona, muestran a Colombia con 2.2, México con 2.9, Brasil con 4.4, Argentina con 4.6 y Chile con 5.4, aunque Ecuador no participa en el estudio, es evidente la necesidad de contribuir al tema.

Leer conlleva a entrar en contacto con las problemáticas de la naturaleza, la sociedad y el pensamiento del hombre. Leer un texto permite conocer a grandes pensadores, invenciones y acontecimientos de todos los tiempos, comprender pensamientos, descubrir propósitos, reflexionar hacia lo interno por medio de preguntas y tratar de hallar respuestas. En otras palabras, leer es responder a las exigencias del saber, a las necesidades e inquietudes del conocimiento, es conceder valor al querer saber, cuando se lee se busca comprender y adoptar una postura o actitud, pensar para valorar, refutar o compartir las ideas que nos proponen.

Es significativo, según el objeto de estudio, el análisis del término leer, y el de hábito de la lectura. En ese orden, leer según la definición de la Real Academia Española es un verbo transitivo cuyo significado comprende entender o interpretar un texto de determinado modo (RAE, 2022).

Según Solé (1998), leer es mucho más que poseer un caudal de estrategias, leer es sobre todo una actividad voluntaria y placentera (p. 52). La definición expresa el carácter voluntario del acto y el significado de satisfacción que tiene para el lector.

La valoración de Remolina (2013), permite entender que en la definición de leer se disponen de tres categorías. Ellas son: la operacionalidad cognitiva, comprendida por las acciones que del verbo leer describen los verbos entender e interpretar, ya que la acción del verbo leer estará asociada al dominio de la cognición; el código representacional, identifica el objeto sobre el cual recae la acción cognitiva de entender e interpretar a la cual pertenecería el texto; por último, la modalidad interpretativa, es la manera como el sujeto entiende o interpreta el objeto o código representacional sometido al acto de leer.

Sáez (1951), define la lectura como: una actividad instrumental en la cual no se lee por leer, sino que se lee por algo y para algo. Siempre detrás de toda lectura ha de existir un deseo de conocer, un ansia de penetrar en la intimidad de las cosas (como se citó en Fernández, p. 36). El análisis permite expresar el carácter de sistematicidad y significatividad de la lectura para que pueda convertirse en una herramienta de desarrollo personal y profesional, clave en el futuro profesional.

En sentido general, la lectura es fundamental para el crecimiento personal y social del individuo, estimula la convivencia, los valores y las conductas sociales integradas, potencia el pensamiento creativo, estimula la conciencia crítica y reflexiva, es fuente inagotable de placer, razones válidas para que el fomento de la lectura sea una prioridad de todo sistema educativo.

Las personas desarrollamos diferentes hábitos a lo largo de nuestra vida. “La formación de hábitos puede ser un instrumento de supervivencia que regula las interacciones sociales, conserva la salud del organismo y nos permite reaccionar con rapidez cuando la reflexión es imposible o innecesaria” (Sarason y Sarason, 1996).

El término hábito procede del origen latín *habitus*, según la Real Academia Española significa modo especial de proceder o conducirse, adquirido por repetición de actos iguales o semejantes, u originado por tendencias instintivas (RAE, 2022).

Ejemplos de hábitos que conservan la salud del organismo son los hábitos de higiene, los hábitos de la correcta alimentación y los hábitos de descanso. Un hábito que facilita las interacciones sociales es el hábito de la lectura, ya que permite que las personas puedan discutir y analizar autores o lecturas de su interés.

Salazar (2006) define el hábito de lectura como un comportamiento estructurado intencional que hace que la persona lea frecuentemente por motivación personal, lo cual le crea satisfacción, sensación de logro, placer y entretenimiento. Landa (2005) refuerza esta definición al plantear que “cuando se experimenta la lectura como algo que tiene que ver con nuestro yo más íntimo, se logra un placer o al menos, un bienestar o confort interior que uno quiere volver a sentir” (p. 75), lo cual facilitará la formación del hábito de lectura.

Una persona tiene hábito de lectura cuando este está presente aún después de la infancia y la juventud.

1.2 Los clubes de lectura

Las propuestas teóricas más avanzadas, innovadoras y relevantes en materia de animación a la lectura y cultivo del hábito lector se apoyan actualmente en el concepto de “aprendizaje dialógico” (Flecha, 1997) y son específicamente conocidas bajo el término de “lectura dialógica” (Serrano, Mirceva y Larena, 2010). Desde este paradigma, leer es el proceso intersubjetivo de apropiación de un texto profundizando en sus interpretaciones, reflexionando críticamente sobre él y su contexto, e intensificando su comprensión lectora a través de la interacción con otros, abriendo así posibilidades de transformación como persona lectora y como persona en el mundo.

Bajo este paradigma pueden enmarcarse al menos tres prácticas sociales, culturales y educativas en la actualidad: las tertulias literarias, los círculos literarios y los clubs de lectura. Las tertulias literarias se desarrollan con personas de niveles lectores muy diferentes, predominando, generalmente, colectivos sociales excluidos. En las tertulias literarias se leen obras clásicas de la literatura universal, dividiéndolas en capítulos y realizando una reunión -normalmente semanal- dirigida a su comentario. Los círculos literarios son una modalidad de los círculos de estudio con una finalidad de documentación, estudio literario y lectura de obras. Se crean grupos para estudiar colaborativamente un tema, empleando como herramienta básica la literatura. Cada grupo se autogestiona en función de sus intereses y organiza su propio proceso de aprendizaje, generando una gran diversidad: círculos dirigidos al estudio de autores concretos, acontecimientos históricos, problemas sociales relevantes, etc.

Los círculos literarios han sido desarrollados en varios países, especialmente en Estados Unidos, Suecia y Australia, demostrando su impacto a través de la proliferación y consolidación de variadas experiencias.

Los clubs de lectura son redes de personas, generalmente consumidoras de literatura, que se reúnen periódicamente para comentar una obra que han elegido. Para leerla se acuerda un marco temporal (mensual, generalmente). Pueden ser obras de todo tipo y son propuestas por los participantes o por la persona coordinadora. Esta tercera práctica goza de un extraordinario desarrollo en Estados Unidos, Reino Unido, Latinoamérica y España, sobre todo en bibliotecas públicas y librerías.

Es necesario que el ser humano comprenda que la lectura y la escritura cumplen una función importante dentro de un grupo social.

En otro orden de ideas, el club de lectura se puede definir como una estrategia de promoción de lectura según el cual un grupo de lectores se reúne cada cierto tiempo para leer y discutir temas de interés y que, con anterioridad, se han asignado (Yepes, 2001). Así, pues, el autor también declara que el club es una estrategia creativa que se inserta dentro de la promoción de la lectura, puesto que uno de sus objetivos es animar y crear el vínculo entre el material y el individuo o grupo. Se proyectan en el marco de un diseño estratégico.

Además, estas estrategias se conciben como una acción planeada, en donde los medios didácticos conducen a lograr los objetivos propuestos por el promotor.

A esta concepción se le puede agregar, que los clubes de lectura son legítimas escuelas de conocimiento y diálogo. En ellos se aprende a expresar y a defender las propias ideas, a respetar el terreno de la palabra, a escuchar y valorar las opiniones. Por tanto, se convierten en lugares idóneos para la creatividad, la sensibilización y concientización sobre diversas problemáticas, además de ser un espacio abierto para la reflexión y el estudio de fenómenos sociales, (Calvo, 1999).

Un club de lectura es un grupo de personas que se reúne periódicamente para comentar lecturas comunes.

La finalidad de estas reuniones es ayudar al lector, mediante la discusión y la confrontación de experiencias y opiniones, estimulando de esta forma su gusto por la lectura, aumentar el disfrute y el enriquecimiento que los libros pueden aportarle. Por lo tanto, la idea de formar un club permite hacer lecturas personales para posteriormente compartirlas con otras personas, esto enriquece las opiniones de todos los miembros.

Se podría decir que más que un grupo reunido para un fin, como leer un libro para luego intercambiar ideas, es una organización de personas que aspira compenetrarse entre sí y con los libros, crecer intelectualmente, perder el miedo de participar o hacer valer su opinión ante los demás, desarrollar habilidades creativas de comprensión, sumergirse en un mundo desconocido para ellos, siempre buscando que en cada actividad de lectura encuentren placer y nuevos conocimientos del mundo, que les permitan ampliar su bagaje cultural e integrarse a una sociedad que está en constante evolución y que exige un ciudadano educado en la búsqueda de mejor calidad de vida, con sentido de pertenencia, y con actitud positiva ante las vicisitudes del día a día.

Domingo y Rabat (2007) explican que hoy en día es extraño no encontrar bibliotecas que no ofrezcan un club de lectura entre el abanico de actividades culturales. Además, con los años han ido apareciendo clubes temáticos, así como los dirigidos a colectivos específicos: se encuentran clubes de novela según géneros, clubes para niños y niñas, jóvenes o personas mayores, pero también existen clubes para mejorar una lengua determinada, como el inglés, el francés, etc.

Esto significa que un club de lectura admite diversas variantes: desde la composición de sus miembros, la periodicidad de las reuniones, el género de la lectura y el lugar donde se celebran las reuniones. Hay clubes de lectura de diferente índole: profesionales, de amas de casa, religioso, entre otros. Para ponerlo en marcha se necesita, un coordinador de la actividad, una cantidad estimada entre 10 a 20 participantes y por supuesto unas normas por las que se regirán los miembros (Calvo, 1999).

Igualmente, para funcionar como club se necesita un número determinado de libros de un mismo título suficientes para repartir a cada participante.

Todo club de lectura debe cumplir con una serie de actividades para promocionar la lectura. Por ello, es importante que tenga un coordinador quien será la persona encargada de planificar todos los aspectos referidos a las actividades como: la elección de los títulos, la programación del tiempo que se estime, la periodicidad de las reuniones, así como la elección de los días, fechas y horas más oportunas para los encuentros, preparar material sobre los autores y las obras elegidas, planificar actividades creativas complementarias que vayan a hacerse, moderar las reuniones, controlar el préstamo y la devolución de los libros, recoger las sugerencias de los miembros del grupo y proponer iniciativas. Además de cumplir con la responsabilidad de ser un buen lector, conviene que sea una persona hábil para conducir temas con distintos grados de dificultad, debe ser motivador, muy observador y con capacidad para resolver cualquier disyuntiva entre participantes.

Al relacionar el club de lectura con el proceso creativo es preciso señalar que cada lector es único porque tiene en su haber un sinfín de experiencias que le van a permitir ver lo que otro no pudo y comprender la lectura desde otra perspectiva, y por precisamente esas experiencias las que se deben aprovechar durante los encuentros con la lectura. El lector puede pasar por un proceso creativo sistemático al darle sentido a lo escrito, generar nuevas ideas en torno a un problema específico surgido durante la lectura. Por esto, el proceso creativo se basa en la capacidad de generar hipótesis, de innovar, de arriesgarse a buscar otros caminos y alternativas para hallar el verdadero significado de lo leído.

1.3 Aspectos psicológicos de la lectura

El abordaje de los aspectos psicológicos de la lectura cobra importancia en el estudio debido a al impacto que este ha tenido en los últimos dos años, tomando en cuenta que la lectura es un proceso que involucra no solo la parte emocional del lector, sino que se involucran diversos procesos llevados a cabo por la psique humana, a continuación, se abordan los más relevantes para su análisis.

La lectura es una actividad múltiple. Cuando leemos, y comprendemos lo que leemos, nuestro sistema cognitivo identifica las letras, realiza una transformación de letras en sonidos, construye una representación fonológica de las palabras, accede a los múltiples significados de ésta, selecciona un significado apropiado al contexto, asigna un valor sintáctico a cada palabra, construye el significado de la frase para elaborar el sentido global del texto y realiza inferencias basadas en su conocimiento del mundo. La mayoría de estos procesos ocurren sin que el lector sea consciente de ellos; éstos son muy veloces, pues la comprensión del texto tiene lugar casi al mismo tiempo que el lector desplaza su vista sobre las palabras.

Es el control de los propios procesos de pensamiento. Cuando se dice “control” se refiere al conocimiento que tiene el lector de sus destrezas o procesos cognitivos y de aprendizaje y de la habilidad para dar y darse cuenta de estos. Los procesos metacognitivos son actividades de autorregulación del sistema mental ligadas más a la estrategia que al problema del control consciente, es decir, el uso de estrategias para controlar el aprendizaje

y la comprensión en lugar del control consciente de como hace la mente para captar conocimientos y retenerlos en la memoria.

La metacognición ayuda al lector a reconocer si lo que hace está bien o si tiene dificultad para comprender la lectura. Cuando vigila sus acciones, detecta la necesidad de usar una estrategia simple o compleja dependiendo del problema por ejemplo hacer una pausa, volver a empezar, o buscar ayuda de otro texto o de otra persona etc. Las estrategias lectoras son planes que se utilizan para orientar el aprendizaje, planteando objetivos, o criterios para juzgar su desempeño frente a un texto.

El aprendizaje de la lectura es complejo y establece ciertas exigencias como son, un determinado nivel mental, buena capacidad para la organización perceptivo-espacial y personal. En este sentido, leer implica el desarrollo de aptitudes y habilidades que pueden potenciar la facultad de síntesis para aplicar las adquisiciones culturales y está considerada como el instrumento más eficaz para la apropiación del acervo cultural, siendo de fundamental relevancia para la integración del hombre a las exigencias del mundo moderno.

Del mismo modo que los demás músculos de nuestro cuerpo, al mantener nuestro cerebro activo logramos que nuestra capacidad mental sea mayor. Es por ello que una de las ventajas de leer es precisamente mantener nuestro cerebro fuerte y saludable. Tanto es así que según diversos estudios se ha demostrado que uno de los beneficios de la lectura es precisamente prevenir el Alzheimer y otras enfermedades degenerativas.

1.4 La biblioterapia como alternativa terapéutica

En términos básicos, la biblioterapia consiste en brindar apoyo emocional a un individuo por medio de los libros y la lectura, sin embargo, no se debe obviar que esta herramienta abarca y conlleva mucho más que lo señalado en la definición anterior, pues requiere de todo un método de aplicación por seguir para que produzca un efecto visible.

“Es una terapia expresiva, que involucra el uso sistemático de libros para ayudarle a las personas a hacerle frente a sus problemas mentales, físicos, de desarrollo o sociales”. (Tukhareli, 2011, p. 3).

Biblioterapia son las prácticas realizadas con textos literarios (lectura, narración, representación) como estrategia de intervención que impacte en la calidad de vida de los individuos, colaborando en la solución de situaciones difíciles o traumáticas de su historia y generando nuevos mecanismos para enfrentar y resolver problemas. (Tomaino, 2012 p. 3).

“Proceso terapéutico, que se vale de textos determinados y lecturas dirigidas por el biblioterapeuta, que sirven como apoyo en el tratamiento de personas con alguna aflicción, con el propósito de provocar la catarsis y solución de problemas” (Gómez, 2011, p.3).

A partir de un exhaustivo análisis de los distintos conceptos del término que aportan otros autores y para los efectos de la investigación, la posición de las investigadoras hacia el concepto de biblioterapia se contempla como aquel proceso terapéutico por medio del cual se trabajan las particularidades emocionales y/o conductuales, pertenecientes ya sea a

un individuo o a un grupo social peculiar, a través de la lectura guiada asociada a técnicas de animación lectora y de interacción social, y dirigida por un equipo profesional de las áreas de salud, educacional y bibliotecológica, con el objetivo primordial de ayudarles a lidiar con esos sentimientos y comportamientos, enfocándose en una actitud de mejora continua y actitud positiva.

Como elementos importantes por tomar en cuenta dentro de la biblioterapia destaca la necesidad de que exista una interacción social constante entre quien facilita la herramienta y quien la recibe, ya que la comunicación es un aspecto clave a la hora de proporcionar cualquier ayuda y para conocer realmente los resultados obtenidos durante el proceso de aplicación; además cabe subrayar el hecho de que la biblioterapia conlleva un trabajo conjunto por parte de diferentes profesionales pertenecientes al gremio de la salud, de la bibliotecología y de la educación, ya que cada uno de ellos aporta y examina detalles relevantes durante el proceso, sin embargo, el profesional de la bibliotecología será el líder durante el proceso, pues es este profesional quien conoce y comprende plenamente sobre los libros, documentos y técnicas de trabajo con respecto a la lectura, que son los elementos que giran en torno a la biblioterapia.

Otro factor importante de la biblioterapia es la necesidad del uso de textos que correspondan a las vivencias propias de las personas a las cuales se intenta ayudar por medio de esta herramienta, pues es de vital importancia vincular al participante directamente con la lectura, produciendo una reflexión interna sobre sí mismos que les permitan expresarse con libertad y así solucionar la problemática que afrontaba gracias a la interiorización de ese texto.

También es importante utilizar técnicas de apoyo, para que se dé un nivel de expresividad y comodidad mayor por parte de quien se somete a la biblioterapia, por ejemplo el dibujo, la dramatización, el juego lúdico, el uso de material audiovisual, la música, las manualidades, entre otras formas que potencien la exteriorización de los sentimientos y emociones del participante, de modo tal que la biblioterapia, además de brindar una lectura dirigida a la persona, le permita también manifestarse abiertamente sobre los temas tratados en el texto en cuestión.

Al hablar sobre la biblioterapia es importante, en primera instancia, analizar cuáles son los objetivos por lograr con su utilización, el contexto en el cual se aplicará y, por supuesto, el perfil que presentan las personas a quienes se someterá a la biblioterapia como herramienta de ayuda.

Biblioterapia clínica: Usualmente es utilizada en instituciones en las que se atienden pacientes que tienen enfermedades mentales y emocionales, así como también las enfermedades de tipo físico, tales como los asilos psiquiátricos y centros hospitalarios. Este tipo de biblioterapia es utilizada únicamente por especialistas en el área de la medicina como una terapia adicional al tratamiento medicinal aplicado a los pacientes. Menciona que será únicamente el médico a cargo del paciente quien tomará la decisión de elegir el texto por asignarle además de monitorear el progreso del mismo.

Biblioterapia rehabilitacional: Si bien es cierto que este tipo de biblioterapia también se utiliza para ayudarle a los pacientes con enfermedades físicas, psicológicas o emocionales, se diferencia de la Clínica en el sentido que mientras ésta forma parte de la terapia regular del paciente, la rehabilitacional es más bien un apoyo para enseñarle al paciente cómo sobrellevar su enfermedad y adaptarse a los diferentes cambios que atravesará a lo largo de la misma, tales como posibles discapacidades a largo plazo. Se trata de darle una esperanza al paciente de que su vida continúa tal cual, por medio de lectura de apoyo y motivación (Janavičienė, 2010). Además, se diferencia de la anterior en que este tipo de biblioterapia puede ser aplicada por bibliotecólogos o por profesionales del área de la salud, ya sea en forma individual o como grupo de apoyo para el paciente. Esto último abre la posibilidad de ser trabajada también, además del centro hospitalario, desde una biblioteca especializada y/o la biblioteca pública.

Biblioterapia educacional o de desarrollo de la personalidad: Tal y como lo indica su nombre, este tipo de biblioterapia corresponde a aquella que busca causar un impacto en la personalidad del paciente, con respecto a su comportamiento, su habilidad para comunicarse asertivamente con otras personas, sana convivencia, y prevención de problemas emocionales (Janavičienė, 2010).

Este tipo de biblioterapia es aplicada, preferiblemente, por personas de las áreas de servicios sociales, tales como bibliotecólogos, maestros, trabajadores sociales, etc., y puede implementarse en centros educativos, bibliotecas escolares, centros de cuidado, e inclusive directamente en los hogares de los pacientes. Al ser de carácter motivacional y recreacional, este tipo de biblioterapia permite hacer uso de un sinnúmero de recursos para impartirla, como lo son libros, revistas, música, películas, dibujos, danzas y juegos (Morandi, 2008), siempre y cuando el material sea el adecuado con respecto al perfil del participante o de los participantes, y que propicie alcanzar los objetivos planteados, utilizando materiales y recursos que capten la atención de los participantes.

1.5 Aspectos emocionales relacionados a la lectura

Definir qué son las emociones, es extremadamente difícil y complicado, dado que son fenómenos de origen multicausal. Estas se asocian a reacciones afectivas de aparición repentina, de gran intensidad, de carácter transitorio y acompañadas de cambios somáticos ostensibles, las cuales se presentan siempre como respuesta a una situación de emergencia o ante estímulos de carácter sorpresivo o de gran intensidad, las mismas se vinculan con las necesidades biológicas y bajo el control de las formaciones subcorticales (Bustamante, 1968, como se cita en Martínez, 2009), lo que hace que se presenten de diversas formas y cumplan funciones determinadas generando distintas consecuencias (Puente, 2007).

Las emociones predisponen a los individuos a una respuesta organizada en calidad de valoración primaria (Bisquerra, 2001), esta respuesta puede llegar a ser controlada como producto de una educación emocional, lo que significa poder ejercer control sobre la conducta que se manifiesta, pero no sobre la emoción en sí misma, puesto que las emociones son involuntarias, en tanto las conductas son el producto de las decisiones tomadas por el individuo (Casassus, 2006).

Esto significa que, las emociones son eventos o fenómenos de carácter biológico y cognitivo, que tienen sentido en términos sociales. Se pueden clasificar en positivas cuando van acompañadas de sentimientos placenteros y significan que la situación es beneficiosa, como lo son la felicidad y el amor; negativas cuando van acompañadas de sentimientos desagradables y se percibe la situación como una amenaza, entre las que se encuentran el miedo, la ansiedad, la ira, hostilidad, la tristeza, el asco, o neutras cuando no van acompañadas de ningún sentimiento, entre las que se encuentra la esperanza y la sorpresa (Casassus, 2006). Las emociones se clasifican además según la respuesta que brinda el sujeto como de alta o baja energía, por último, es importante destacar que es posible que se manifiesten distintas emociones a la vez (Santrock, 2002).

La lectura cumple un rol significativo en el desarrollo socio-emocional de las personas más allá de su relevante papel sobre las competencias cognitivas y académicas.

La lectura es un proceso abierto de interacción entre texto y lector o “intertexto lector”, un espacio de interacción entre las aportaciones del texto, el pensamiento y las creencias de la persona que lo lee (Mendoza, 2001), es decir, que la aportación esencial de un libro va más allá de su contenido y de la intención del autor, ya que depende también de la percepción y experiencia del lector. El resultado es único en cada caso y depende de la posibilidad de interpretar y asumir lo leído desde la perspectiva personal del lector.

Leer también es una beneficiosa actividad de ocio en sí, proporciona un medio con el que distraerse, ampliar conocimientos y, en algunas ocasiones, encontrar nuevas formas de afrontar y resolver circunstancias personales.

A menudo se tiende a ver en la lectura sólo como una ocasión de aprendizaje, conocimiento y adquisición de competencias, minimizando su importante papel en la construcción de la subjetividad de la persona (Petit, 2001).

CAPÍTULO 2: METODOLOGÍA

En este capítulo se aborda la metodología de dicho trabajo de investigación, el cual se llevó a cabo a través de un procedimiento sistemático utilizando el enfoque cualitativo, desde la recolección de la información, hasta el abordaje de las conclusiones.

Enfoque fenomenológico

Su propósito principal es explorar, describir y comprender las experiencias de las personas con respecto a un fenómeno y descubrir los elementos en común de tales vivencias. De acuerdo con Creswell (2013), Mertens (2010) y Álvarez-Gayou (2003), el diseño fenomenológico se fundamenta en las siguientes premisas:

Se pretende describir y entender los fenómenos desde el punto de vista de cada participante y desde la perspectiva construida colectivamente.

Se basa en el análisis de discursos y temas, así como en la búsqueda de sus posibles significados.

El investigador confía en la intuición, imaginación y en las estructuras universales para lograr aprender la experiencia de los participantes.

El investigador contextualiza las experiencias en términos de su temporalidad (momento en que sucedieron), espacio (lugar en el cual ocurrieron), corporalidad (las personas que las vivieron) y el contexto relacional (los lazos que se generaron durante las experiencias).

El motivo por el cual hice uso del enfoque fenomenológico es porque es de mi interés en primer lugar, identificar el fenómeno que pretendo investigar, y en segundo lugar recopilar información de las personas entrevistadas que lo han experimentado, para finalmente hacer una descripción de sus experiencias.

2.1 Diseño de la investigación

2.2.1 Teoría fundamentada

El diseño de Teoría fundamentada fue propuesto por Barney Glaser y Anselm Strauss, en 1967, y utiliza un procedimiento sistemático cualitativo para generar una teoría que explique en un nivel conceptual una acción, una interacción o un área específica. Esta teoría es denominada sustantiva o de rango medio y se aplica a un contexto más concreto.

Hice uso de esta teoría ya que permite llevar a cabo mi investigación, y recopilar información específica al tema que busco abordar.

2.2 Muestra

2.2.1 A juicio del investigador

Subgrupo de la población en la que la elección de los elementos no depende de la probabilidad, sino de las características de la investigación o el juicio del investigador.

El motivo por el cual utilicé dicho tipo de muestra es porque al ser una investigación cualitativa elegí la población de muestra de acuerdo a las necesidades que busco investigar.

2.3 Técnica de la recolección de la información

2.3.1 Entrevista semiestructurada

La entrevista cualitativa es más íntima, flexible y abierta, y se define como una reunión para conversar e intercambiar información entre una persona (el entrevistador) y otra (el entrevistado) u otras (entrevistados). En la entrevista, a través de las preguntas y respuestas se logra una comunicación y la construcción conjunta de significados respecto a un tema (Janesick, 1998).

Las entrevistas semiestructuradas se basan en una guía de asuntos o preguntas y el entrevistador tiene la libertad de introducir preguntas adicionales para precisar conceptos u obtener más información.

Para la investigación hice uso del formato de entrevista semiestructurada ya que me permite tener un marco referente a lo que quiero indagar, pero sin quitarme la oportunidad de ahondar en temas que quizás haya pasado desapercibidos y que surgen al momento de la entrevista

2.3.2 A lectores, y a profesionales:

Con base a lo que pretendo investigar, formulé las preguntas las cuales pasaron por revisión del asesor, y posteriormente por tres expertos.

En las entrevistas para los lectores, fueron aprobadas por; dos docentes y una psiquiatra. Y en la entrevista para los profesionales fueron revisados por; dos psicólogas y un médico.

Una vez que pasaron por dichos filtros, y se realizaron las modificaciones, procedí a aplicarlas.

Las fechas en que se realizaron las entrevistas fueron: 21, 22 de diciembre del 2021, 02, 03, 04, 05, 12, 13, 14, 18, 24, 25, 26, 27, 28 de enero del 2022, 03, 07, 08, 17, 18, 21 de febrero del 2022. Todas las entrevistas se realizaron a través de la plataforma de Google Meet.

Las entrevistas fueron grabadas previa autorización de los participantes, con la finalidad de tener la oportunidad, de transcribir lo que se dijo en la entrevista.

2.4 Técnica de observación

La observación no es mera contemplación (“sentarse a ver el mundo y tomar notas”); implica adentrarnos profundamente en situaciones sociales y mantener un papel activo, así como una reflexión permanente. Estar atento a los detalles, sucesos, eventos e interacciones.

Decidí hacer uso de dicha técnica ya que me permite tener un marco amplio de lo que deseo observar de los entrevistados, permitiéndome ampliar la información recopilada a través de la entrevista.

2.5 Elaboración de la cedula de observación para bookstagram

Se llevó a cabo la elaboración de la cédula para poder observar el contenido de los perfiles de bookstagram del primer grupo entrevistado, y de esta manera poder hacer una comparación en cuanto al contenido publicado y la información recabada en el proceso de la entrevista.

Donde primero se definió lo que se pretendía observar, se desarrolló el cuadro, y finalmente se observó el bookstagram de cada sujeto.

Tabla 1: Cédula de observación de bookstagram, sujeto 1.

Sujeto 1					
Publicaciones	Reseña	Foto	Frases de libros	Comentarios	Publicidad
1		La persona elaboró una foto referente a un sorteo		Agradece a las amistades que ha encontrado a través de los libros	Llevó a cabo un sorteo de un libro por su aniversario en bookstagram
2	Hace una transcripción de la reseña original del libro	Subió una foto de cuerpo completo con libro en mano	Menciona una frase que tomó del libro, la cual hace referencia a las mujeres		
3	Realizó una reseña personal donde incluye la cantidad de páginas del libro, los tiempos en los que está narrado y los temas que aborda	Tomó una foto del libro en un jardín de flores con espinas	Menciona una frase del libro que habla sobre la destrucción y el desencanto dentro del romanticismo	Hace un análisis en cuanto al tema de los feminicidios en México, y menciona las emociones que le hizo sentir: miedo, incertidumbre, enojo y rabia.	
4		Foto de cuerpo completo con libro en la mano.	Escribió 2 frases que tomó del libro, la primera habla sobre el papel de la mujer ante los peligros del mundo, y la segunda sobre las personas travestis.	.	
5	Realizó una reseña personal donde incluye de que trata el libro y la forma en la que la autora lo narra	Tomó una foto del libro y como fondo colocó la bandera de la comunidad transexual.		Hace un análisis sobre la vida de las mujeres transexuales y travestis, haciendo mención de la lucha ante la sociedad, y la familia.	

Tabla 2: Cédula de observación de bookstagram, sujeto 2.

Sujeto 2					
Publicaciones	Reseña	Foto	Frases de libros	Comentarios	Publicidad
1	Realizó una reseña personal donde menciona el gusto que ha tomado a los cuentos, y menciona los temas que abarca	Subió una foto donde muestra que escucho un audiolibro en el celular		Invita a los demás a leer a la autora, y la importancia de los temas tocados en el libro, en específico sobre los migrantes, exiliados y mujeres. De igual manera menciona las emociones que experimento como: enojo, temor, sorpresa,	
2	Realizó una reseña personal donde menciona la forma en que está narrado, y los temas que abarca	Tomó una foto de medio cuerpo, donde solo se ve su dorso en un jardín y con el libro en mano.	Menciona una frase que tomó del libro, que habla acerca de la imaginación	Invita a los demás a leer el libro, que le hizo reflexionar y aprender y menciona las emociones que sintió como: felicidad, alegría	
3		Subió una foto con varios libros en un jardín		Realizó una lista de libros cortos que recomienda para leer en un fin de semana	
4		Foto de un pastel de cumpleaños en forma de libro		Agradece a sus amigos lectores por las muestras de afecto y por acompañarla en su club de lectura	
5	Realizó una reseña donde incluye los temas del ensayo, y la forma en que está escrito	Tomó una foto donde sale su rostro con el libro	Escribió una frase que tomo del libro que habla sobre las mujeres	Hace un análisis sobre el papel de la mujer, la infancia, las inseguridades, prejuicios sociales y familiares	

Tabla 3: Cédula de observación de bookstagram, sujeto 3.

Sujeto 3					
Publicaciones	Reseña	Foto	Frases de libros	Comentarios	Publicidad
1		Subió una foto muestra un libro abierto, y a su perro		Hace una recomendación de 7 libros, e invita a sus amigos a leerlos	
2	Hace una transcripción de la reseña original del libro	Subió una foto donde muestra el libro, y parte de su decoración es una cámara y marca textos.	Menciona una frase que tomó del libro donde habla de cómo las mujeres son víctimas se la sociedad, el miedo y la incertidumbre	Hace referencia a lo que le gusto y no le gusto del libro de manera honesta, y le coloca una puntuación	
3	Hace una transcripción de la sinopsis de los poemarios	Subió una foto donde muestra dos libros en blanco y negro		Menciona que tenía tiempo sin leer poemas, y los recomienda ya que le transmitieron muchas emociones	
4		Foto de una página de un libro donde muestra una frase		Les menciona a sus amistades que últimamente no ha podido leer tanto, y se interesa por saber cómo están los demás.	
5	Realizó una transcripción de la reseña original del libro	Tomó una foto donde muestra el libro y de fondo colocó luces	Escribió una frase que tomó del libro que habla sobre la importancia de sentir las emociones como el llanto.		

Tabla 4: Cédula de observación de bookstagram, sujeto 4.

Sujeto 4					
Publicaciones	Reseña	Foto	Frases de libros	Comentarios	Publicidad
1	Realizó una reseña personal donde menciona los temas, la trama y la forma en que está narrado, donde gira entorno a lo sobrenatural y la condición humana	Subió una foto muestra el libro			
2	Escribió una reseña personal sobre los temas principales del libro, los tabúes que existen y la forma en que la escritora lo narra	Subió una foto donde solo muestra el libro en una mano, y café en la otra		Menciona su interés por conocer el pensamiento y sentimiento de otras mujeres que no sean occidentales. De igual manera hace referencia a la identificación que sintió hacia un personaje	
3	Reseña personal sobre lo que son las cicadas, y los temas psicológicos que aborda el libro	Foto donde muestra un conjunto de 12 libros, pero se enfoca en uno en específico		Hace una reflexión sobre las mujeres protagonistas de la historia y el contacto físico con otras personas	
4		Foto referente a las lecturas que tendrá en su club de lectura		Les menciona a sus amistades que últimamente no ha podido leer tanto, y se interesa por saber cómo están los demás.	Invita al público general a integrarse al club de lectura, donde menciona las lecturas, invitados y sus costos
5	Realizó una reseña personal de la temática del libro	Foto de una lectura en Tablet, y una taza de café		Menciona que fue un libro durísimo pero hermoso	

Tabla: 5 Cédula de observación de bookstagram, sujeto 5.

Sujeto 5					
Publicaciones	Reseña	Foto	Frases de libros	Comentarios	Publicidad
1	Realizó una reseña personal donde menciona los temas, la trama y la forma en que está narrado, donde gira en torno a una relación amorosa	Foto donde se muestra de medio cuerpo con el libro digital en mano	Transcribió una frase del libro que habla sobre las relaciones en pareja	Escribió que tuvo una buena experiencia con el libro, donde lleó a empatizar con los personajes, hace mención de lo que le gustó y no le gustó, coloca una puntuación al final	
2		Foto donde esta ella acostada con un libro en mano, sobre un corazón hecho con libros en el piso	Escribió una frase tomada del libro que habla sobre el amor	Comenta que el libro le hizo sentir amor	
3	Reseña personal sobre el personaje principal, la trama política y los tópicos del libro	Foto donde ella está de espalda a la cámara, con libro en mano, y un paisaje de fondo	Transcribió una frase del libro que habla sobre política		
4	Reseña personal de los libros que ha leído hasta ese momento, donde incluye los audiolibros	Foto donde muestra 3 libros, y una vela como decoración		Comenta la emoción que sintió al leer tramas distintas que la hicieron sentir emocionada	
5	Realizó una reseña personal donde menciona la forma en que está escrito, la época y lo que la autora buscaba transmitir	Foto de cuerpo completo con libro en mano, y paisaje de fondo	Transcribió una frase que habla sobre la historia y las enseñanzas		

Tabla 6: Cédula de observación de bookstagram, sujeto 6.

Sujeto 6					
Publicaciones	Reseña	Foto	Frases de libros	Comentarios	Publicidad
1	Escribió una reseña personal donde incluye el tipo de género, la trama, los personajes y sus conclusiones	Foto donde muestra el libro en manos		Menciona que disfruto la lectura, la hizo reírse, y lo amó	
2	Escribió una reseña personal donde incluye la trama, y parte de la biografía de la autora	Foto donde muestra el libro en manos		Comenta que la lectura no le gustó mucho, ya que encontró errores ortográficos y estigmatiza el autismo	
3	Escribió una reseña personal donde menciona algunos temas que abarca la lectura, la forma en que está escrito	Foto de medio cuerpo donde muestra el libro en cuestión		Menciona que le gustaron algunos relatos, pero que no es un libro que recomienda porque toca temas de abuso infantil	
4	Realizó una reseña personal donde escribió la cantidad de relatos que incluye el libro, y la trama general	Foto del libro en mano	Citó una frase del libro que habla sobre la acumulación	Comenta que fue una lectura que le sorprendió, y agobio	
5		Foto del libro en mano		Comenta que es un libro que habla sobre el duelo y que la acompañó durante la etapa del fallecimiento de su papá	

Tabla 7: Cédula de observación de bookstagram, sujeto 7.

Sujeto 7					
Publicaciones	Reseña	Foto	Frases de libros	Comentarios	Publicidad
1		Foto donde muestra el libro que está leyendo acompañado de su gato		Menciona que es una lectura que está retomando y que le gusta que sus gatos la acompañen en el proceso	
2		Foto de libros recomendados por una de sus cantantes favoritas		Menciona que le sorprendió las recomendaciones de lectura de una de sus cantantes favoritas	
3		Foto donde muestra las lecturas que tiene pendientes por leer en digital		Comenta que está feliz por el regalo del Kindle que le hizo su pareja para leer en digital	
4	Hace una transcripción de la reseña original del libro	Foto donde muestra su rostro, con el libro en mano y de fondo su librero		Comenta que disfrutó mucho el libro, que lo amo, y empatizó con los personajes	
5		Foto de libros que inspiraron películas o series en Netflix y que recomienda leer o ver sus adaptaciones.			

Tabla 8: Cédula de observación de bookstagram, sujeto 8.

Sujeto 8					
Publicaciones	Reseña	Foto	Frases de libros	Comentarios	Publicidad
1	Escribió una reseña personal donde comenta los temas que aborda el libro, la descripción del personaje principal y la intención que busca transmitir la autora	Foto del libro, y de fondo se muestra un jardín			
2		Foto del libro, acompañado de		Comenta que fue un libro que disfruto mucho y	

		escenografía de cine		que se le hizo bellísimo	
3	Reseña personal donde aborda el tema principal del libro, los personajes, y la forma en que está narrado	Foto del libro en mano		Comenta que es un libro que llegó en el momento perfecto, y que le permitió ampliar sus visión sobre el feminismo	
4		Foto de cuerpo completo con libro en mano, y audífonos puestos		Agradece el apoyo que le han dado a su proyecto de podcast	
5	Hace una reseña personal de las impresiones del libro, la trama, y los personajes principales	Foto del libro en digital en kindle		Menciona que está emocionada por haber leído su primer libro en ingles	

Tabla 9: Cédula de observación de bookstagram, sujeto 9.

Sujeto 9					
Publicaciones	Reseña	Foto	Frases de libros	Comentarios	Publicidad
1		Foto de 2 libros nuevos que recién adquirió			
2		Foto donde muestra una pila de 12 libros que está leyendo			
3	Reseña personal donde aborda el tema principal del libro, los personajes y la forma en que está escrito	Foto del libro en un pasillo de hotel		Comenta que se divirtió mucho tomando la foto en el pasillo del hotel	
4		Foto donde muestra su rostro y el libro en mano		Menciona que la lectura le recordó lo complicado que es el amor, ya que es un libro de romance	
5	Hace una reseña personal donde hace una comparación entre el libro y su adaptación cinematográfica	Foto del libro en mando, y de fondo se ven un jardín			

Tabla 10: Cédula de observación de bookstagram, sujeto 10.

Sujeto 10					
Publicaciones	Reseña	Foto	Frases de libros	Comentarios	Publicidad
1		Foto de frases de libros con los que se identificó		Comenta que dichas frases han sido importante en su vida, se identifica con ellas y la han ayudado a desahogarse	
2		Foto de cuerpo completo con un libro en cada mano		Menciona que está realizando una planeación para aprender inglés, y que está muy emocionada	
3	Reseña personal donde aborda el tema principal del libro, los personajes, la época y lo que trasmite	Foto de cuerpo completo con libro en mano			
4		Foto donde muestra su rostro y el libro en mano		Menciona que la lectura le recordó lo complicado que es el amor, ya que es un libro de romance	
5		Foto de por qué los libros sirven de autoayuda		Comenta que la lectura la hace mejor persona, le siembran ideas, sentimientos y reflexiones	

Tabla 11: Cédula de observación de bookstagram, sujeto 11.

Sujeto 11					
Publicaciones	Reseña	Foto	Frases de libros	Comentarios	Publicidad
1	Hace una reseña personal sobre los temas que aborda, lo fuerte de cada relato y lo mucho que trasmite	Foto del libro junto a su gato		Comenta que fue un libro conmovedor, y duro que marcó un antes y después respecto al feminismo	
2	Reseña personal sobre la vida del personaje, sus impresiones y los temas que aborda, de lo que le hizo sentir y la época en la que está narrada	Foto de libro en mano	Cita frases tomadas del libro que habla sobre la vida de las mujer de raza negra, y la resiliencia	Menciona que el libro fue una grata sorpresa para ella	
3	Hace una reseña personal sobre el tema principal, la lengua totonaca, los personajes y el pueblo en el que transcurre la trama.	Foto de libro en mano	Cita una frase del libro que hace referencia a la población mexicana, y su lenguaje comparado con los indígenas	Menciona que fue una lectura que le impacto	
4		Foto del libro donde coloca el género y el tema principal		Comenta que el libro fue una gran sorpresa referente al racismo y la esclavitud	
5	Reseña personal donde menciona como está dividido el libro, la trama, temas y personajes principales	Foto de libro en mano		Menciona que quedó fascinada con el libro	

Tabla 12: Cédula de observación de bookstagram, sujeto 12.

Sujeto 12					
Publicaciones	Reseña	Foto	Frases de libros	Comentarios	Publicidad
1		Imágenes de datos curiosos sobre el libro de Malala		Escribe que fue un libro que le pareció precioso	
2	Hace una reseña personal sobre la trama del libro, el personaje principal, las condiciones sociopolíticas en las que se desarrolla.	Foto del libro		Comenta que fue un libro excelente, que le gustó mucho y que recomienda leer	
3		Imágenes sobre información de Julio Verne por su natalicio		Menciona que solo ha leído un libro del escritor pero que le pareció aburrido	
4		Imágenes de datos curiosos sobre el libro Dune		Hace hincapié en que la adaptación cinematográfica está muy bien apegada al libro y que los recomienda	
5	.	Imágenes sobre información de Gabriel García Márquez por su natalicio		Menciona que se leyó todos sus libros cuando era joven, y que los recomienda	

Tabla 13: Cédula de observación de bookstagram, sujeto 13.

Sujeto 13					
Publicaciones	Reseña	Foto	Frases de libros	Comentarios	Publicidad
1	Hace una reseña personal sobre la trama del libro, el personaje principal, y la ciudad en la que está ambientada, y la cultura japonesa	Foto del libro con escenografía de Japón	Cita una frase del libro que habla sobre las ideas		
2		Foto de una serie que está basada en un libro		Comenta que está emocionada por ver la serie después de haber leído el libro	

3	Hace una reseña personal sobre la vida del personaje principal, la época en la que transcurre y curiosidades de la cultura japonesa	Foto del libro, y de fondo se observa un jardín	Cita una frase del libro que hace referencia a la población mexicana, y su lenguaje comparado con los indígenas	Menciona que fue una lectura que le impacto	
4	Hace una reseña personal de lo mucho que le gustan los relatos cortos, la trama principal del libro, y parte de la biografía del autor	Foto del libro en formato digital			
5	Reseña personal sobre la trama principal, el contexto social, familiar y cultural de Japón y Corea.	Foto de libro en cuestión	Cita una frase en inglés que habla sobre la convivencia, y el valor	Menciona que fue una lectura que disfruto, y que está emocionada por ver la adaptación cinematográfica	

Tabla 14: Cédula de observación de bookstagram, sujeto 14.

Sujeto 14					
Publicaciones	Reseña	Foto	Frases de libros	Comentarios	Publicidad
1	Escribe una reseña personal donde coloca el contexto de cada distopía; clases sociales, las mujeres, el gobierno, etc.	Foto de distopías que recomienda leer			
2	Hace una reseña personal sobre los personajes, la trama y la forma en que está escrito	Foto de medio cuerpo donde sostiene un libro en mano, y de fondo hay luces		Menciona que le gustó mucho, y que recomienda leerla.	
3		Foto sobre tips para leer más aun cuando no tienen mucho tiempo			
4	Hace una reseña personal de sus lecturas favoritas del 2021, donde escribe una breve reseña de cada una incluyendo	Foto de medio cuerpo con una pila de 8 libros			

	personajes, y trama				
5	Reseña personal sobre la trama principal, los personajes y el contexto, haciendo hincapié en que es la segunda parte de una trilogía.	Foto de 3 libros con fondo de luces	Cita una frase en inglés que habla sobre la convivencia, y el valor	Menciona que no fue una lectura que haya disfrutado mucho	

Tabla 14: Cédula de observación de bookstagram, sujeto 15.

Sujeto 15					
Publicaciones	Reseña	Foto	Frases de libros	Comentarios	Publicidad
1	Escribe una reseña personal donde coloca el contexto, la época, y la crítica, haciendo mención de los personajes.	Foto donde muestra su rostro con un libro en mano		Comenta que es un libro imprescindible que le gustó mucho, y que lo recomienda.	
2	Hace una reseña personal sobre los personajes, las enseñanzas que deja, la trama y contexto.	Foto de un libro en una mesa, junto a florero		Menciona que fue un libro que la hizo soñar, ponerse en el papel del personaje y que recomienda mucho, ya que fue un placer leerlo	
3		Foto de un grupo de mujeres, sobre una evento de pintura y lectura			Llevó a cabo un evento en colaboración con un restaurante, se llamó “DRINK, PAINT AND BOOKS” y agradece la participación de las personas que asistieron.
4		Foto con un libro en el piso, donde muestra sus pies con calcetas de		Menciona que la foto es en representación del día mundial del síndrome de Down, y escribe: “todos	

		diferentes colores		somos diferentes, todos somos iguales”	
5	Hace una breve reseña de los libros haciendo mención del tema principal del que hablan	Foto de un conjunto de libros de su profesión donde el escenario es un laboratorio		Menciona que las cosas que más disfruta es combinar la lectura con su trabajo en laboratorio y la docencia	

Tabla 16: Cédula de observación de bookstagram, sujeto 16.

Sujeto 16					
Publicaciones	Reseña	Foto	Frases de libros	Comentarios	Publicidad
1	Escribe una reseña donde incluye el libro y su adaptación cinematográfica,	Foto de libros que inspiraron a las películas de los oscars			
2	Hace una reseña personal sobre los personajes, la trama, lo que le gusto y no le gusto de la historia.	Foto de medio cuerpo con el libro			
3	Hace una reseña personal donde menciona que el tema principal es el racismo, escribe sobre lo que gusto y lo que no le gusto	Foto del libro	Cita una frase del libro que habla sobre la importancia de las relaciones humanas		
4		Fotos de recomendaciones de libros de romance		Menciona que disfruta mucho de este género	
5	Hace una reseña personal donde incluye los personajes, la trama, lo que le gusto y no le gusto del libro.	Foto de un conjunto de libros, donde se destaca el principal.		Menciona que fue un libro que disfruto mucho, que se enamoró de los personajes y que fue una trama de crecimiento personal	

Tabla 17: Cédula de observación de bookstagram, sujeto 17.

Sujeto 17					
Publicaciones	Reseña	Foto	Frases de libros	Comentarios	Publicidad
1		Foto de una pila de 7 libros		Comenta que espera leer los 7 libros para abril, pero que si no lo logra no pasa nada ya que lo importante es disfrutar la lectura	
2	Hace una reseña personal solo la vida de los personajes, y el trasfondo de la trama	Foto del libro en cuestión		Menciona que fue una lectura que disfruto mucho, y que no deben perdérsela	
3	Hace una reseña personal donde resalta el desenlace de los personajes haciendo hincapié en que esta es la segunda parte de una saga	Foto del libro con funkos de decoración		Menciona que leerlo fue un deleite	
4	Hace una reseña del manga donde relata la travesía de los personajes, dejando en claro que es la segunda parte de un libro que ya leyó	Foto del libro en cuestión		Se refiere al manga como una lectura que deja una huella personal por siempre, con un final agradable	
5	Reseña personal sobre la trama principal, la vida de los personajes y el mensaje personal que le deja el libro, recomienda que lo lean niños y adultos	Foto del libro en cuestión	Cita una frase del libro que cuestiona la felicidad, que es, cómo se logra aun teniendo tan poco	Menciona que no fue una lectura que haya disfrutado mucho	

Tabla 18: Cédula de observación de bookstagram, sujeto 18.

Sujeto 18					
Publicaciones	Reseña	Foto	Frases de libros	Comentarios	Publicidad
1		Fotos de sus lecturas de marzo		Comenta que disfrutó mucho de las 7 lecturas que logró	
2	Hace una reseña personal donde incluye los personajes, la manera en que está escrito, lo que le gustó y no le gustó de la historia	Foto del libro donde de fondo se observa una avenida y edificios		Menciona que le gustó mucho, y agradece a los que se unieron a la lectura	
3	Hace una reseña personal donde cuenta la vida del personaje y los problemas que atraviesa, la manera en que está escrita.	Foto del libro y de fondo se observa un jardín y edificios		Menciona que le gustó mucho, y disfrutó que hablara sobre la música clásica que es algo que le apasiona	
4	Hace una reseña personal sobre la vida del personaje, donde sitúa la época en la que transcurre, y los problemas sociopolíticos, hace una comparación con la adaptación cinematográfica	Foto del libro y de fondo se observa un jardín			
5	Reseña personal sobre la trama principal, la vida del personaje, y lo que la autora quiso transmitir con la historia	Foto del libro y de fondo se observa una avenida y edificios		Menciona que fue una lectura que le encantó y que le recordó su infancia en su ciudad	

Tabla 19: Cédula de observación de bookstagram, sujeto 19.

Sujeto 19					
Publicaciones	Reseña	Foto	Frases de libros	Comentarios	Publicidad
1	Escrebe una reseña personal donde recomienda una lista de libros infantiles y juveniles para no olvidar la infancia	Foto 3 libros y de fondo se observa un librero con plantas de decoración			
2	Hace una reseña personal sobre los personajes, la trama, temas como la culpa, el duelo, el perdón, y la forma en que está escrito	Foto del libro con un jardín de fondo	Cita una frase del libro que habla sobre el duelo	Menciona que le gustó mucho, y que recomienda leerla.	
3	Reseña personal donde relata acerca de los personajes, la trama, temas como la vida, la muerte.	Foto del libro en formato digital y de fondo se observan cuadros de arte		Comenta que fue uno de sus libros favoritos del año pasado, y que lo disfrutó mucho, adictivo y que la dejó reflexionando	
4	Hace una reseña personal sobre el género del libro, el personaje principal y resalta los temas que aborda como: la situación en México, feminicidios, corrupción.	Foto del libro en formato digital y de fondo se observa un árbol grande			
5	Escrebe una breve reseña personal de cada libro, donde incluye una parte de la historia y los personajes	Foto de 3 libros infantiles que recomienda leer		Recomienda a sus amigos que lean literatura infantil para que recuerden lo que es ser niño en el mes de abril	

Tabla 20: Cédula de observación de bookstagram, sujeto 20.

Sujeto 20					
Publicaciones	Reseña	Foto	Frases de libros	Comentarios	Publicidad
1	Escribe una reseña personal donde explica que pese a ser una lectura que le gustó, realmente se le hizo compleja y que no logró entender la trama	Foto del libro en formato digital y de fondo se observa a sus dos perros que posan para la foto			
2	Hace una reseña personal sobre los temas que trata como: brujería, asesinatos, regresión, etc. Y relata la manera en que está escrito.	Foto del libro donde salen también sus dos perros sentados en una silla mirando hacia la cámara		Menciona que fue un libro que disfruto mucho, le pareció intenso y le hizo sentir muchas emociones	
3	Realiza una reseña personal donde recomienda la lectura para niños y jóvenes que les guste el suspenso	Foto del libro donde salen también sus dos perros mirando hacia la cámara		Comenta que de inicio tenía dudas de leerlo pero cuando lo hizo le gustó mucho	
4		Foto de un libro donde se observa a su perro oliéndolo		Escribe a sus amigos que ella disfruta mucho del olor a libro nuevo, así como a su mascota	
5		Foto de un recorrido por una de las librerías de su ciudad			

2.6 Proceso de recolección de la información

2.6.1 Primera fase del proceso de campo

Antes de llevar a cabo las entrevistas, realicé el trabajo de campo para seleccionar a los futuros sujetos de investigación, el cual fueron dos grupos, el primero de 20 lectores, y el segundo de 3 expertos.

2.6.2 Entrevista lectores

Como anteriormente mencioné, una vez que las entrevistas pasaron por filtros de revisión, procedí a aplicar las entrevistas, las cuales se llevaron a cabo a través de videoconferencias de google meet, con una duración máxima de 1 hora por sujeto. La entrevista semiestructurada quedó conformada de la siguiente manera:

Guía de entrevista semi estructurada, dirigida a lectores:

1. ¿Qué emociones has experimentado a raíz de la pandemia?
2. ¿Qué actividades incorporaste a tu vida diaria a raíz de la pandemia?
3. Para ti ¿Qué es leer?
4. Cuéntame ¿cómo surgió tu gusto por la lectura?
 - 4.1 Durante la pandemia, ¿este gusto por la lectura cómo lo has experimentado?
 - 4.2 ¿Qué emociones han surgido al leer durante la pandemia?
5. ¿Podrías describirme qué cambios experimentó tu gusto por la lectura antes y después de la pandemia?
 - 5.1 ¿Cuántos libros leías antes y cuántos libros lees actualmente?
6. Háblame ampliamente sobre tu experiencia desde la selección de un libro, hasta el momento en que lo terminas.
 - 6.1 Cuéntame más acerca del tipo de lecturas que sueles concurrir.
7. ¿Qué impacto han tenido los libros en tu vida a raíz de la pandemia?
8. ¿Consideras que tu estado emocional influye en la selección de tu lectura?
9. Háblame de una lectura que hayas realizado guiada por una emoción durante la pandemia.
10. ¿Ha habido algún libro en específico que te haya ayudado en el proceso de adaptación durante de la pandemia? Háblame más acerca del libro.
11. ¿Podrías hablarme de una situación personal en la que una lectura te haya ayudado?
12. Háblame acerca de cómo influye tu gusto por la lectura con tu núcleo familiar.
13. Háblame acerca de cómo influye tu gusto por la lectura con tu núcleo laboral.
14. Háblame acerca de cómo influye tu gusto por la lectura y tu círculo social.
15. ¿Participas en reuniones literarias? De ser, así háblame acerca de las reuniones literarias que has tenido en el último año:
16. Cuéntame acerca de tus emociones y sentimientos con respecto a los encuentros literarios con personas que tienen el gusto por la lectura.

2.6.3 Entrevista a profesionales

De igual manera, las entrevistas fueron revisadas por el asesor, y tres expertos, una vez hechas las correcciones procedí a aplicar las entrevistas a través de videoconferencias en Google Meet.

La entrevista dirigida a los profesionales quedó estructurada de la siguiente manera:

Guía de entrevista semi estructurada, dirigida a profesionales:

1. Me puede contar acerca del área en la cual labora:
2. ¿Qué opina usted de la lectura dentro de su ámbito profesional?
3. Para usted ¿Qué es la lectura?
4. De manera personal ¿Qué aporte le ha generado la lectura?
5. Me podría hablar ampliamente de antes y después de la pandemia con respecto a su hábito de lectura:
6. ¿Qué opina usted de la lectura dentro de un proceso terapéutico?
7. ¿Qué características debe de tener una lectura para que usted la recomiende en un proceso terapéutico?
8. Hábleme acerca de si en los últimos dos años usted ha notado modificaciones en cuanto al hábito de lectura de sus pacientes.
9. De ser posible ¿podiera describirme algún caso en el que usted recomendó la lectura como parte del proceso clínico, y cómo fue su evolución:
10. ¿Qué sabe acerca de los encuentros literarios?
 - 10.1 Desde un punto de vista emocional ¿Qué impacto cree usted que tienen los encuentros literarios en las personas?

2.7 El acercamiento inicial

Una vez elaboradas los instrumentos para ambos grupos, procedí a ponerme en contacto con el grupo seleccionado, en un plazo de 2 semanas se llevaron a cabo las entrevistas, las cuales tuvieron duración aproximadamente de una hora, y fueron realizadas por Google Meet.

2.8 La afinación y retroalimentación de instrumentos

Los instrumentos fueron elaborados con la guía del asesor quien fue el primer filtro de revisión, posteriormente fueron enviados a expertos, entre ellos docentes, psicólogos, psiquiatras y médicos, para su estudio y corrección.

Dentro de la afinación de los instrumentos se realizaron modificaciones siguiendo las observaciones de dichos expertos, como lo fueron la reformulación de preguntas a manera de que al leerse tuviera mayor coherencia y sentido, de igual manera, se eliminaron preguntas que resultaban repetitivas, y se modificó el orden de aplicación siguiendo un patrón de secuencia en el que el sujeto entrevistado no se viera en la necesidad de cambiar abruptamente de tema

CAPÍTULO 3: ANÁLISIS INTERPRETATIVO DE LA INFORMACIÓN

3.1 Principales categorías de los lectores

Tabla 21: principales categorías en lectores

Pregunta 1: ¿Qué emociones has experimentado a raíz de la pandemia?

Sujeto	Textual	Categoría	Interpretación
Sujeto 1	“He experimentado en lo personal desde miedo, ansiedad, frustración y un poco de soledad. Miedo obviamente por la cuestión de un contagio, ya sea mío o de un familiar.”	Miedo <ul style="list-style-type: none"> ▪ Contagio por COVID-19 (personal o de algún familiar) Ansiedad Frustración Soledad	El sujeto ha experimentado emociones negativas respecto al contagio de la enfermedad
Sujeto 2	“Después de dos años ya me siento...con la capacidad de aceptar mis emociones, valorarlas y expresarlas.”	Aceptación de emociones	El sujeto logró procesar sus emociones sin mencionar por cuales atravesó
Sujeto 3	“Para empezar antes de la pandemia yo padecí depresión y ansiedad generalizada que me duraron muchos años... pero el problema fue cuando me enfermé de COVID, y me tuve que encerrar...el hecho de ahora estar encerrada pero sin energía y sin ganas de nada me volvió a afectar, entonces me afectó emocionalmente, más presión, me sentía pesimista, y veía todo muy negativo”	Pesimismo	El sujeto tuvo una recaída emocional, ya que previo a la pandemia padecía depresión y ansiedad
Sujeto 4	“A nivel emocional a mí me afectó en el miedo, en la parte en la que siento el miedo de que todos los días tienes que estar alerta de todo lo que antes no te preocupaba...Era una sensación de cansancio por todo lo que tenía que hacer...hubo momentos de llanto, de desesperación, de frustración.”	Miedo Tristeza (llanto) Desesperación Frustración	El sujeto experimento emociones negativas debido al cambio que tuvo que atravesar en su rutina
Sujeto 5	“Sientes la soledad, porque ya no sales y no ves a nadie, entonces el aislamiento es lo que más resentí”	Soledad	El sujeto experimento soledad debido al aislamiento social
Sujeto 6	“Al inicio fue mucha confusión sobre que iba a pasar, me dedico a ser docente ... Sentía la incertidumbre, no quería, me resistía, me frustré, y se vinieron algunos problemas por ejemplo mi computadora era muy viejita, y me fallaba la conexión, los papás se comenzaron a quejar, y sentía que ya no podía con todo, llegue a llorar hasta que fui buscando soluciones.”	Confusión Incertidumbre Frustración Tristeza (llanto)	El sujeto experimento emociones negativas debido a la adaptación que tenía que hacer respecto a su trabajo.
Sujeto 7	“Al inicio lo vi de manera positiva porque mi trabajo me queda a dos horas, entonces lo vi como una manera de trabajar más cómoda, pero al final no fueron así,	Emociones positivas Frustración Ansiedad	El sujeto atravesó un cambio de emociones

	trabajaba más tiempo porque me auto exigía mucho, no tenían tiempo... se me junto todo con la pandemia, así que comencé a sentirme frustrada, quería salir de mi casa, ya no quería estar encerrada, comencé a sentir ansiedad y esa ansiedad se convirtió en problemas con mi peso y muchas otras cosas.”	Somatización (sobre peso)	positivas a negativas de acuerdo al desarrollo que fueron teniendo las condiciones del aislamiento en su vida diaria.
Sujeto 8	“Fue muy frustrante, y caótico sobre todo porque yo estaba viviendo sola, manteniéndome sola, mi familia vivía en otro estado, entonces comencé a sentirme estresada de no tener ese ingreso económico, y terminé por volver a Veracruz a casa de mis papás. De marzo a octubre fue cuando fue más duro para mí, comencé a tener duelos en el sentido de la pérdida de trabajo, terminé mi relación, regresé a casa de mis papás, entonces todo esto fue muy pesado para mí.”	Frustración Estrés Pesadez	El sujeto atravesó emociones negativas debido a la pérdida de estabilidad personal, y laboral.
Sujeto 9	“yo trabajaba en el área administrativa de un hospital, en recepción, comencé a sentir angustia, y mucho miedo porque a mí me tocaba recibir a los pacientes con posible COVID, hacer el papeleo de ingreso, pero de verdad era impresionante porque no duraban mucho, fallecían uno tras otro, y ahí es donde comienza la incertidumbre de querer saber que iba a pasar a continuación..., y comencé a padecer ataques de pánico”	Angustia Miedo Incertidumbre Ataques de pánico	El sujeto desarrollo ataques de pánico debido al impacto emocional al laborar dentro del área de la salud.
Sujeto 10	“Cuando inició la pandemia sufría muchos ataques de ansiedad, al grado que me arañaba los brazos en un rincón mientras lloraba y sentía que no podía respirar, angustia de qué se fueran a contagiar mis papás, que, pues en cualquier momento alguien podría ya no estar, y el dolor que podría causar. Esa incertidumbre que se apoderó los primeros meses de la pandemia”	Ataques de ansiedad Angustia Incertidumbre	El sujeto desarrolló ataques de ansiedad por el contagio de la enfermedad
Sujeto 11	“yo lo veía imposible, no daba crédito y desde ahí yo comencé a sentir muchísima ansiedad porque yo tenía que salir a trabajar a campo, visitar médicos...cuando salía lo hacía con miedo, así que fue una gama de emociones bastante variadas”	Ansiedad miedo	El sujeto experimentó emociones negativas debido al riesgo que demandaba su trabajo
Sujeto 12	“Primero fue mucha incertidumbre porque acababa de tener a mi bebé, mi niña tenía 3 meses, miedo de saber que le podía pasar, igual a mi hijo, mis papás, así que hice lo que se indicaba, de encerrarnos, y ver qué era lo que seguía”	Incertidumbre Miedo	El sujeto experimentó emociones negativas por lo que pudiera pasarle a su familia
Sujeto 13	“Me sentí súper identificada con toda la cuestión de enojarte, el sentirte triste, ansiosa, estresada, yo pasé por todo, no sabía que hacer conmigo misma, mes con mes pensaba que ya íbamos a salir de pandemia, y luego mi esposo se contagió y fue muy fuerte vivir esa situación... dejé de laborar porque yo trabajaba en una empresa de giro eléctrico, pero era muy demandante, comencé a sentir mucho estrés, ansiedad, y decidí renunciar porque me estaba arriesgando”	Enojo Tristeza Ansiedad	El sujeto experimentó emociones negativas a raíz del contagio de su pareja, y la pérdida de su trabajo

Sujeto 14	“Era mucha incertidumbre el estar en casa, mi vida social cambió mucho, porque era muy activa y ya no poder salir, ir a la escuela, salir con mis amigos, no sabía qué hacer.”	incertidumbre	El sujeto experimentó incertidumbre debido al aislamiento social
Sujeto 15	“Principalmente la impotencia de salir de mi zona de confort de manera radical, yo estudié una licenciatura en el área de la salud y nunca me imaginé tener más del cierto número de pacientes al día, de estar vilmente maquilando cientos de pruebas de COVID, estudios...esa frustración y estrés de que nadie me dijo que al estudiar esto llegaría a estar frente a un campo de batalla, eso en cuanto a lo laboral.”	Impotencia Frustración	El sujeto se vio afectado emocionalmente debido a la demanda que le requería su trabajo dentro del área de la salud
Sujeto 16	“Fíjate que de inicio tenía mucho pánico, pensaba cosas como: “nos vamos a morir todos” sentía frustración por todos los planes que se pondrían en pausa”	Pánico Frustración	El sujeto experimentó emociones negativas debido al cambio que hubo en su vida personal a causa del aislamiento
Sujeto 17	“Creo que experimente todo, una montaña rusa de emociones, desconcierto, incertidumbre, asombro, el saber que ahora sería todo de manera virtual, realmente era una cuestión que no creía que yo iba a vivir en algún momento... para mí fue desesperante, caí en depresión”	Desconcierto Incertidumbre Asombro Desesperación Depresión	El sujeto experimentó diversas emociones negativas hasta desarrollar depresión debido al cambio en su rutina laboral
Sujeto 18	“llegue a sentir un poco de ansiedad cuando comenzó a morir mucha gente”	ansiedad	El sujeto experimentó ansiedad al ver el incremento de fallecimientos por la enfermedad
Sujeto 19	“Fue sorprendente y estresante porque yo estaba trabajando en una escuela y fue un cambio radical el dejar de ver a mis alumnos de un día para otro”	Sorpresa	El sujeto experimentó sorpresa y estrés por el cambio en su rutina laboral
Sujeto 20	“Te voy a hacer muy honesta, la pandemia vino a reforzarme algo que ya me gustaba que es el estar encerrada y leer libros...aunque sí, el escuchar de todas las muertes sí me causaba un poco de inseguridad, pero yo feliz de estar encerrada.”	Inseguridad	El sujeto experimentó inseguridad por ritmo de mortandad de la enfermedad.

Síntesis
De acuerdo a la información recabada se puede observar que la gran mayoría de los entrevistados han experimentado miedo e incertidumbre a raíz de la pandemia, y unos pocos mencionaron ansiedad, otras emociones que se mencionan son inseguridad, pesimismo y pánico.

Tabla 22: Principales categorías en lectores

Pregunta 2: ¿Qué actividades incorporaste a tu vida diaria a raíz de la pandemia?

Sujeto	Textual	Categoría	Interpretación
Sujeto 1	“Pero he hecho más ejercicio y también la lectura, la lectura lo retomé mucho más, sobre todo en el primer año que había más encierro y que solo iba una o dos veces a mi trabajo, comencé a leer más, aunque ya leía, pero no de la misma forma.”	Ejercitarse Leer	El sujeto realizó actividad física, e incremento el hábito de la lectura.
Sujeto 2	“Buscaba actividades que hacer, antes pintaba y ya no lo hacía, entonces lo retomé, igual la lectura, tomé cursos de bordado, pero sobre todos los libros que volvieron a entrar a mi vida radicalmente y me ayudaron a sobrellevar todo.”	Pintar Leer Bordar	El sujeto retomó actividades que tenía en pausa, entre ellos la lectura.
Sujeto 3	“Retomé algunos hábitos que había dejado, como escribir, ya tengo libros publicados, a leer más, e igual comencé a bordar de nuevo”	Escribir Leer Bordar	El sujeto retomó actividades que tenía en pausa, entre ellos la lectura y la escritura.
Sujeto 4	“Adoptamos noches de juego, de rubik, maratón, loterías, damas chinas, que eran actividades que no hacíamos desde que éramos niñas, empecé a acomodar todo lo de la casa, a pintar paredes, cambiar cortinas, a arreglar muebles que eran cosas que nunca había hecho, comencé a pintar la cómoda, decorarlas”	Juegos recreativos Pintar Decorar Reparar	El sujeto adoptó juegos recreativos con su familia, y actividades de decoración de interiores.
Sujeto 5	“La lectura era un hábito que tenía súper abandonado, pero lo reanudé a raíz de la pandemia, con el tiempo extra que tenía dije: ahora es cuando puedo leer, participar en clubes de lectura, y también adapté el ejercicio en casa”	Leer Ejercitarse Clubes de lectura	El sujeto retomó el hábito de la lectura que tenía en pausa, y la actividad física.
Sujeto 6	“Decidí abrir una cuenta especial para los libros, comencé a leer más y se volvió un pasatiempo el estar compartiendo cosas de libros.”	Leer	El sujeto aumentó su lectura, y la interacción con redes sociales referente al mismo tema de libros.
Sujeto 7	“Aprender de todo, siempre había querido meterme a los cursos de crejana y ahora fue cuando pude hacer, cursos de escritura creativa, hacer videos en YouTube, podcast, videos en tiktok, comencé a escuchar los audiolibros, a leer más”	Cursos variados Escritura creativa Videos en redes sociales Leer	El sujeto realizó diversos cursos, creo contenido visual en redes sociales e

			incremento su lectura.
Sujeto 8	“De hecho, en esos 3 años que yo llevaba viviendo y trabajando en Playa del Carmen, y dejé la lectura a un lado, y al llegar la pandemia y estar confinados, sin poder salir, comencé a leer de nuevo...también comencé a hacer ejercicio durante las mañanas.”	Leer Ejercitarse	El sujeto retomó el hábito de la lectura que tenía en pausa, y comenzó a ejercitarse
Sujeto 9	“Retomé la lectura, descubrí los audiolibros...en casa empecé a llevar una vida movida, ahora hacia el súper, hacia ejercicio, intentaba mantenerme ocupada en todo momento...comencé con los clubes de lectura”	Leer Ejercitarse Clubes de lectura	El sujeto retomó el hábito de la lectura, y comenzó a realizar actividades físicas.
Sujeto 10	“Empecé a estudiar más, eran tardes muy largas dentro de casa, terminaron las clases, comencé a tomar cursos, y entonces llegaron de nuevo los libros a mi vida, empecé a releer libros que ya tenía, y fui adquiriendo más. También comencé a hacer deportes en casa.	Estudio Cursos Leer Deportes	El sujeto dedico tiempo a sus estudios, retomó el hábito de la lectura, y la práctica de deportes.
Sujeto 11	“Entre las actividades que comencé a hacer fue justo la cocina, en ese año yo cocine muchísimo, cosa que nunca había hecho, igual el ejercicio y aproveche para leer un montón, y encontré un mundo paralelo en Instagram que me mantuvo distraída y ocupada, que es bookstagram, comencé a subir reseñas de libros y conocer el de otras personas.”	Cocinar Ejercitarse Leer Bookstagram	El sujeto incrementó su ritmo de lectura, incorporó la cocina en su rutina y la actividad física.
Sujeto 12	“comenzamos a pasar más tiempo en familia, empecé a cocinar y precisamente fue cuando retomé la lectura después de muchos años.”	Cocinar Tiempo en familia Leer	El sujeto tuvo tiempo de calidad en familia, y retomó el hábito de la lectura que tenía en pausa.
Sujeto 13	“Como antes era adicta al trabajo, después de renunciar me dediqué a hacer todo lo que no hacía, vi todas las series que pude, vi mangas, anime, comencé con el club de lectura asiático donde definitivamente concentré toda mi energía, y también empecé a leer mucho más.”	Ver programas de tv Club de lectura Leer	El sujeto adoptó actividades relajantes como programas de televisión, retomó la lectura, y desarrolló un club de libros.
Sujeto 14	“Como pasé de estar muy activa a estar encerrada, comencé a leer muchísimo, así que esa fue mi actividad principal con la pandemia y ahora espero ya no dejar ese hábito, igual comencé la cuenta de bookstagram”	Leer Bookstagram	El sujeto incrementó su ritmo de lectura, y el compartirlo en redes sociales.
Sujeto 15	“Comencé una maestría, tomé un curso en administración, en sí, cada 3 días estaba en cursos, abrí la cuenta de bookstagram, comencé a leer más, y todo esto sumando a la demanda de mi trabajo”	Estudios: maestría y cursos diversos. Leer bookstagram	El sujeto dedicó tiempo a sus estudios, e incrementó su lectura.

Sujeto 16	“A raíz de la pandemia pude concentrar todo el tiempo que no estaba trabajando en la cuenta de bookstagram, en hacer videos para tiktok, YouTube, a leer muchísimo más, participar en clubes”	Bookstagram Videos en redes sociales Leer Club de lectura	El sujeto invirtió tiempo en crear contenido para redes sociales, y retomó la lectura.
Sujeto 17	“Comencé a trabajar más en casa, fue muy estresante, pero también comencé a tener tiempo libre en casa, así que comencé a leer muchísimo más, y así fue como toda esa depresión e incertidumbre la fui bloqueando, a través de la lectura, así que leer en pandemia fue lo que me salvo. “	Leer	El sujeto incrementó el ritmo de lectura.
Sujeto 18	“Ahora disfruto cocinar, y sobre todo aumentó muchísimo la cantidad de películas y series que veo porque antes solo tenía ese tiempo libre los fines de semana, y por el tiempo libre que ahora tengo comencé a leer cada vez más.”	Cocinar Ver programas televisivos Leer	El sujeto dedicó tiempo a actividad relajantes como ver programas de televisión, cocinar y la lectura.
Sujeto 19	“Comencé a hacer ejercicio en casa con videos, volví a retomar el hábito de los libros, abrí mi cuenta de bookstagram, descubrí los audiolibros, leí muchísimo más”	Ejercitarse Leer bookstagram	El sujeto dedicó tiempo a ejercitarse, incremento la lectura.
Sujeto 20	“Me tomé el tiempo para volver a leer, ver series y reorganizar mi casa. “	Leer Ver series Reorganización del hogar	El sujeto retomó el hábito de la lectura, ver series y dedico tiempo a organizar su hogar.

Síntesis

De acuerdo con la información recabada se puede observar que la gran mayoría de los entrevistados incorporaron la lectura y el ejercicio como actividades a raíz de la pandemia, y por otra parte también se mencionaron pasatiempos como la cocina, el bordado y ver programas de televisión.

Tabla 23: Principales categorías en lectores

Pregunta 3: Para ti ¿Qué es leer?

Sujeto	Textual	Categoría	Interpretación
Sujeto 1	“Leer en mis propias palabras, es aprender, conocer, sentir, emocionarme, reír, llorar y transportarme directamente a otra dirección. “	Aprender Conocer Sentir Emociones: reír, llorar Transportarse	El sujeto refiere que leer es una mezcla de aprendizaje, y emociones.
Sujeto 2	“Para mi leer es adentrarse a un mundo diferente, descubrir nuevas cosas, aprender algo que desconozco, leer es una distracción, una pasión, es algo que me ayuda a sobrellevar mi vida social, emocional, me ayuda a transformarme, a descubrirme, redescubrirme y ver quien soy en realidad. La lectura es un ancla que me pone ante la vida persona y me hace conocerla. “	Aprender Distracción Pasión Transformación Descubrimiento	El sujeto refiere que leer es aprender, transformarse y redescubrirse.
Sujeto 3	“para mi leer se volvió un escape, ponerme a leer me hacía olvidarme de todo lo demás, así que leer era mi refugio de todo lo que me pasaba y hasta la fecha sigue siendo mi lugar seguro. “	Escape Refugio Seguridad	El sujeto refiere que leer es escapar a un lugar seguro.
Sujeto 4	“Para mi leer significa liberación, cuando lees te desprendes de angustia, desasosiego, temor, cuando lees te vas a otra parte, cuando lees puedes llegar a conocer todo el mundo sin salir de tu casa”	Liberación Viajar	El sujeto refiere que la lectura es liberación.
Sujeto 5	“Yo creo que leer es la oportunidad de vivir otras vidas, de sentir con otra piel, de experimentar otras historias que no me van a tocar vivir... puedes experimentar a través de los personajes, viajar, sentir la empatía, y vivir todas esas situaciones que en tu vida diaria no surgen.”	Experimentar Viajar Sentir	El sujeto refiere que leer es experimentar diversas situaciones, viajar y sentir.
Sujeto 6	“Para mi leer es un gozo personal, es algo que hago porque lo disfruto realmente, algo que a veces también me ayuda a comprender otras realidades que son muy ajenas a mí”	Gozo Disfrute Comprensión	El sujeto refiere que la lectura es un gozo, que disfruta y lo ayuda a comprender.
Sujeto 7	“Para mi leer es escapar, totalmente... es una manera en la que se pueden expresar muchas cosas, es una manera de ver el mundo, de entenderlo y es una manera de viajar”	Escape Entendimiento Viajar	El sujeto refiere que la lectura es un escape que le permite entender y viajar.
Sujeto 8	“Cuando era más chica para mi leer era curiosidad...y actualmente la lectura para mí es como esa manera de seguirme nutriendo, son nuevos conocimientos, en cada historia nueva encuentro algo que incorporar a mi vida, nuevas ideas, nuevos pensamientos, es una fuente de conocimiento en general”	Curiosidad Nutrirse Conocimiento	El sujeto refiere que la lectura es curiosidad y conocimiento general.
Sujeto 9	“Es una actividad muy personal, privada, dónde tú incorporas tus conocimientos previos y tus emociones en	Conocimientos Emociones	El sujeto refiere que la lectura es

	ese instante de la vida, cada libro tiene su forma de movernos, de cambiarnos, de mandarnos mensajes en un momento determinado. Leer es apropiarte de experiencias donde otros te están contando algo...Me gusta descubrir como vivía la gente en otras épocas. Para mi leer es conocer, reinterpretar, incorporar. “	Cambio Experiencias Reinterpretar	conocimiento, emociones y experiencias.
Sujeto 10	“Para mi leer significa poderme abrirme un portal, leer me lleva a otros lugares, me hace ver nuevos puntos de vistas, nuevos panoramas, o conocer un escritor a través de sus letras...leer es un portal.”	Viajar Perspectiva	El sujeto refiere que leer es poder viajar a través de las letras y conocer nuevas perspectivas.
Sujeto 11	“Para mi leer es una experiencia personal e intransferible...para mi leer es conocer otros mundos, conocer otras épocas, viajar al pasado, conocer su estilo de vida, la ropa, como hablaban, poder transportarte a esos lugares, es desarrollar esa película en tu mente, y también es un momento de introspección”	Experiencia Viajar Introspección	El sujeto refiere que la lectura es una experiencia personal, un momento de introspección.
Sujeto 12	“Para mi leer es tener un tiempo para mí”	Tiempo	El sujeto refiere que la lectura es la oportunidad de tener tiempo para sí misma.
Sujeto 13	“Para mi leer es como ser espectador de muchas cosas...leer es algo muy bonito porque te conmueve, y te generan emociones, al menos yo soy muy sensible y los libros he hacen sentir todo. Para mi leer es terapéutico.”	Conmoverse Emociones Terapéutico	El sujeto refiere que leer es terapéutico.
Sujeto 14	“Para mi leer es un lugar seguro, es donde uno se siente feliz, disfruto mucho ese momento de estar leyendo, y me da emoción saber que hay muchísimas historias por descubrir.”	Seguridad Emociones: felicidad Descubrimiento	El sujeto refiere que la lectura es un lugar seguro y feliz.
Sujeto 15	“Para mi leer es poderme desconectar de mi rutina, conocer nuevos personajes, conocer un poco de la personalidad del escritor a través de sus letras, viajar... un momento solo para mí, y poder reencontrarme nuevamente.”	Desconectarse Viajar Reencontrarse	El sujeto refiere que la lectura le permite desconectarse, y viajar de manera personal.
Sujeto 16	“Para mí la lectura es eso, un escape, un refugio de la realidad, poder salir de tu rutina, viajar, y sumergirte en el libro”	Escape Refugio Viajar	El sujeto refiere que la lectura es un escape y refugio de la realidad.
Sujeto 17	“Para mi leer significa adentrarte a mundo diferente, de ficción conocer otras culturas, y como soy historiadora también significa comprender el mundo de antes y ahora, leer son muchas cosas, es un escape increíble.”	Conocimiento Comprensión Escape	El sujeto refiere que la lectura es un escape, conocimiento y comprensión.
Sujeto 18	“Para mí es como un método de escape, siempre me ayuda a no pensar en mis problemas de la vida diaria y	Escape Inspiración	El sujeto refiere que leer es un

	me inspira a hacer más cosas, me hace sentir feliz, leer me da mucha dicha”	Emociones: felicidad y dicha	escape, que le brinda inspiración y felicidad.
Sujeto 19	“Leer es darte la oportunidad de crear nuevos mundos, de imaginarte nuevas historias y que te sientas partes de ellas, que lo vivas como te lo cuentan los autores, es magia, cada libro es una semillita y tiene un porque para cada lector”	Imaginación Vivencias Magia	El sujeto refiere que leer son vivencias llenas de imaginación y magia.
Sujeto 20	“Para mi leer es como una terapia, un escape, te puedo decir que tengo una vida muy bonita, muy bendecida, pero poder sumergirme en un libro es un regocijo”	Terapéutico Escape Regocijo	El sujeto refiere que la lectura es terapia, un escape y un regocijo.

Síntesis

De acuerdo a la información recabada se puede observar que la gran mayoría de los entrevistados definen la lectura como un escape, mientras que otros participantes lo describen como viajar, y conocimientos.

Tabla 24: Principales categorías en lectores

Pregunta 4: ¿Podrías describirme qué cambios experimentó tu gusto por la lectura antes y después de la pandemia? ¿Cuántos libros leías antes y cuántos libros lees actualmente?

Sujeto	Textual	Categoría	Interpretación
Sujeto 1	“Aunque ya tenía el hábito de leer, no conocía de tanta gente con los mismos gustos, e incluso no conocía o sabía de clubes de lectura que existieran en el lugar donde vivo, pero a raíz de la pandemia y el internet los conocí y cada vez tengo más retos de lectura... Antes de pandemia... leía de 3 a 4 libros por año... actualmente estoy por terminar el año con 30 libros.”	Antes: leer en solitario; 3 a 4 libros por año. Ahora: amistades, clubes de lectura, bookstagram; 30 libros al año.	El sujeto paso de leer en solitario, a formar parte de una comunidad de lectores. Incrementó la cantidad de libros leídos en un año, de 3 a 30.
Sujeto 2	“Hubo un cambio radical, por ahí del 2011 fue cuando yo comencé a leer más, pedía prestado y buscaba libros gratis en internet, en ese entonces mi máximo al año eran 15 libros, de ahí fue subiendo hasta 30 en un año, pero de ahí en la universidad dejé de leer como por 4 años... entonces antes de la pandemia no estaba ya leyendo, si acaso 3 o 4 libros al año, y de ahí en agosto del 2020 comencé a leer de nuevo y leí 30 libros... en el 2021 leí 80 libros”	Antes: leía menos, de 3 a 4 libros por año. Ahora: aumento su ritmo de lectura, hasta 80 libros en un año.	El sujeto aumentó su ritmo de lectura, pasando de leer 3 a 80 libros en un año.
Sujeto 3	Si existe el cambio de que ahora leo más... porque antes no tenía tantos libros... aunque si leía mucho en digital hasta que me comenzó a dar migraña... pero ahora con	Antes: leía menos, no tenía tantos libros, era un hobby, 20 libros al año.	El sujeto aumentó la cantidad de libros al formar parte de una

	bookstagram leo más porque consigo más libros, en el 2020 leí 50 libros, 2021 leí 57 libros...antes de pandemia leía a lo mucho 20 libros al año... antes era un hobby que hacía de vez en cuando y ahora es un hábito.”	Ahora: lee más, aumento la cantidad de libros, bookstagram, hábito, 57 libros en un año.	comunidad en bookstagram, ve la lectura como un hábito y no solo como un hobby, pasando de 20 a 57 libros en un año.
Sujeto 4	“Hablé con un amigo de abrir un club de lectura, porque él es maestro de literatura...yo lo organizo, y mi amigo da las clases, y claro que cobramos por ello porque su conocimiento vale...Antes de pandemia leía 40 libros en el año, en el 2020 solo 25 por todo esto del bloqueo de lector, la pandemia, el miedo, la frustración, el trabajo, hasta agosto donde volví a retomar la lectura y ya en 2021 leí 60 durante el año.”	Antes: lectura en solitario, leía 40 libros al año. Ahora: formo su propio club de lectura, leyó 60 libros en un año.	El sujeto paso de leer de forma aislada, a formar su propio club de lectura, e incrementó los libros leídos de 40 a 60 en un año.
Sujeto 5	“Antes de pandemia era más como un gusto, pero no era algo frecuente, y actualmente vivo más las lecturas, es un hábito que ya no puedo soltar...Antes de pandemia leía de 3 a 5 libros al año...y en el 2021 leí 35 libros, y me metí como a 3 o 5 clubes de lectura.”	Antes: era a un gusto, no era frecuente, leía 3 a 5 libros al año. Ahora: es un hábito, participa en clubes de lectura, leyó 35 libros en el año.	el sujeto refiere que antes la lectura es un gusto y ahora es un hábito, participa en clubes de lectura y paso de leer 3-5 libros a 35 al año.
Sujeto 6	“Comencé a leer más géneros, otros autores, conocí a través de bookstagram a otras personas que también suben sus reseñas y hablan de libros...En 2019 me puse como meta leer 12 y leí 29...en 2020 me puse como meta 24 libros y leí 35 en el año y en el 2021 me puse como meta leer 36 y leí 64 libros”	Antes: géneros específicos, leía 12 libros al año. Ahora: amplió los géneros literarios, creo bookstagram, leyó 64 libros en un año.	El sujeto amplió los géneros literarios que suele leer, se integró a bookstagram, pasó de leer 12 libros al año a leer 64 en un año.
Sujeto 7	“Antes de pandemia casi no leía, por la universidad, por el trabajo por la vida personal, entonces cuando llego la pandemia y comencé a sentirme ansiosa, que mis emociones se revolían la lectura fue ese escape que yo necesitaba en ese momento, y también fue cuando surgió la cuenta de bookstagram que es un gran impulso para leer...En el 2017 no leí nada, en el 2018 comencé a leer un poquito, como 3 en el año, en el 2019 leí 5 libros y en la pandemia del 2020 leí 100 libros”	Antes: no leía tanto por falta de tiempo, máximo 5 libros al año. Ahora: incrementó su lectura, creo bookstagram, y leyó 100 libros en un año.	El sujeto incrementó la cantidad de libros leídos a raíz del tiempo extra y las recomendaciones de bookstagram, paso de leer 5 libros al año a leer 100 en un año.
Sujeto 8	“Comencé a leer cuando ya no lo hacía, y me permitió acercarme a mis amigos de un modo que antes no conocía, de algunos no sabía ni que les gustaba leer...En el periodo de la universidad y los 2 años que trabajé en Veracruz, si leía un poquito más, como 4 o 6 libros al año, pero del 2017 al 2020 no leí nada... en el 2020 leí 33 libros, y en 2021 fueron 30”	Antes: tenía la lectura en pausa, leía 6 libros máximo al año. Ahora: retomó e incrementó su ritmo de lectura, le permitió conocer más a sus amigos. Leyó 33 libros en un año.	El sujeto retomó el hábito de la lectura, y le permitió acercarse a sus amigos a través de ella, paso de leer 6 libros en un año a leer 33.

Sujeto 9	“Antes de que llegara la pandemia yo me negaba a leer literatura fuerte...tampoco leía libros incómodos...entonces comencé a leer nuevos autores, nuevos temas, géneros, cambiaron mis intereses...Lo que yo recuerdo es que leí 30 libros en el 2019, luego en el 2022...logre leer 55 libros, y en 2021 si considero que incluso me sobre pase porque leí 140 libros, y todo esto también es por los clubes de lectura.”	Antes: no leía temas fuertes, tenía otros intereses, leía 30 libros al año. Ahora: experimento con nuevos géneros, autores y temas, leyó 140 libros en un año.	El sujeto cambio de intereses en cuanto a los temas, género y autores, paso de leer 30 libros en un año a leer 140.
Sujeto 10	“Es que fue un cambio total, antes de la pandemia yo ya no leía nada, estaba concentrada en estudios y otras actividades...cuando inicio la pandemia puedo decir que fue cuando descubrí mi lado lector. Se fortificó el hábito por la lectura...Antes de pandemia leía 1 libro al año a lo mucho, y ya en el 2020 leí 35 libros...en el 2021 leí 69 libros entre lecturas en físico, lectura digital y audiolibros. “	Antes: no leía por falta de tiempo, leía 1 libro al año máximo. Ahora: descubrió diferentes formatos de lectura, leyó 69 libros en un año.	El sujeto descubrió los diferentes formatos de lectura; libros en físico, digital y audiolibros, incremento su ritmo de lectura, antes leía 1 libro año, ahora leyó 69 en 1 año.
Sujeto 11	“Yo ya leía antes de pandemia, pero lo que cambio fue mi ritmo de lectura, y también el hecho de que ahora ya lo veo como un hábito que llegó para quedarse...Antes de pandemia leía entre 15 a 20 libros al año, y ya en el 2020 leí 48 libros, y este año que acaba de pasar leí 35, bajó mi número porque tuve una perdida familiar muy fuerte, y no me daba la cabeza para leer, así que estuve como 3 meses sin leer.”	Antes: leía menos, de 15 a 20 libros al año. Ahora: incrementó su ritmo de lectura, lo ve como un hábito, leyó 48 libros en un año.	El sujeto comenta que incrementó su ritmo de lectura, y ahora lo ve como un hábito. Paso de leer 20 libros al año, a leer 48.
Sujeto 12	“Pues para empezar antes de pandemia yo llevaba como 15 años sin leer, desde que entre a la universidad, de ahí como casada, de ahí vinieron los hijos y deje de darme ese espacio para mí, y con la pandemia surgió la necesidad de retomarlo, y valorar ese espacio...Antes de pandemia si acaso leía un libro al año...para el 2021 leí 40 libros.	Antes: dejó de leer por 15 años por falta de tiempo, 1 libro al año máximo. Ahora: surgió la necesidad de retomar la lectura, leyó 40 libros en un año.	El sujeto refiere que tenía pausada la lectura desde hacía 15 años por falta de tiempo, y lo retomó como una necesidad, paso de leer 1 libro al año a leer 40.
Sujeto 13	“Yo siempre me proponía la meta de leer 30 libros al año...y sobre todo comencé a leer en el club, y compartirlo con otros lectores...Antes de pandemia leía de 30, pero en el 2020 alcancé a leer 60... en el 2021, leí como 55.”	Antes: se fijaba una cantidad de libros al año, 30. Ahora: incrementó su ritmo de lectura, se integró en club, leyó 60 libros en un año.	El sujeto incrementó su ritmo de lectura, y se integró a un club de libros donde interactúa con otros lectores, paso de leer 30 libros al año a leer 60.
Sujeto 14	“Antes de la pandemia como estaba en mi adolescencia leía mucho romance juvenil, y ahora que ya soy un adulto joven he experimentado más géneros, como el thriller, clásicos...Antes de pandemia...leía 12 libros por año,	Antes: leía otros géneros, como romance juvenil, al año leía 12 libros.	El sujeto experimentó un cambio en cuanto a los géneros

	pero normalmente eran libros cortos, y en el 2020 leí 25 libros, y en el 2021 leí 37 libros”	Ahora: experimento con otros géneros como thriller, clásicos, leyó 37 libros en un año.	literarios que concurre, paso de leer 12 libros al año a leer 37.
Sujeto 15	“Mis gustos en lectura cambiaron muchísimo, por ejemplo, antes de pandemia no te podía leer un thriller... los clásicos, romance...porque antes de pandemia leía solo superación personal, y de adolescente eran novelas juveniles, ahora he descubierto más escritores...antes de pandemia entre 2 o 3 libros al mes, es decir unos 24 libros al año, en el 2020 leí 48 libros, y este año que acaba de pasar leí 54”	Antes: leía géneros como superación personal, novelas juveniles, leía 24 libros al año. Ahora: experimentó otros géneros como thriller, clásicos, romance. Leyó 54 libros en un año.	El sujeto experimentó un cambio en los géneros literarios que concurre, y paso de leer 24 libros al año a leer 54.
Sujeto 16	“Cambio mi ritmo de lectura, y mi forma de ver los libros, sobre todo el hecho de acercarme a otros lectores a través de diferentes plataformas de internet...Antes de pandemia leía a lo mucho entre 15 o 20 libros al año, y desde que inició la pandemia he leído más de 50 libros por año”	Antes: leía menos, de 15 a 20 libros al año. Ahora: aumentó su ritmo de lectura, interactúa con otros lectores a través de diferentes plataformas de internet. Leyó más de 50 libros en un año.	El sujeto incrementó su ritmo de lectura, y ahora interactúa con otros lectores a través de plataformas de internet, paso de leer 20 libros al año a leer más de 50.
Sujeto 17	Creo que lo único que cambió es el número de libros, antes de pandemia leía un poco menos...uno de los cambios es que me volví poli lectora, es decir, ahora leo más de 6 o 7 libros a la vez, y antes eso se me hacía imposible, yo leía un libro a la vez...antes de pandemia, no pasaba de 1 libro al mes, o si al caso en un año leía entre 25 o 30 libros, pero en el 2020 leí 60 y este año que acaba de pasar leí casi 80”	Antes: leía menos, solo un libro a la vez, 25-30 libros al año. Ahora: incrementó su ritmo de lectura, es poli lectora, puede leer 6-7 libros a la vez, leyó 80 libros en un año.	El sujeto refiere que se volvió poli lectora, desarrolló la habilidad de leer más 6-7 libros a la vez, paso de leer 30 libros al año a leer 80.
Sujeto 18	“Aumente mis horas de lectura, y también el hecho de que participo en círculos de lectura, porque antes de pandemia no sabía que existieran estos espacios...Antes de pandemia trataba de dedicarle 30 minutos al día a la lectura...y ahora en pandemia leo casi todo el día...antes de pandemia leía como 40 libros al año, y ahora en pandemia he leído 100 libros al año.”	Antes: leía menos, 40 libros al año. Ahora: aumento sus horas de lectura, participa en clubes de lectura, leyó 100 libros al año.	El sujeto refiere que antes no le dedicaba tanto tiempo a la lectura, y ahora lee casi todo el día y participa en clubes de lectura, paso de leer 40 libros al año a leer 100.
Sujeto 19	“Antes de pandemia no leía tanto, creo que sobre todo por la falta de tiempo y el hecho de no tener amigos lectores... y cuando cree mi cuenta de bookstagram en pandemia comencé a leer mucho más y hacer otros amigos que me motivaban a leer...Antes de pandemia recuerdo que leía 20 o 25 libros al año, y en 2020 leí 85 libros, el año que acaba de pasar leí casi 100 libros”	Antes: no leía tanto, no tenía amigos lectores, leía 20-25 libros al año. Ahora: aumentó su ritmo de lectura, al crear bookstagram encontró amigos	El sujeto aumentó su ritmo de lectura, y a través de bookstagram encontró amigos lectores, paso de leer 25 libros al año a leer casi 100.

		lectores, leyó casi 100 libros en el año.	
Sujeto 20	“Comencé a ver los libros como una necesidad, tener que comprar más libros, leer al menos uno a la semana, incrementé mi ritmo de lectura, y comencé a involucrarme en video llamadas de lecturas... Antes de pandemia leía 3 o 4 al año, en 2020 leí poco más de 40 libros, y en el 2021 leí un poco menos porque volví a trabajar después de un año sabático sin laborar”	Antes: no leía tanto, de 3 a 4 libros al año. Después: necesidad de comprar más libros, leer más, y participar en reuniones, leyó poco más de 40 libros en un año.	El sujeto aumentó su ritmo de lectura, y se involucró en reuniones virtuales, paso de leer 3 a 4 libros al año, a leer poco más de 40 en un año.

Síntesis
De acuerdo a la información recabada se puede observar que la gran mayoría de los entrevistados coinciden que el principal cambio de la lectura fue que incrementó la cantidad de libros leídos antes y después, algunos pasaron de leer 3 a 4 libros en un año, a leer más de 50, resaltando que uno de los sujetos leyó 140 libros en un mismo año.

Tabla 25: Principales categorías en lectores

Pregunta 5: ¿Qué impacto han tenido los libros en tu vida a raíz de la pandemia?

Sujeto	Textual	Categoría	Interpretación
Sujeto 1	“Yo no sé si antes de pandemia ya existían los clubes de lectura, pero antes de esto yo no conocía a nadie con quien compartir la lectura, ni de que existieran, así que, gracias a todo esto, ha incrementado mi interés por los libros, y he leído mucho más”	Amistades Interés	El sujeto creó un círculo de amistades a raíz de la lectura.
Sujeto 2	“Los libros han tenido un impacto de transformación, de conocerme mejor, de valorarme, de conocer que me gusta, aprender de mí, pero también aprender a los demás, me gusta escuchar las opiniones de las personas, ver lo que piensan y lo que yo pienso, conjugar las opiniones, conocer otros puntos de vista, contextos. Ha cambiado mi forma de pensar, de ver el mundo, y ver que no estoy solo yo en el mundo. “	Transformación Valoración Aprendizaje Conocimientos Amistades	El sujeto refiere que la lectura tuvo un impacto de transformación en sí misma, y le permitió hacer nuevas amistades”
Sujeto 3	“Como ahora leo más, siempre tengo un libro en las manos, ya me acostumbré a estar siempre leyendo, entre mis clases, cuando tengo un tiempo libre, ya no veo series porque hago la comparación de cuánto tiempo me voy a llevar viendo todos los capítulos y mejor prefiero invertirlo en lectura. “	Tiempo de lectura	El sujeto generó un apego positivo con los libros, dejando a un lado otras actividades, como ver televisión.
Sujeto 4	“Con todo esto que te he contado te puedo resumir que los libros han tenido un impacto positivo no solo en pandemia, sino en toda mi vida, siempre han estado para mí.”	Impacto positivo	El sujeto refiere que la lectura en pandemia generó un impacto positivo en su vida.

Sujeto 5	“Sin duda los libros me hacen sentirme mucho más acompañada, el leer en conjunto y conocer más personas, vino a resolver y complementar el hecho de que me sentía sola, y al descubrir toda una red de personas que están leyendo conmigo me ayudó mucho.”	Acompañamiento Amistades	El sujeto creó un círculo de amistades a raíz de la lectura que le permitió sentirse acompañada.
Sujeto 6	“Ha sido muy positivo para mí, porque, aunque yo no convivo con mucha gente sí me siento parte de algo, el hecho de saber que en bookstagram hay un mundo de lectores con los que puedo compartir.”	Impacto positivo Integración social	El sujeto experimentó un impacto positivo en la integración social en su vida debido a la lectura.
Sujeto 7	“El impacto que han tenido es impresionante, creo que los libros me han ayudado a salir de lo que hago cotidianamente, el cambio que hay antes y después de ellos, el poder compartirlos en canales digitales, los libros cambiaron lo que quería hacer antes de pandemia y lo que deseo hacer ahora. Ahora mi mente esta en hablar de libros, leer más, conocer más personas que leen como yo, mi vida cambio totalmente en esta pandemia gracias a los libros. “	Integración social	El sujeto experimentó un impacto positivo en su vida debido a la lectura, permitiéndole una mejor integración social y personal.
Sujeto 8	“Los que he leído me han ayudado en todo este proceso de saber que quiero, que me gusta, de descubrir nuevas cosas, ideas y posibilidades.”	Conocimiento Autoayuda Descubrimiento	El sujeto experimentó un impacto positivo en su vida personal a raíz de los libros”
Sujeto 9	“Me ha ayudado a exteriorizar mis emociones y a comprender a las personas, a tener empatía y no ser indiferente a lo que estamos viviendo”	Emociones Comprensión Empatía	El sujeto aprendió a exteriorizar sus emociones, y empatía con otros, a raíz de la lectura.
Sujeto 10	“Un impacto enorme porque antes me daban ataques de ansiedad y con los libros supe aprender a manejarlo también con terapia pero los libros me ayudaron a distraer la mente, me a echo más amable, más tolerante, no como antes, que los trataba mal, ya me gusta más platicar...me ayudaron a subir la autoestima y entendí que tratar mal a la gente está bien y que hay que tolerarlos.”	Manejo emocional Amabilidad Tolerancia Autoestima Integración social y familiar	El sujeto tuvo un impacto positivo a raíz de los libros, permitiéndole un mejor manejo emocional, personal, familiar y social.
Sujeto 11	“Han tenido sin duda un impacto positivo en mi vida...que me hace sentir feliz poder compartir con otros lectores, hablar de libros, comentar sobre autores, todo el impacto que ha surgido es terapéutico, hay días en que estoy muy cansada por lo que viví en el día, recurrir a los libros es algo que me llena, me da satisfacción y me mantiene en equilibrio para sobrevivir a mi día a día.”	Impacto positivo Integración social Terapéutico Satisfacción Equilibrio	El sujeto refiere que ha tenido un impacto positivo gracias a los libros, que le permiten una integración social, y personal.

Sujeto 12	“Ha tenido un impacto positivo, porque retomé un hábito y lo estoy llevando a cabo, es un hábito saludable, enriquecedor, ahora soy más constante en leer”	Impacto positivo Enriquecedor Constancia	El sujeto ha tenido un impacto positivo a raíz del hábito de la lectura, haciéndola más constante y enriquecedora.
Sujeto 13	“En la pandemia leer lo es todo, es un amanaera de relacionarme sin salir, de entretenerme en momentos difíciles, y el club es una actividad fija que me tomo muy en serio, me documento, lo disfruto, lo veo como un trabajo que hago con muchísimo gusto.”	Integración social Documentarse Felicidad	El sujeto ha tenido un impacto positivo en la integración social a raíz de los libros, actividad que le brinda felicidad.
Sujeto 14	“Los libros han tenido un impacto muy grande en el aspecto emocional, me da mucha emoción saber que ya no solo leo por leer, sino que me ha dado la oportunidad de conocer a otras personas, de conectar con otro mundo, de conocer más géneros, autores, y que me falta mucho por seguir explorando.”	Impacto emocional Integración social	El sujeto refiere que ha tenido un impacto emocional positivo a raíz de la lectura, permitiéndole una mejor integración social.
Sujeto 15	“Los libros han sido ese apapacho que en determinados meses he necesitado, gracias a los libros he conocido personas súper valiosas para mí”	Impacto emocional Integración social	El sujeto ha experimentado un impacto emocional y social positivo a raíz de los libros.
Sujeto 16	“Yo creo que me han dado un sentido durante este tiempo... el amor que yo ya tenía por los libros aumento, ahora sé que es importante darme un espacio para leer porque es algo que me apasiona y que ahora que por fin tengo con quién compartirlo no lo quiero dejar.”	Amor Pasión Integración social	El sujeto refiere que la lectura le dio un sentido de amor, y pasión hacia los libros, permitiéndole una mejor integración social.
Sujeto 17	“Los libros llegaron en la pandemia para salvarme de todos los problemas que trajo, el aislamiento, la depresión, incertidumbre, la inseguridad, la lectura es aprendizaje, es poder sumergirme en un mundo distinto, ese fue el impacto que me generaron.”	Impacto emocional Aprendizaje	El sujeto refiere que tuvo un impacto emocional positivo a raíz de la lectura.
Sujeto 18	“Todos los libros me han dejado algo, tantos si me gusto o no, de todos aprendí un poquito, otros me impactaron, me han hecho reflexionar, me hecho nuevas expectativas, he viajado a mundos diferentes, conocido otras culturas, he desarrollado empatía, me han dado conocimientos y he pasado por miles de emociones.”	Aprendizaje Reflexión Expectativas Conocimiento Empatía Emociones	El sujeto experimentó un impacto emocional positivo a raíz de los libros, le brindaron aprendizajes y ayudaron a desarrollar la empatía.

Sujeto 19	“Los libros me abrieron la puerta a seguir aprendiendo, retroalimentarme, darme cuenta que de todos los cambios puedes sacar algo positivo, me ayudaron a ser mejor persona, y sentirme bien conmigo misma, puedo decirte que de antes de la pandemia a ahora me siento diferente, siento que evolucione y fue por lo que he ido encontrando en los libros.”	Aprendizaje Retroalimentación Impacto positivo Evolución	El sujeto experimentó un impacto positivo a raíz de la lectura, brindándole autoconocimiento, retroalimentación y evolución.
Sujeto 20	Han tenido un impacto muy positivo emocionalmente y en cuestión de conocimiento y educación, por ejemplo, en ortografía y la redacción, se me ha ido agudizando esas partes a raíz de los libros, incluso en el trabajo me piden apoyo para redacciones, pero es por los libros que poco a poco he ido mejorando.”	Impacto positivo emocionalmente Conocimiento Educación Ortografía Redacción	El sujeto experimentó un impacto positivo en aspectos como: emocional, conocimiento y educación a raíz de la lectura.

Síntesis
De acuerdo a la información recabada se puede observar que la gran mayoría de los entrevistados coinciden que hubo un impacto positivo en su vida a raíz de los libros durante la pandemia, algunos mencionan que hubo un impacto en cuanto a la interacción social, los conocimientos y la empatía.

Tabla 26: Principales categorías en lectores

Pregunta 6: ¿Consideras que tu estado emocional influye en la selección de tu lectura?

Sujeto	Textual	Categoría	Interpretación
Sujeto 1	“Sí, totalmente, te digo que siempre emparejo las lecturas con mi vida, de hecho, antes de la pandemia leía muchos libros de autoayuda, porque estaba pasando por una situación en la que yo emocionalmente me sentía muy mal, entonces al leer estos libros la verdad es como si tuviera un terapeuta que me está guiando.”	Sí influye Libros de autoayuda Apoyo emocional Terapéutico	El sujeto refiere que sus emociones sí influyen al seleccionar una nueva lectura, suele recurrir a libros de autoayuda.
Sujeto 2	“Sí, demasiado, por ejemplo, si yo empiezo a leer algo que por ejemplo que esté hablando de un feminicidio y si en ese momento estoy pasando por una situación personal, no puedo seguir el libro y lo dejo por un momento...igual si me siento muy feliz leo algo relacionado.”	Si influye Emociones: felicidad	El sujeto refiere que sus emociones sí influyen al seleccionar una nueva lectura.
Sujeto 3	“Sí, pero no siempre...por ejemplo, estaba leyendo un libro que se veía bonito, romance tranquilo y terminé llorando mares, lo que sí hago es que cuando estoy desanimada, o ando deprimida elijo leer romance, o lecturas ligeras. “	Sí influye Libros de romance Emociones: llanto	El sujeto refiere que sus emociones sí influyen al seleccionar una nueva lectura, y

			que estos libros pueden llegar a desencadenar otras emociones.
Sujeto 4	“Mis emociones no influyen en la selección del libro, más bien elijo y de ahí surgen mis emociones. El libro es una apertura a temas incómodos, temas duros y a partir de que lo estoy leyendo empiezo a experimentarlo todo.”	No influye Libros con temas duros e incómodos	El sujeto refiere que la lectura es la que hace que surjan las emociones, pero no a la inversa.
Sujeto 5	“Sí, definitivamente...creo que los estados de ánimos me llevan a elegir los libros, sí me siento feliz quiero leer un drama, o romance.”	Sí influye Libros de drama o romance Emociones: felicidad	El sujeto refiere que sus emociones sí influyen al seleccionar una nueva lectura.
Sujeto 6	“Sí, hay veces que digo no quiero leer este libro porque me voy a deprimir, o a veces la misma lectura hace que me vaya acordando cosas de que no recordaba”	Sí influye Emociones: tristeza	El sujeto refiere que sus emociones sí influyen al seleccionar una nueva lectura, e incluso hay libros que desencadenan otras emociones y recuerdos.
Sujeto 7	“Sí al 100% hay veces no quiero leer libros que me hagan sufrir, a veces necesito algo más light, a veces manga que sea más rápido, una novela gráfica...a veces necesito leer suspenso o hay días en los que quiero sentir que mi corazón se hinche de amor y leo algo de romance. “	Sí influye libros: mangas, novelas gráficas, romance, suspenso	El sujeto refiere que sus emociones sí influyen al seleccionar una nueva lectura, los libros le proporcionan cambios de emociones.
Sujeto 8	“Sí, de repente hay momentos en los que me siento un poquito más perdida o que no tengo claras mis ideas de hacia dónde voy, y en esos momentos me llaman la atención libros con esa temática similar a la mía.”	Sí influye	El sujeto refiere que sus emociones sí influyen al seleccionar una nueva lectura, busca temas que se relacionen con su vida.
Sujeto 9	“Fíjate que yo soy feliz con lo que leamos en el club, hace 3 meses leímos “Postales del este”...y me hizo experimentar muchas emociones de lo que los mismos personajes estaban viviendo, y lo que nosotros estamos pasando por pandemia.”	No influye Club de lectura	El sujeto refiere que la selección de la lectura es más por lo que impone el club de lectura, y estos libros la llevan a

			experimentar ciertas emociones.
Sujeto 10	Mi estado emocional definitivamente sí influye para elegir un libro.	Sí influye	El sujeto refiere que sus emociones sí influyen al seleccionar una nueva lectura.
Sujeto 11	“Sí, a veces si yo ando bajoneada por “x” motivo, y veo que el argumento del libro es muy fuerte, no lo leo...así que definitivamente la selección de un libro coincide con mi estado emocional.”	Sí influye	El sujeto refiere que sus emociones sí influyen al seleccionar una nueva lectura.
Sujeto 12	“Sí claro, por qué a veces me quiero evadir completamente de la realidad y escojo un libro totalmente light, tranquilo, que sea rápido de leer, y otras veces que quiero leer algo más complejo y escojo Nietzsche, entonces todo depende de que humor traía ese día.”	Sí influye Libros: ligeros, complejos	El sujeto refiere que sus emociones y el humor que tenga sí influyen al seleccionar una nueva lectura.
Sujeto 13	“Sí, por ejemplo, si me siento triste los mangas son una buena opción...o a veces solo veo la portada de un libro y desde ahí puedo decidir no leerlo porque sé que me va a doler leerlo”	Sí influye Libros: mangas	El sujeto refiere que sus emociones sí influyen al seleccionar una nueva lectura.
Sujeto 14	“Sí, sí quiero estar alegre tomo algo que me acerque a ese estado, y si estoy triste busco lo contrario a mi emoción en el momento.”	Sí influye	El sujeto refiere que sus emociones sí influyen al seleccionar una nueva lectura.
Sujeto 15	"Yo creo que sí, cuando estoy pasando por una cuestión fuerte trato de buscar lecturas que se relacionen para sentir que no soy la única, de igual manera si estoy con un estado de ánimo más feliz.”	Sí influye	El sujeto refiere que sus emociones sí influyen al seleccionar una nueva lectura, busca libros que guarden relación con lo que está viviendo en el momento.
Sujeto 16	“Sí, de acuerdo al humor que tenga es dependiendo libro que elijo.”	Sí influye	El sujeto refiere que sus emociones y el humor que tenga sí influyen al seleccionar una nueva lectura.
Sujeto 17	“Como tal no, porque no importa cómo me sienta en el día, si estoy triste, aburrida, feliz, el tomar un libro sé que me va a trasportar a otro mundo en el que se me va a olvidar lo que estoy viviendo en ese momento”	No influye	El sujeto refiere que los libros de manera general hacen que se

			olvide lo que está viviendo en la vida real.
Sujeto 18	“Yo creo que sí llegan a influir mis emociones, un día puedo estar enojada y de manera inconsciente puedo agarrar un libro fuerte, que hable de cosas feas, si estoy tranquila leo algo más dulce o romántico.”	Sí influye	El sujeto refiere que sus emociones sí influyen al seleccionar una nueva lectura.
Sujeto 19	“Hay veces que sí influye y otras veces que no...tiene mucho que ver la historia, y que tanto me identifique con el personaje, cuando tienen relación con mi vida personal es cuando más se remueven mis emociones.”	Sí influye	El sujeto refiere que sus emociones sí influyen al seleccionar una nueva lectura, y de acuerdo con la historia se pueden desencadenar otras emociones.
Sujeto 20	“Sí, dependiendo de cómo ando es lo que leo, pero si busco libros que se relacionen con mis emociones. “	Sí influye	El sujeto refiere que dependiendo de cómo se sienta es lo que lee.

Síntesis

De acuerdo a la información recabada se puede observar que la gran mayoría de los entrevistados coinciden en que su estado emocional sí influye al momento de seleccionar una lectura.

Tabla 27: Principales categorías en lectores

Pregunta 7: ¿Ha habido algún libro en específico que te haya ayudado en el proceso de adaptación durante de la pandemia? Háblame más acerca del libro.

Sujeto	Textual	Categoría	Interpretación
Sujeto 1	El de persona normal pero con el anexo del fin de los tiempos, en donde el último capítulo es dedicado a los tiempos de la pandemia...todos estos sentimientos y emociones, como la desesperación que el libro lo iba narrando, y yo decía es que todo esto lo estoy viviendo, y me emocionaba, y me hacía pensar bueno es que no somos los únicos...también el libro de “El murmullo de las abejas” que habla sobre una gripe, y todas estas emociones de que fallece la gente por falta de medicamentos, y entonces al leer esto me hacía subir el ánimo y bajar mi ego de sentir que yo estaba sufriendo muchísimo, cuando otros también lo estaban viviendo”	Libros: Persona normal, fin de los tiempos, y el Murmullo de las abejas.	El sujeto se identificó con dos libros que tocan temas relacionados con la pandemia, haciéndole sentir empatía, y con mejor ánimo.

Sujeto 2	“El mismo de “Eleanor Oliphant está perfectamente”	Libro: Eleanor Oliphant está perfectamente.	El sujeto se identificó con el personaje de un libro relacionándolo con la pandemia.
Sujeto 3	“Yo tiendo a meterme mucho en los libros para escapar, así que todos los libros que leí me ayudaron a adaptarme y refugiarme, aunque hay un libro que precisamente se llama “cuarentena” y habla sobre la situación que estamos viviendo... fue un libro diferente que me hizo sentirme acompañada”	Libro: Cuarentena	El sujeto refiere que todos los libros que leyó la ayudaron a adaptarse, en específico uno que la hizo sentir acompañada en las circunstancias que estaba viviendo.
Sujeto 4	“Tiempo regalado” es comparable con el tiempo que se ha padecido la pandemia, todo su proceso de esperar a ver en que acabará, por lo tanto, para mí este libro es una joya.”	Libro: Tiempo regalado	El sujeto refiere que leyó un libro que le hizo comprender el tiempo que habría que esperar para sobre llevar la situación.
Sujeto 5	Sí, “Persona normal” la última versión que trae los capítulos extendidos, donde te muestra cómo se adaptan los personajes a esta nueva realidad fue un ejemplo para mí con la pandemia, me hizo sentir empatía.	Libro: persona normal, fin de los tiempos	El sujeto refiere que se identificó con un libro en específico que hablaba sobre la pandemia, y la hizo sentir empatía.
Sujeto 6	“Fue “locamente millonarios” me encanto tanto que me sumergí por completo en la historia, me hizo viajar a través de la historia y desconectarme de la situación que estaba pasando de ansiedad, de encierro”	Libro: Locamente millonarios	El sujeto refiere que el libro la ayudó a escapar de la realidad que estaba viviendo emocionalmente por la pandemia.
Sujeto 7	“Hay un libro que me ayudó a manera de que me hizo asustarme y obligarme a seguir las reglas de la pandemia, se llama “Suvirvor” de Paul Temple...pero en general todos los libros del 2020 me ayudaron a sobrellevar la situación, al estar leyendo todo el tiempo me olvidaba de lo que estaba pasando allá afuera.”	Libro: Suvirvor.	El sujeto refiere que todos los libros que leyó en pandemia la ayudaron a sobrellevar la situación, pero en específico hubo uno que la hizo seguir las reglas.
Sujeto 8	“Hay un libro con el que pude identificar lo difícil de la situación y el gran reto que iba a suponer la pandemia, fue “ensayo sobre la ceguera”...fue un libro que me hizo un clic muy fuerte”	Libro: Ensayo sobre la ceguera	El sujeto refiere que pudo identificar la situación que estaba viviendo

			en pandemia con el libro.
Sujeto 9	“Creo fue el “Murmullo de las abejas” porque hablaba sobre una situación muy similar a la que estábamos viviendo, también el libro de “Mugre rosa” porque son situaciones muy fuertes que se conectaron con lo que estábamos viviendo.”	Libros: El murmullo de las abejas, y Mugre Rosa	El sujeto leyó dos libros que le ayudaron a conectar con la situación que estaba viviendo en la vida real referente a la pandemia.
Sujeto 10	“Sí, “El murmullo de las abejas” de Sofia Segovia, que precisamente habla de la gripa española y lo mismo que te dice el libro, es lo mismo que nosotros estamos viviendo”	Libro: El murmullo de las abejas	El sujeto leyó un libro que le ayudaron a conectar con la situación que estaba viviendo en la vida real referente a la pandemia.
Sujeto 11	“Yo la verdad sí evite libros que hablaran sobre el tema de la pandemia...leí cosas que, por lo contrario, que me distrajeran de la situación”	Libros que no tuvieran relación con la pandemia	El sujeto refiere que evito libros relacionados a la pandemia, por lo contrario, busco lecturas que la distrajeran de la situación.
Sujeto 12	“Diría que “La Bailarina de Auschwitz”, ese fue cómo el que más me ayudó a sobrellevar lo que estamos viviendo, y a adaptarnos, otro libro que también me ayudo a sobrellevar la pandemia fue “El Diario de Anna Frank” cómo ella se tuvo que adaptar a un sótano, a vivir solo en ciertos horarios después de haber sido una niña libre, así que es un buen ejemplo de cómo te tienes que adaptar a las circunstancias para sobrevivir.”	Libros: La Bailarina de Auschwitz, y Diario de Anna Frank	El sujeto refiere que leyó dos libros que la hicieron identificarse y sobrellevar el proceso de aislamiento.
Sujeto 13	“El libro de “El murmullo de las abejas” conecté con la situación en todos los sentidos de la pandemia, sentí que pasé por todas las etapas de los personajes y la historia.”	Libro: El Murmullo de las Abejas	El sujeto leyó un libro que la hizo identificarse con los personajes y el proceso de la pandemia.
Sujeto 14	“Siento que en sí todas las lecturas que he leído en estos dos años me han ayudado a lidiar con la situación”	Todos los libros que leyó en los últimos dos años.	El sujeto refiere que de manera general los libros que leyó la ayudaron a lidiar con la situación.
Sujeto 15	“Sí, hubo un libro que me llevó de la mano en los primeros meses de la pandemia que fue “Eleanor Oliphant está perfectamente” me pareció muy divertida, peculiar, y tan atrevida a ser ella sin importar su entorno, porque sus circunstancias eran difíciles, y	Libro: Eleanor Oliphant está perfectamente	El sujeto leyó un libro con el que se identificó y que la ayudaron a sobrellevar la situación.

	me puedo atrever a decir que, sí fui de la mano con el personaje, adaptándolo a lo que yo estaba viviendo por pandemia.”		
Sujeto 16	“Yo creo que más que un libro fueron varios, todos los que decidía leer eran para distraerme de lo que estaba pasando, así que podría decir que los libros que me han hecho más llevadera la pandemia.”	Todos los libros que leyó en los últimos dos años	El sujeto refiere que de manera general los libros que leyó la ayudaron a sobrellevar la situación.
Sujeto 17	“La verdad es que todos los libros me ayudaron, todos los libros que leí me encantaron, e incluso los que no me gustaron tanto también formaron parte de ese escape que necesitaba”	Todos los libros que leyó en los últimos dos años	El sujeto refiere que de manera general los libros que leyó fueron el escape que necesitaba de la realidad.
Sujeto 18	“Me paso con “el murmullo de las abejas” lo leí casi al mes de que inicio la pandemia, y el libro es muy parecido a lo que estábamos viviendo con el encierro, la enfermedad, el contagio, las muertes, etc.”	Libro: El Murmullo de las abejas	El sujeto leyó un libro que la hizo identificarse con los personajes y el proceso de la pandemia.
Sujeto 19	“Yo creo que no como tal un libro, fueron libros que recordaron vivencias anteriores, pero no algo que se relacionada con pandemia.”	Ningún libro	El sujeto refiere que no hubo algún libro que se relacionara con la pandemia
Sujeto 20	“Yo creo que todos los libros que leí me ayudaron porque fueron ese escape de la realidad.”	Todos los libros que leyó en los últimos dos años	El sujeto refiere que de manera general los libros que leyó fueron el escape que necesitaba de la realidad.

Síntesis
De acuerdo a la información recabada se puede observar que la gran mayoría mencionó que el libro que les ayudó en el proceso de adaptación a la pandemia fueron “Persona normal” y “El murmullo de las abejas”, mientras que la otra parte mencionó que todos los libros que leyeron de manera general, los ayudaron con la situación que estaban viviendo.

Tabla 28: Principales categorías en lectores

Pregunta 8: ¿Podrías hablarme de una situación personal en la que una lectura te haya ayudado?

Sujeto	Textual	Categoría	Interpretación
Sujeto 1	“El libro de “desapegarse sin anestesia” de Walter Riso, porque soy una persona muy apegada muy afecta a las personas, una persona que necesita el apapacho y en determinado momento del encierro me vi muy vulnerable y débil, y este libro me hizo ver que todo eran apegos... al dinero, a mi pareja, al trabajo...este libro fue un alivio”	Libro: Desapegarse sin anestesia Situación: Apego, Vulnerabilidad	El sujeto leyó un libro que la ayudó a sobrellevar una situación de apego al dinero, pareja y trabajo.
Sujeto 2	“El libro de “Persona normal” es uno de mis favoritos, lo leí cuando tenía entre 13 y 14 años, en plena adolescencia y entonces lo sentí más porque el personaje personal tenía casi la misma edad que yo, y entonces me acompaño.”	Libro: persona normal Situación: adolescencia	El sujeto leyó un libro que le ayudo a sobrellevar el proceso de adolescencia
Sujeto 3	“Sí, hay libro que siempre recomiendo a mis seres queridos...se llama “Descubre la alegría que llevas dentro” cuando lo compré yo estaba en un proceso de cambio de medicamentos psiquiátricos... es un libro como muchos tips y meditaciones que puse en práctica porque yo me quería recuperar”	Libro: Descubre la alegría que llevas dentro Situación: proceso de medicación	El sujeto leyó un libro que le proporcionó tips para sobre llevar el proceso de cambio de medicamentos psiquiátricos.
Sujeto 4	“El libro de “La historia interminable” de Michael Ende, siempre ha tenido una respuesta en mí, en mis 30 años que llevo leyendo recurro siempre a él, en cualquier circunstancia que suceda, puedo ir, abrir una página del libro y encuentro una respuesta a cualquier tema, a cualquier problema.”	Libro: La historia interminable Situación: cualquier problema que se presente	El sujeto refiere que ante cualquier problemática siempre recurre al mismo libro porque sabe que encontrara la respuesta que busca.
Sujeto 5	“Hay libros que me han ayudado a reflexionar sobre mi vida, mi propia historia, por ejemplo, los libros de “Nadie nos vio partir” y “Los abismos” no sabía que los necesitaba hasta que los leí, me movieron mucho, y me identifiqué.”	Libros: Nadie nos vio partir, y Los Abismos. Situación: historia personal de vida	El sujeto leyó libros que la hicieron identificarse con su propia historia de vida.
Sujeto 6	“Yo diría que “Tokio blues”, lo leí cuando falleció mi papá y como era un libro que trataba de duelo, me ayudo en esos momentos que yo estaba viviendo...me identificaba en los sentimientos, y el trasfondo de la perdida.”	Libro: Tokio Blues Situación: perdida familiar, duelo	El sujeto leyó un libro que le ayudo a sobrellevar el proceso de duelo por la pérdida de un familiar.
Sujeto 7	“Sí, durante la pandemia cuando falleció mi abuelito...hubo un libro que se llama “Libera tu magia” y que me ayudó a recuperar mi creatividad, me cambio mi pensamiento en mil cosas, y sigue siendo un libro al que recurro constantemente. Ese libro marca un antes y después en mi vida...Por otra parte, en mi adolescencia viví cosas muy fuertes y los libros juveniles como crepúsculo, Harry Potter, me ayudaron mucho a no perderme en mis pensamientos.”	Libros: Libera tu magia, crepúsculo, Harry Potter Situaciones: Duelo, adolescencia	El sujeto refiere que leyó libros que le ayudaron a sobrellevar el duelo por la pérdida de un familiar, por otra parte, hubo otros dos libros que le

			ayudaron en el proceso de la adolescencia.
Sujeto 8	“Me encontré con el podcast de “Se regalan dudas” y las chavas lanzaron el libro con el mismo nombre, que está escrito a bases de preguntas y respuestas, dejaron un espacio para que tú como lector pudieras escribir tus respuestas, entonces hablaban de temas de duelo, y adaptación que era justo lo que yo estaba viviendo, de adaptarme a una nueva vida, nuevos compañeros, nuevo departamento, entonces ese libro me acompañó durante todo ese proceso de adaptación y aceptación.”	Libro: Se regalan dudas Situación: duelos, adaptación y aceptación a cambios	El sujeto refiere que, durante el proceso de pérdida laboral, cambió de vivienda y amigos hubo un libro que le ayudó con el duelo y aceptación.
Sujeto 9	“Tuvimos pérdidas que fueron avasalladoras y me di cuenta que no pude llorar porque estaba en estado de shock, tarde como 3 meses en poder llorar esa pérdida, entonces uno de los libros que me ayudó a hacer catarsis fue “Lo que no tiene nombre” de Piedad Bonnett, ese libro a que parece inofensivo me mostró como cada persona vive el duelo de manera diferente”	Libro: Lo que no tiene nombre Situación: duelos	El sujeto refiere que hubo un libro que le ayudó a sobrellevar el duelo de familiares, y poder hacer catarsis emocional.
Sujeto 10	“La sociedad literaria de pastel de piel de patata de Guernsey” ... entonces emocionalmente yo ya comenzaba a extrañar a mis amigos, y en esa lectura la autora va plasmando a través de cartas como se sentía a sus amigos que estaban lejos de la isla, y entonces yo tomé esa idea del personaje y comencé a escribir un diario personal de cómo me iba sintiendo desde que inició la pandemia, todas mis emociones.	Libro: La sociedad literaria de pastel de piel de patata de Guernsey Situación: aislamiento social, manejo emocional	El sujeto refiere que leyó un libro que le ayudó a sobre llevar el aislamiento social, y sus emociones a través de un diario.
Sujeto 11	“Recuerdo que cuando estaba chica terminé con un novio, y lo que hice fue pedirle a una amiga una recomendación para olvidarme de la situación, y me recomendó leer: “Diablo guardián” de Xavier Velazco, y fue un libro que me permitió romper con la realidad en la que estaba viviendo.	Libro: Diablo guardián Situación: ruptura amorosa	El sujeto menciona que, a raíz del término de una relación amorosa, leyó un libro que le ayudó a olvidarse de esa realidad que estaba viviendo.
Sujeto 12	“El libro “Creo que el de “La biblioteca de medianoche” precisamente hubo un tema personal con mi familia y conmigo misma, en el que me hizo cuestionarme sobre algo, y decidir si eso era lo que realmente quería, y ese libro me ayudó bastante, me ayudó a analizar la situación desde otra perspectiva.”	Libro: La biblioteca de medianoche Situación: conflicto familiar	El sujeto refiere que leyó un libro que le ayudó a sobre llevar un conflicto familiar.
Sujeto 13	“El libro “La ladrona de libros”, yo soy hija única como quien dice...entonces básicamente crecí sin un papá, y de pronto es muy complicado entender todo esto, y	Libros: La ladrona de libros, y Persona normal Situaciones: conflictos en el núcleo familiar	El sujeto leyó dos libros que le ayudaron a comprender los conflictos de su

	cuando leí ese libro sentí que trabajé esa parte de mi vida...y otro libro fue el de "Persona normal"		núcleo familiar, y de identidad.
Sujeto 14	"Sí, hay un libro que es de mis favoritos se llama "Donde habitan los ángeles" ...me ayudó mucho porque lo leí como a los 18 años y en esas fechas falleció mi abuelito así que esas enseñanzas me ayudaron en mi proceso de duelo. "	Libro: Donde habitan los ángeles Situación: perdida familiar, duelo	El sujeto refiere que leyó un libro que le ayudó con la pérdida de un familiar y el proceso de duelo.
Sujeto 15	"Sí, el libro de "Por qué a mí" de Valéria Piassa...lo leí a los 15 años y me ayudo a entender muchos temas que en ese momento tenía, sobre las relaciones con hombres mayores, a los 18 años leí "Ángeles y demonios" y me ayudó a reencontrarme conmigo misma, otro libro fue "El alquimista" de Paulo Coelho lo leí a los 20 años y me impactó muchísimo, y algo más reciente fue "Harry Potter" ...me hizo conectarme con mi papá"	Libros: Por qué a mí, Ángeles y Demonios, El alquimista, y Harry Potter Situaciones: adolescencia, temas de sexualidad, identidad, apego fraternal	El sujeto ha leído diversos libros a lo largo de su vida que le han ayudado con temas como la adolescencia, sexualidad, identidad y apego fraternal
Sujeto 16	"Sí, durante un tiempo recurrí a varios libros que hablaban sobre la codependencia...entre ellos recuerdo haber leído "Las mujeres que aman demasiado" de Robín Norwood... el libro "Un mostro viene a verme" de Patrick Ness con el que pude identificarme muchísimo, y sobre llevar el duelo de mi amiga."	Libros: Las mujeres que aman demasiado, y Un monstruo viene a verme Situaciones: codependencia, duelo	El sujeto refiere que leyó dos libros, uno de ellos le ayudo con temas de codependencia, y el otro con el proceso de duelo por la pérdida de un ser querido
Sujeto 17	"Cada libro tiene un proceso especial, por ejemplo "Ojos de lagarto" de un escritor mexicano, y hablaba de mi ciudad, entonces cada libro se relaciona de manera diferente con mi vida"	Libro: Ojos de lagarto Situación: vida personal	El sujeto refiere que leyó un libro que la hizo identificarse con su vida personal en el lugar donde vive
Sujeto 18	"Recuerdo un libro que leí cuando iba en primero de secundaria, el nombre era algo así como "Corazón, diario de un niño"...tenía mucha relación con lo que estaba viviendo en esa época, de los cambios de humor por la adolescencia, el no saber quién era, la búsqueda de la identidad, el sentirme fea, el que no me gustara mi cuerpo, pero leer ese libro en ese momento me ayudó mucho...Y actualmente me regalaron un libro que se llama "Por el color del trigo" de Antonio Malpica...habla de perseguir tus sueños, pero sobre todo fue una frase casi al final del libro que dice algo así "aunque los mejores amigos fallezcan, siempre los vas a tener en tu corazón y en tu mente" esa frase me hizo llorar, porque desde muy chica me ha tocado que mis amigos fallezcan"	Libros: Corazón diario de un niño, y Por el color del trigo Situaciones: adolescencia, identidad, autoestima, duelo.	El sujeto leyó dos libros que le ayudaron en diferentes etapas de su vida, el primero se relaciona con el proceso de adolescencia, búsqueda de identidad y autoestima. El segundo con el duelo.
Sujeto 19	"El libro de los fantasmas de Fernando" lo leí en la adolescencia, y me impactó mucho. También el libro de "El día que dejo de nevar en Alaska" el personaje un día decide cambiar de aires, hacer algo diferente con su vida, y me identifiqué."	Libros: Los fantasmas de Fernando, y El día que dejo de nevar en Alaska	El sujeto leyó dos libros, el primero le hizo identificarse con el proceso de

		Situaciones: adolescencia, cambios en la vida personal	adolescencia, y el segundo a sobre llevar cambios en su vida personal.
Sujeto 20	“Hay un libro que siempre recomiendo, porque a mí me ayudó en el aspecto de pareja y con mi relación con otras personas, se llama “Los 5 lenguajes del amor” lo leí desde la universidad y a lo largo de los años lo sigo recomendando.”	Libro: Los 5 lenguajes del amor Situación: relaciones amorosas y sociales	El sujeto refiere que leyó un libro que le ayudó en su relación de pareja y la relación con su círculo social

Síntesis
De acuerdo a la información recabada se puede observar que la gran mayoría de los entrevistados mencionan que los libros les han ayudado en situaciones personales como el duelo, y la adolescencia, mientras que otros comentan que también se han apoyado en ellos en situaciones de rupturas amorosas, y el aislamiento social.

Tabla 29: Principales categorías en lectores

Pregunta 9: Hábleme acerca de cómo influye tu gusto por la lectura y tu círculo social.

Sujeto	Textual	Categoría	Interpretación
Sujeto 1	“En la cuestión social se ha hecho más amplio gracias a las redes sociales, porque hay gente que al igual que yo quieren leer más, y voy conociendo personas que comparten el mismo interés que yo.”	Influye positivamente Amplitud Redes sociales	El sujeto ha ampliado su círculo social a raíz del uso de redes sociales donde comparte el gusto por la lectura.
Sujeto 2	“Con mis amigas influye muchísimo a partir de que abrí el club de lectura y que comencé a promocionar libros, participan, leemos lo mismo, platicamos, y ellas han encontrado el gusto por la lectura.”	Influye positivamente Club de lectura	El sujeto abrió un club de lectura para compartirlo con sus amigas.
Sujeto 3	“No influye mucho porque de mis amistades cercanas casi nadie lee, más que una, por eso me cree la cuenta en Instagram, porque las personas cercanas, por lo contrario, tratan de convencerme de que leer es aburrido, pero ya en bookstagram he descubierto amistades que	No influye en el círculo social inmediato, pero sí en el círculo virtual	El sujeto refiere que con sus amistades cercanas no hay una influencia, sin embargo, a

	tienen el mismo gusto que yo, y podemos platicar de libros. “		través de bookstagram ha descubierto amistades con el mismo interés de libros.
Sujeto 4	“Con mis amigas más cercanas tenemos un club de lectura, pero también a través de las redes sociales han surgido más amistades, personas del otro lado del mundo con las que puedo hablar de libros.”	Sí influye Club de lectura Redes sociales	El sujeto refiere que tiene un club de lectura con sus amigas, y ha conocido más personas con el mismo interés a través de internet
Sujeto 5	“A raíz de la pandemia y de que cree la cuenta de bookstagram fue creciendo mi círculo de amistades, sobre todo por los clubes de lectura entonces constantemente estamos hablando de libros.”	Sí influye Bookstagram Clubes de lectura	El sujeto refiere a través de bookstagram y los clubes de lectura ha encontrado amistades que tienen el mismo interés por los libros.
Sujeto 6	“Con la pandemia fue cuando más comencé a leer, pero por el mismo tema no he visto a mis amigos, pero en bookstagram he descubierto personas que comparten el mismo gusto que yo.”	No influye en el círculo social inmediato, pero sí en el círculo virtual	El sujeto refiere que no ha visto a sus amigos, pero que a través de bookstagram ha encontrado personas con el mismo interés por libros
Sujeto 7	“Mi círculo social en su mayoría son lectores, aunque solo leen uno o tres libros al año, y aunque no leemos lo mismo sí podemos llegar a hablar de lecturas y compartir esas diferencias.”	Sí influye	El sujeto refiere que su círculo social son personas con el mismo gusto por la lectura
Sujeto 8	“Con mi círculo de amistades es donde hubo más influencia, con la mayoría sí he podido hablar de libros, prestarnos libros, entonces con ellos sí hubo esa empatía por los libros. “	Sí influye Préstamos de libros Empatía	El sujeto refiere que su círculo social son personas con el mismo gusto por la lectura
Sujeto 9	“Mi círculo de amistades se amplió gracias a los clubes, he conocido personas de diferentes estados e incluso de diferentes países, y me gusta sentir esa libertad de compartir con ellos lo que vamos leyendo.”	Sí influye Clubes de lectura Libertad	El sujeto refiere que su círculo de amistades se amplió a raíz de los clubes de lectura
Sujeto 10	“La lectura hizo que me alejara de muchas amistades, y acercarme a otras, algunos amigos comenzaron a acercarse a la lectura... aparte por bookstagram comencé	Sí influye Bookstagram	El sujeto refiere que se volvió más selectiva con sus amistades a raíz de los libros,

	a conocer a mucha gente que le gusta leer, y de ahí han surgido amistades maravillosas.”		y ha conocido a más personas a través de bookstagram
Sujeto 11	“Sí, cuando mis amigas quieren leer algo siempre recurren a mí, y luego con mis mejores amigas comenzamos con un club de lectura, leíamos un libro al mes... y ahí fue donde comencé con bookstagram por la necesidad de compartir lo que iba leyendo, y ahí me he hecho de amistades virtuales lectoras”	Sí influye Club de lectura Bookstagram	El sujeto refiere que comenzó un club de lectura con sus amigas, y que a través de bookstagram ha encontrado amigas lectoras
Sujeto 12	“Con mis amistades ya me piden recomendaciones, me preguntan que como le hago para leer...pero sí, definitivamente platicamos más de libros que antes de la pandemia.”	Sí influye	El sujeto refiere que platica más sobre libros con sus amigos ahora, que antes de pandemia
Sujeto 13	“Mis amigos leen, pero no leemos lo mismo, de hecho, tengo una amiga que me llevaba libros en inglés y yo estaba muy renuente a leer en ese idioma, no me sentía capaz, y el año pasado rebase mi lectura en inglés, así que eso igual fue muy padre, entonces gracias a los libros siempre tenemos de qué hablar.”	Sí influye Lectura en ingles	El sujeto refiere que su círculo social es lector, e incluso la motivaron a leer en otro idioma.
Sujeto 14	“Antes no tenía tantos amigos lectores, y por eso fue que cree la cuenta de bookstagram, y ya en ese círculo he ganado amistades que comparten el mismo gusto que yo...y a partir de la cuenta mis amigos de fuera de bookstagram ya me han dicho que leyeron algún libro por recomendación mía, por ver que hablo de libros en la cuenta.”	Sí influye bookstagram	El sujeto refiere que a raíz de la cuenta de bookstagram ha encontrado amistades lectoras, y logrado influenciar a personas más cercanas fuera de las redes sociales
Sujeto 15	“Me gusta mucho que mis amigos me pregunten por los libros que voy leyendo, o si traigo un libro nuevo y me pregunta de qué trata, se los presto, el año pasado una amiga logro leer un libro cuando ella nunca en su vida había leído, es muy padre.”	Sí influye	El sujeto refiere que logro motivar a una amiga a leer un libro cuando nunca antes lo había hecho.
Sujeto 16	“Hay gente que conocí a través de redes que considero amigos y fue gracias a los libros, igual tengo algunos amigos fuera de lo virtual que se han interesado en leer algo por recomendación mía.”	Sí influye	El sujeto refiere que ha conocido personas en redes sociales gracias a los libros, y ha motivado a leer a otros fuera de internet
Sujeto 17	“La verdad es que yo era muy antisocial, sin embargo, disfruto mucho de las reuniones, el poder compartir sobre libros, escuchar otras opiniones y perspectivas, e incluso	Sí influye Bookstagram Club de lectura	El sujeto refiere que los libros la han hecho más

	el poder dar un aporte cuando son temas de historia o que yo conozco, creo que los libros me han hecho más sociable, fuera de bookstagram tengo únicamente 3 amigos con los que me reúno y podemos hablar de libros”		sociable, y que tiene amigos con los que comparte el interés por los libros.
Sujeto 18	“Fuera de la vida virtual la única amiga lectora es la de mi trabajo, de ahí en fuera nadie lee, y precisamente ese fue el motivo de que creara la cuenta de bookstagram, porque necesitaba tener con quien compartir lo que iba leyendo... he descubierto muchos amigos lectores, he podido platicar con autores, tener la cuenta me da mucha felicidad.”	Sí influye Bookstagram	El sujeto refiere que ha encontrado amistades lectoras a raíz de bookstagram, y fuera de ello, lo comparte con una amiga del trabajo.
Sujeto 19	“Antes de pandemia recuerdo que tuve una amiga en la secundaria o prepa con la que compartía libros, pero ahora con la cuenta de bookstagram he conocido muchísimas amistades lectoras con las que puedo hablar libremente sobre el tema.”	Sí influye bookstagram	El sujeto refiere que ha encontrado amistades lectoras a raíz de bookstagram.
Sujeto 20	“Tengo algunas amigas que también leen, no tanto como yo, pero si podemos platicar sobre ciertos libros, y por otra parte a raíz de bookstagram primero tenía compañeras de lecturas, pero ahora ya son grandes amigas.”	Sí influye Bookstagram	El sujeto refiere que, si tiene amistades lectoras, y a raíz de bookstagram ha encontrado grandes amigas

Síntesis
De acuerdo con la información recabada se puede observar que la gran mayoría de los entrevistados refieren que su gusto por la lectura sí ha influido positivamente sobre su círculo social, donde la mayoría coincide que es a través de los clubes de lectura que han visto un impacto.

Tabla 30: Principales categorías en lectores

Pregunta 10: Cuéntame acerca de tus emociones y sentimientos con respecto a los encuentros literarios con personas que tienen el gusto por la lectura.

Sujeto	Textual	Categoría	Interpretación
Sujeto 1	“Ha surgido la adrenalina de escuchar a todos, de poder hablar, la felicidad, la alegría, han surgido dudas y placer al escuchar a más personas y tener la oportunidad de compartir las emociones, han sido emociones totalmente positivas, ninguna negativa.”	Adrenalina Felicidad Alegría Dudas Placer	El sujeto ha experimentado emociones y sentimientos positivos
Sujeto 2	Surge la amistad, el compañerismo, alegría, satisfacción, entusiasmo por encontrarnos y no sentirme sola.	Amistad Compañerismo Alegría	El sujeto ha experimentado emociones y

		Satisfacción Entusiasmo	sentimientos positivos
Sujeto 3	“Antes de la página era una lectora en solitario, y a partir de la cuenta de bookstagram me siento más acompañada. En diciembre tuvimos 2 reuniones, lo organicé con una amiga, y me sentí muy emocionada, feliz, se me hace muy bonito.”	Acompañamiento Felicidad	El sujeto ha experimentado emociones y sentimientos positivos
Sujeto 4	“Emociones de empatía, es bastante gratificante y enriquecedor culturalmente. El poder escuchar a otros, compartir opiniones, referencias, pero sobre todo las clases de literatura es lo que más disfruto, el aprender a lado de otros lectores.”	Empatía Gratificante Enriquecedor Disfrute	El sujeto ha experimentado emociones y sentimientos positivos
Sujeto 5	“Surge en un primer momento el compañerismo porque hay un montón de afinidad entre todos los que compartimos la lectura, hay empatía...dificilmente no habría podido llegar a esa meta de libros leídos sino hubiera sido por los clubes de lectura, porque si te motivan a no abandonar la lectura.”	Compañerismo Afinidad Empatía Motivación	El sujeto ha experimentado emociones y sentimientos positivos
Sujeto 6	“Me gusta escuchar a los demás, y darme cuenta que cada quien tiene perspectivas diferentes, o que a veces tenemos las mismas ideas, entonces cuando estoy ahí me divierto, me gusta mucho la interacción.”	Diversión	El sujeto ha experimentado emociones y sentimientos positivos
Sujeto 7	“Me da una sensación de felicidad, porque te das cuenta que no estás sola, me siento reconfortada, me gusta saber que puedo hablar de libros con más personas, se me abrió un mundo de saber que hay otros leyendo lo mismo que yo...me da nervio y emoción de saber que en cada reunión es aprender algo nuevo, es una forma de comprender el mundo. “	Felicidad Reconforte Nerviosismo	El sujeto ha experimentado emociones y sentimientos positivos
Sujeto 8	“Al inicio era muy tímida, entonces la primera emoción que experimente fue de timidez, de nervios al ver tanta gente que ya leyeron el libro y de estar con el escritor, y comencé a escuchar sus opiniones, sus perspectivas, pero me sentía muy emocionada de estar ahí, admirada de todo.”	Timidez Nerviosismo Admiración	El sujeto ha experimentado emociones y sentimientos positivos
Sujeto 9	“Descubrí qué hay más personas que les gusta la lectura, y aunque cada quien tiene gustos diferentes podemos hablar de ciertos libros, con respeto, intercambiar opiniones, motivarnos a leer más, es muy padre tener esta oportunidad y que todo surja gracias a los libros.”	Respeto Motivación	El sujeto ha experimentado emociones y sentimientos positivos
Sujeto 10	“Como la reunión es en línea es muy agradable porque estás desde la comodidad de tu casa, es muy divertido todos los puntos que hay, cada persona es un enigma, el significado que le dan a la lectura es tan diverso, y cuando está el escritor en la reunión es increíble que se	Diversión Felicidad	El sujeto ha experimentado emociones y sentimientos positivos

	tome el tiempo de contestar todas las preguntas, es una sensación increíble”		
Sujeto 11	“Siento mucha emoción de por fin poder hablar con alguien que me entiende, que tiene el mismo gusto que yo.”	Emociones positivas	El sujeto ha experimentado emociones y sentimientos positivos
Sujeto 12	“Se siente bien padre, porque muchas veces no hay esa interacción con tu círculo social más cercano, entonces cuando conoces gente que comparte el gusto por la lectura, sabes que puedes tener pláticas enriquecedoras sobre el libro, y que no te sientes ridícula ni juzgada porque tenemos el mismo gusto, y eso ha surgido por la cuenta de bookstagram.”	Felicidad Enriquecimiento Empatía	El sujeto ha experimentado emociones y sentimientos positivos
Sujeto 13	“Siento mucha emoción, se siente muy bonito convivir con otros lectores, compartir ese momento, esas emociones, poder conocer personas de otros países como Argentina, Chile, y también dentro de México.”	Emociones positivas	El sujeto ha experimentado emociones y sentimientos positivos
Sujeto 14	“Cuando estoy en esas reuniones siento mucha emoción, de saber que estoy compartiendo ese momento con personas de otros estados, e incluso de otros países, y es muy padre vivir ese momento, todos los que he conocido han sido muy lindos, amables, empáticos, he podido conocer otras perspectivas, ha sido muy gratificante.”	Emociones positivas Amabilidad Empatía Gratificante	El sujeto ha experimentado emociones y sentimientos positivos
Sujeto 15	“Me hace sentir muy entusiasmada, nerviosa porque son quien la organiza, y sobre todo cuando está el escritor, pero es interesante ver y escuchar otras perspectivas, todo está retroalimentación que surge en el grupo y que hace la lectura mucho más enriquecedora.”	Entusiasmo Nerviosismo Interés Enriquecedor	El sujeto ha experimentado emociones y sentimientos positivos
Sujeto 16	“Es muy emocionante, el poder coincidir con personas de otros países, autores, es increíble como las redes sociales te pueden acercar, y poder compartir el mismo gusto.”	Emocionante	El sujeto ha experimentado emociones y sentimientos positivos
Sujeto 17	“Me hacen sentir muy bien, hay que tomar en cuenta mi trastorno de depresión...entonces los clubes de lectura son muy positivos para mí...me he vuelto más social y empática, mi forma de ver a otras personas cambio, el comprender a los demás y aceptar sus distintos puntos de vista, de que cada quien interpreta una lectura de diferente manera, es muy enriquecedor para mí.”	Bienestar Empatía Enriquecedor	El sujeto ha experimentado emociones y sentimientos positivos
Sujeto 18	“Cuando estoy en las reuniones me siento identificada, me hacen sentir más humana, el poder escuchar lo que cada quien interpreta de la lectura, como sienten la historia, conocer sus experiencias y opiniones se me hace muy interesante, me siento feliz el poder compartir ese momento.”	Interés Felicidad	El sujeto ha experimentado emociones y sentimientos positivos
Sujeto 19	“Son muchas cosas, empatía, emoción, felicidad, el poder escuchar sus opiniones, debatir el qué te gustó o no te gustó del libro, en esas reuniones te das cuenta que la lectura no tiene que ser solitaria porque hay más	Empatía Emoción Felicidad	El sujeto ha experimentado emociones y

	personas que comparten el mismo gusto y con los que puedes interactuar. “		sentimientos positivos
Sujeto 20	“El poder participar me hace sentir emocionada, extasiada, feliz, se siente muy padre poder compartir con otras lectoras esa emoción del libro, es un regocijo. “	Emoción Éxtasis Felicidad Regocijo	El sujeto ha experimentado emociones y sentimientos positivos

Síntesis

De acuerdo con la información recabada se puede observar que el total de los entrevistados mencionan que han experimentado emociones y sentimientos positivos respecto a los encuentros literarios.

3.2 Principales categorías de los especialistas

Tabla 31: Principales categorías en expertos

Pregunta 1: ¿Qué opina usted de la lectura dentro de su ámbito profesional?

Sujeto	Textual	Categoría	Interpretación
Sujeto 1	“Sí involucro la lectura, porque con algunos casos uso la terapia narrativa, entonces selecciono algún libro o texto que sé que muy probablemente me pueda ayudar en ese caso, con ese pacientito... tengo cuentos para hijos de padres divorciados, los niños leen y yo leo, tengo otros libros que cada lectura tiene que ver con algún sentimiento, como la frustración. Y ya con los más mayorcitos tengo otro tipo de lecturas, como Walter Riso, Jorge Bucay, temas que son más que nada para adolescentes, porque tengo pacientes con apego, codependencia emocional. Y con los niños que tienen problemas de lectura-escritura, dislexia, disgrafía, ni se diga, uso ciertos cuentos de CONAFE ² , que son más sencillos, dependiendo del tipo de problema que tenga el niño, uso fabulas ya sea para copiar, o identificar letras, palabras.”	Sí involucra la lectura dentro de su ámbito profesional Libros con temas de: emociones, divorcio, apego, codependencia emocional, dislexia, disgrafía.	El sujeto sí involucra la lectura dentro de su ámbito profesional de acuerdo a la necesidad de cada niño o adolescente.
Sujeto 2	“La lectura a la que yo recurro es en su mayoría de consulta son textos científicos, de Medicina, diferentes tipos de Psicología aplicados en antología como duelos y toma de decisiones, y también en el aspecto de mis consultantes sí hago la recomendación de lecturas, que es muy básico, muy al principio de la enfermedad no les agrada tanto, no están enfocados en ese sentido porque están más enfocados en el aspecto de salud física, en recuperar y apegarse al tratamiento, y ya más bien la lectura se va dando más adelante...e igualmente a la familia le puedes recomendar mucha lectura para lidiar con el cáncer, como manejarlo, como llevarlo, es una herramienta súper funcional en estos casos.”	Sí involucra la lectura dentro de su ámbito profesional Libros con temas de: medicina, científicos, antologías, duelos, toma de decisiones.	El sujeto sí involucra la lectura dentro de su ámbito profesional, relacionándolo con el procedimiento médico del paciente.

² CONAFE: Consejo Nacional de Fomento Educativo

Sujeto 3	<p>“Me di cuenta que la literatura como arte también se puede apoyar, de hecho, es un término relativamente nuevo a nivel mundial...la biblioterapia, hay una forma en específico de trabajar con los libros con todas las edades y yo lo hago a través del arte, con álbumes ilustrados, y te puedo decir que por supuesto que sí ayudan, porque la forma en la que uno empatiza a través de los personajes es una de las mejores maneras de hacer una auto resolución de problemas, porque en el momento en que tú lees un libro, te identificas y empatizas con uno o dos personajes puedes ver a través de ellos como vives tu vida, o como resolver ciertas cuestiones... en mi consultorio yo tengo dividido los libros por temas, del enojo, el duelo, el manejo de las emociones, y sí les doy el adecuado de verdad es impresionante como ellos se transforman...”</p>	<p>Sí involucra la lectura dentro de su ámbito profesional, biblioterapia, y el arte</p> <p>Libros con temas de: enojo, duelo, manejo de emociones.</p>	<p>El sujeto sí involucra la lectura dentro de su ámbito profesional de acuerdo a la necesidad de cada niño o adolescente.</p>
----------	---	---	--

<p>Síntesis</p>
<p>De acuerdo con la información recabada se puede observar que los profesionales que fueron entrevistados mencionan que sí hacen uso de la lectura como parte de los procesos clínicos dentro de su ámbito profesional.</p>

Tabla 32: Principales categorías en expertos

Pregunta 2: Para usted ¿Qué es la lectura?

Sujeto	Textual	Categoría	Interpretación
Sujeto 1	<p>“Para mí la lectura es viajar, conocer, sentir, saber, aprender, es enamorarte, desenamorarte, que se te haga nudo el estómago, que llores, que rías, es todo, para mí la lectura es la segunda cosa que más me gusta hacer después de mi trabajo.”</p>	<p>Viajar Conocer Sentir Saber Aprender Enamorarse Emociones: llanto, risas</p>	<p>El sujeto refiere que leer es una mezcla de emociones, y acciones, es viajar, conocer y aprender.</p>
Sujeto 2	<p>“La lectura a tenido siempre un impacto fenomenal en mi vida, desde que era pequeña mi papá fue sembrando esa semillita, el ver leer a mi mamá, a mis hermanos... la lectura es viajar a otros mundos, la imaginación vuela en esos momentos, te imaginas las escenas, los personajes, te imaginas el estar en esa situación, a veces terminas de leer algo y te quedas pensando en la lectura.”</p>	<p>Viajar Imaginación</p>	<p>El sujeto refiere que leer es fenomenal, que le da la oportunidad de viajar a otros mundos.</p>

Sujeto 3	“Para mí ya es un hábito de todos los días, es como un acompañante de día a día...es un ejercicio para la mente, es una forma de ponerme en contacto con el mundo, y también es un acto muy personal. La lectura también es comunidad, es otra forma de conocer a otras personas a través de los libros.”	Habito Compañía Ejercicio mental Acto personal	El sujeto refiere que leer es un hábito que le permite ejercitar la mente y ponerse en contacto con el mundo.
----------	---	---	---

Síntesis
De acuerdo a la información recabada se puede observar que la gran mayoría de los entrevistados refiere que la lectura es una actividad que les permite viajar y conocer otros mundos, mientras que otra parte de los profesionales refiere que es un hábito que le permite ejercitar la mente.

Tabla 33: Principales categorías en expertos

Pregunta 3: ¿Qué opina usted de la lectura dentro de un proceso terapéutico?

Sujeto	Textual	Categoría	Interpretación
Sujeto 1	“Opino que es una buena técnica, una buena herramienta, yo que la he aplicado te puedo hablar desde mi experiencia, sí me ha servido la terapia narrativa, a los niños les permite identificar su problemática dentro de un cuento, hacer proyecciones, les permite fantasear, tener esperanza, entonces el cuento permite eso y con la lectura es algo que para mí tiene mucho beneficio, y los otros cuentos que usamos con niños con problemas de separación igual les permite proyectarse, a veces ellos me ayudan a cambiarle cosas al libro, les permite la creatividad, entonces te puedo decir que la lectura en terapia tienen muchos beneficios, en niños y adolescentes. Aparte que los niños que tiene problemas para leer y escribir, cuando les ponemos textos sencillos van adquiriendo más seguridad”	Es una herramienta positiva, permite: terapia narrativa, proyecciones, fantasía, temas de separación, escritura y lectura.	El sujeto refiere que la lectura dentro del proceso terapéutico es una buena herramienta que le permite trabajar la terapia narrativa, proyecciones, separación, lectura y escritura.
Sujeto 2	Muchas veces se recomienda, talvez no tan directamente...porque a veces es más fácil comprender nuestra misma situación en un libro, tal vez de repente el que alguien te cuente o leas una historia hace la situación más digerible, entonces en un proceso terapéutico a veces se les facilita la misma comprensión de las acciones o eventos leyendo, entonces es también una parte muy importante y primordial en un proceso terapéutico.	Es una herramienta positiva, permite: identificación, comprensión.	El sujeto refiere que la lectura dentro del proceso terapéutico es algo que recomienda para trabajar la identificación y comprensión del problema.
Sujeto 3	“Lo que hago con los niños es dentro del consultorio, en el momento son álbumes ilustrados cortos, generalmente lo leemos ahí y lo integro dentro de la parte terapéutica, y generalmente del cuento sacamos arte, dibujos, plastilina y con los adolescentes les doy libros para que los lleven a su casa y luego me los regresen, dan la oportunidad a imaginarlo como un libro lo hace.”	Es una herramienta positiva, permite: la terapia, el arte.	El sujeto refiere que la lectura dentro del proceso terapéutico le permite trabajar el arte aunado a

			la terapia, a través de álbumes ilustrados.
--	--	--	---

Síntesis
De acuerdo a la información recabada se puede observar que los profesionales entrevistados hacen uso de la lectura dentro del proceso terapéutico, donde una parte de ellos lo usan para trabajar proyecciones, identificación del problema, mientras que otros lo usan para trabajar la terapia aunado al arte, la lectura y la escritura.

Tabla 34: Principales categorías en expertos

Pregunta 4: ¿Qué características debe de tener una lectura para que usted la recomiende en un proceso terapéutico?

Sujeto	Textual	Categoría	Interpretación
Sujeto 1	Con los niños las características que deben de tener es que deben ser historias en las que el niño pueda proyectarse, fábulas, cuentos, incluso con los problemas de lectura y escritura, uso los mismos. Y con los más grandecitos, que son ya adolescentes con ellos uso más libros de autoayuda, como Walter Riso, Jorge Bucay, porque son los casos que me llegan con problemas de codependencia emocional, cuestiones de adolescencia.	Características: que el niño pueda proyectarse, que puedan ser orientados en la autoayuda de sus problemáticas.	El sujeto refiere que las características que debe de tener la lectura para recomendarla dentro de un proceso terapéutico es que puedan proyectarse y ser orientados en la autoayuda de sus problemáticas.
Sujeto 2	A veces te llega una persona con un proceso de ansiedad, o procesos oncológicos, hay muchísimos libros enfocados tanto a pacientes como a familiares que evidentemente les puede servir, cuando alguien lee lo que le está pasando, ve esa parte en espejo y es buenísimo.	Características: lecturas proyectivas	El sujeto refiere que las características que debe de tener la lectura para recomendarla dentro de un proceso terapéutico es que sean lecturas proyectivas.
Sujeto 3	Es bien difícil, porque yo me niego a ponerle edades a los libros, no me fijo en qué edad tienen, sino que les gusta leer, cuál es su pasatiempo o el tipo de series que les gustan para poder buscar una recomendación a lo que a ellos les guste y no recomendar solo algo que a mí me gusto y parece bien... entonces es preferible que ellos lean lo que sea de su interés, yo trato que sea por temas e irlos abordando dentro de la terapia.	Características: temas relacionados a actividad que a ellos les gusten.	El sujeto refiere que las características que debe de tener la lectura para recomendarla dentro de un proceso terapéutico es que deben ser

			temas en relación a los intereses del paciente.
--	--	--	---

Síntesis
De acuerdo con la información recabada se puede observar que la gran mayoría de los entrevistados coinciden en las características que debe de tener la lectura para recomendarla dentro de un proceso terapéutico es son lecturas que se relacionen a la situación del paciente, por otra parte, también recomiendan que sean libros de autoayuda, y proyectivos.

Tabla 35: Principales categorías en expertos

Pregunta 5: De ser posible ¿podría describirme algún caso en el que usted recomendó la lectura como parte del proceso clínico, y cómo fue su evolución?:

Sujeto	Textual	Categoría	Interpretación
Sujeto 1	Tengo el caso de una adolescente de 15 años, ella trae entre otras cosas, dificultades de apego con su pareja, es una codependencia emocional muy fuerte, ella esta diagnosticada con trastorno límite de la personalidad, entonces la relación con esta persona es una relación tóxica, desequilibrada, entonces comenzamos a usar el libro de Walter riso “Ama y no sufras” “Amores altamente peligrosos” y “Despegarse sin anestesia” lo que hice fue ir seleccionando ciertos temas de los libros, pedirle que me ayudara a leerlos e ir haciendo un análisis de ellos, y que ella lograra ver de qué manera tenían que ver con su vida, también junto con eso le iba mostrando ciertas canciones que las letras mostraban personas con codependencia emocional. Entonces con el tiempo lo que se logró fue que se diera cuenta de que esa relación no estaba equilibrada, que, aunque ella deseara mucho estar con esa persona, no era bueno, y le costó mucho, como un año para que ella se diera cuenta, y estuviera más estable”	Caso: adolescente con apego a la pareja, codependencia, trastorno límite de la personalidad Proceso: libros de autoayuda como “Ama y no sufras” “Amores altamente peligrosos” “Despegarse sin anestesia” Evolución: después de 1 año se logró un nivel de estabilidad, y de reconocimiento de la relación dañina.	El sujeto describió un caso clínico con una adolescente con problemas de codependencia y trastorno límite de la personalidad donde es evidente el uso de la lectura como parte del proceso clínico
Sujeto 2	Por ejemplo hay un chico, un adolescente que empezó un proceso de Leucemia, le costó trabajo al inicio tanto a él y a su familia, porque siempre cuando se presenta en niños o adolescentes es más difícil más sensible, entonces a él de por sí le gustaba leer mucho sagas japonesas, entonces entre sesiones fuimos comentando ese punto de la lectura, y él me comentaba que era justo eso, escaparse un poquito de lo que estaba pasando en ese momento, o cuando le tocaba la quimioterapia siempre cargaba un libro, para justamente eso, sabemos que las quimioterapias son molestas y él me decía es que llevo mi libro para escaparse un poquito. Entonces eso se fomenta, yo le recomendaba libros, o él me recomendaba otros, y discutíamos esos libros en los que	Caso: adolescente con Leucemia Proceso: lecturas de interés personal Evolución: escape de la situación a través de la lectura	El sujeto describió un caso clínico con un adolescente en tratamiento de Leucemia donde es evidente el uso de la lectura como parte del proceso clínico

	coincidíamos, y hasta la fecha el sigue con su proceso y sigue también con la lectura porque él sabe que le ayuda muchísimo.		
Sujeto 3	<p>“Hay un niño que entro al club de libros...y recuerdo que leímos “El único e incomparable Iván” y ese niño en específico me dijo muchas cosas en función al personaje, y fue que hablé con su mamá, porque note que él no la estaba pasando bien en pandemia, hacia comentarios muy puntuales como “Iván está muy solito” y resultó que su papá es uno de los médicos de uno de los hospitales más importantes aquí en México, entonces el niño todos los días veía a su papá hablar por teléfono y escuchaba tragedia tras tragedia, y le di seguimiento en terapia, aunque pocas sesiones porque no era algo grave, su mamá sí estaba con él, le daba esa contención y su papá al final no iba a dejar de ser médico, pero seguimos trabajando a través de los libros en la consulta, él también se identificó con un personaje que era un gorila bueno, y también fue una identificación porque este niño es muy grandote para su edad y era claro de dónde venía el apego con el personaje, luego lo deje de ver por más de 1 año, y hace unos días lo volví a ver y me dijo que sigue leyendo...Entonces para los niños la lectura ayuda en la autoestima, ayudan al identificarte con los personajes y reconocer quién eres, qué te gusta, con qué puedes y no puedes.”</p>	<p>Caso: niño con problemas de adaptación por pandemia Proceso: identificación con el libro “El único e incomparable Iván” Evolución: contención y hábito de lectura</p>	<p>El sujeto describió un caso clínico sobre un niño que se vio afectado por los sucesos de la pandemia, donde es evidente el uso de la lectura como parte del proceso clínico</p>

Síntesis
De acuerdo con la información recabada se puede observar que los entrevistados coinciden en el uso de la lectura como parte de un proceso clínico, dándoles como resultados evoluciones positivas en cuanto a los casos presentados.

3.3 Síntesis integrativas

3.3.1 Lectores

De acuerdo con la información obtenida se puede observar que la gran mayoría de los entrevistados han experimentado miedo e incertidumbre a raíz de la pandemia, unos pocos mencionaron ansiedad, y otras emociones que se mencionaron son inseguridad, pesimismo y pánico. Dentro de las actividades que incorporaron en su vida diaria se destacan la lectura y el ejercicio, seguidos de otros pasatiempos como la cocina, el bordado y ver programas de televisión. En cuanto a la definición personal de que significa leer, su mayoría lo define como un conjunto de emociones y acciones, o bien, una fuente de conocimientos.

En cuanto a los cambios observados antes y después de la pandemia, la gran mayoría coinciden en que lo principal fue el incremento del ritmo de lectura, algunos pasaron de leer 3 a 4 libros en un año, a leer más de 50, resaltando que uno de los sujetos leyó 140 libros en un mismo año, y también comentan que dichos libros leídos han tenido un impacto positivo en sus vidas, ya sea que impactan directamente en la interacción social que han tenido por los clubes de lectura, en conocimientos, aumentando la empatía, también mencionan que la selección de sus lecturas sí se ven influenciadas por el estado emocional que tienen en el momento de elegir el libro.

Por otra parte, en cuanto a los libros que les ayudaron a adaptarse al proceso de la pandemia sobresalen “Persona normal” y “El murmullo de las abejas”, no obstante, parte de los entrevistados mencionó que en general todos los libros que leyeron los ayudaron con la situación que estaban viviendo en cuanto a la pandemia se refiere.

Se destaca de manera global que los libros les han ayudado en situaciones personales como el duelo, y la adolescencia, mientras que otros comentan que también se han apoyado en ellos en situaciones de rupturas amorosas, y el aislamiento social. Y en cuanto al ámbito social se refiere, se mencionó que su gusto por la lectura sí ha influenciado positivamente sobre su círculo social, donde la mayoría coincide que es a través de los clubes de lectura que han visto un impacto positivo.

Así es como se llegó a la conclusión de que el total de los entrevistados han experimentado emociones y sentimientos positivos respecto a los encuentros literarios.

3.3.2 Profesionales

De acuerdo a la información obtenida con los profesionales entrevistados es evidente el uso de la lectura como herramienta dentro de un proceso clínico dentro de su ámbito profesional, la mayoría de los entrevistados describe que las características que debe de tener la lectura para recomendarla dentro de un proceso terapéutico es que se relacionen a la situación del paciente, por otra parte, también recomiendan que sean libros de autoayuda, y proyectivos. Los profesionales concluyen que el uso de la lectura dentro de dichos procesos clínicos les ha brindado resultados positivos en cuanto a la evolución de sus pacientes, y de manera personal, definen leer como un conjunto de emociones, y acciones, mientras que otra parte refiere que es un hábito que les permite ejercitar la mente.

3.3.3 Bookstagram

De acuerdo con las observaciones realizadas al contenido de la plataforma de bookstagram, se puede analizar que el grupo de sujetos entrevistados hacen uso de la fotografía para llevar a cabo las reseñas de sus lecturas, en donde una gran mayoría se muestra en ellas, y otra parte usa escenografías como jardines y parques. De igual manera es evidente que las reseñas que suelen escribir son personales, donde solo una minoría transcribe la sinopsis tomada directamente de los libros, es así como también se rescata que los sujetos suelen compartir mayormente las lecturas que disfrutaron, y le transmitieron emociones positivas.

3.4 Triangulación

En este apartado se busca vincular los discursos previamente analizados, tomando en cuenta que la triangulación brinda al investigador y lector el beneficio para su estudio, análisis e interpretación que se deriva de tres fuentes de datos complementarias, incluyendo las entrevistas previamente aplicadas a lectores, y expertos, así como la cedula de observación de bookstagram.

Pregunta: Para usted ¿Qué es la lectura? De acuerdo a la comparación de respuestas presentadas entre lectores y expertos, se puede observar que hay una similitud en cuanto a las categorías, donde se destaca que la lectura es un conjunto de emociones positivas, conocimiento, y un viaje, respuestas dadas por ambos grupos.

Por otra parte, se encuentra similitud en cuanto al uso que se le da a la lectura de manera personal, donde algunos sujetos del primer grupo mencionan que ha habido lecturas que les ayudaron en proceso de rupturas amorosas y situaciones de pareja, el segundo grupo resalta el uso de lecturas similares en casos clínicos de mujeres en proceso de rupturas amorosas y situaciones similares. Siguiendo con el mismo aspecto, algunos lectores mencionaron que las lecturas les han ayudado en cuestiones de conocimiento y redacción,

mientras que los expertos refieren que hacen uso de los libros para cuestiones educativas de lectura y escritura.

El grupo de profesionales entrevistados resalta que una de las características que debe de tener la lectura para recomendarla es que sean libros en el que la persona pueda proyectarse, y entre las respuestas brindadas por el primer grupo se menciona que la mayoría de las veces suelen identificarse con los personajes y vivir la vida que llevan a través del libro, es decir, que sí es evidente que la proyección es un proceso que se da de forma directa e indirecta al momento de leer, por lectores ávidos y por recomendación de expertos en la materia.

De manera general se puede analizar que la lectura es una herramienta positiva donde los lectores del primer grupo lo usan de manera personal, para sobre llevar situaciones complejas como la pandemia, y los expertos le dan un uso clínico, obteniendo por ambos grupos resultados benéficos para las emociones, y pensamientos.

Ahora bien, referente a la observación que se realizó en la plataforma de bookstagram del mismo grupo entrevistado, se puede concluir que la lectura permite a cada uno de ellos experimentar emociones y sentimientos positivos, incursionar en la fotografía, y proyectarse a través de los personajes, y a su vez permite el diálogo entre otros lectores.

También se observa que la gran mayoría hace un análisis de sus lecturas partiendo desde los personajes, la trama, y algunos mencionan la forma en que está escrito, esclareciendo los temas que abarca la lectura, es así como el primer grupo de entrevistados muestra en sus perfiles las recomendaciones de lecturas que han impactado positivamente en ellos.

CAPITULO 4: CONCLUSIONES

En los últimos años se han experimentado cambios radicales en cuanto al estilo de vida de las personas, esto se debe en parte por las circunstancias a las que el COVID-19 nos direcciono a llevar, pero en específico, pretendo centrarme en uno de los principales hábitos que han tomado auge y de la cual parte mi investigación, es decir, la lectura.

De acuerdo con el estudio elaborado por el INEGI en el 2021, se puede rescatar que en México la población adulta declaró leer más libros comparado con años anteriores, donde es evidente que las mujeres declararon haber leído más ejemplares que los hombres.

Es aquí donde quiero ahondar desde mi perspectiva personal la importancia de dicho hábito, donde la gran mayoría de los sujetos entrevistados lo define como un conjunto de emociones y acciones, o bien, una fuente de conocimientos que puede llegar a ser un medio de escape a situaciones que se viven en la vida diaria, y al ser un tema tan diverso, se puede observar que cada persona elige las lecturas de acuerdo con sus necesidades. Siendo también fundamental el estado emocional que tienen al momento de seleccionar sus lecturas, ya que, dentro de la información recabada por los entrevistados, se afirma que sus emociones sí influyen en lo que van leyendo.

A raíz de la investigación, se puede deducir que la lectura puede ser consumida de dos maneras, según los grupos entrevistados, la primera es de uso personal, es decir, los lectores consumen diversos tipos de lecturas como romance, thriller, ficción histórica, etc., para uso lúdico, y como segunda parte es para uso profesional, orientando la lectura dentro del proceso clínico, que puede darse en diversas áreas de la psicología, y para la cual recurren a libros de autoayuda, o temas que se relacionen al caso específico del paciente para lograr la proyección y resolución de los problemas, de igual manera los expertos mencionan que los libros de literatura general pueden ser valiosos al momento de llevar el caso, por lo tanto es importante que el paciente se sienta cómodo con la lectura asignada.

Pero no estamos hablando únicamente del acto de leer en sí, en los últimos dos años también el ritmo de lectura se ha modificado, es decir, el total de los entrevistados expresan haber incrementado la cantidad de libros leídos en los últimos tiempos, siendo este el principal cambio dentro de sus hábitos de lectura, donde algunos pasaron de leer de 3 a 4 libros en un año a leer más de 50, sobresaliendo uno de los sujetos que menciono haber leído 140 libros en un mismo año, pero para ello debemos mencionar que hubo ciertos factores que influenciaron en ello, como el trabajo desde casa, y el aislamiento social que fueron provocados por la pandemia del COVID-19, lo que los orillo a tener más tiempo libre y por lo tanto, incrementar el tiempo dedicado a la lectura en casa.

De igual manera los clubes de lectura tienen un papel fundamental dentro del hábito e incremento de la lectura, ya que en los últimos dos años han alcanzado un nivel impresionante dentro de la comunidad lectora, esto se debe en gran parte a que se han adaptado de manera virtual, lo que permite la fácil interacción entre personas de diferentes partes del país, e incluso, fuera de México. Algo que hay que resaltar es que, a raíz de dicha

modalidad, y circunstancias que hemos vivido en los últimos años, los autores han accedido a participar en reuniones virtuales, brindando un acercamiento entre lectores, libros y escritores, lo que permite que el proceso de la lectura se vuelva más enriquecedora y fructífera.

La lectura, como cualquier otra actividad humana no está exenta de valoración emocional, como ya se mencionó anteriormente. En el proceso lector intervienen otros factores que tienen un componente emocional o afectivo. Se trata de los estados de ánimo, emociones, sentimientos y demás fenomenología afectiva que la lectura produce en el sujeto. Los estados de ánimo producidos por el hecho de leer pueden ser positivos o negativos, en función de la valoración que el filtro del significado atribuya a la experiencia de leer y se producirá una determinada emoción, estado de ánimo o sentimiento, cuya intensidad será variable en función de las metas o propósitos del lector, de sus intereses personales y por su sistema de creencias. Así por ejemplo, si la lectura en sí misma, le resulta un acto placentero para el lector experimentará un estado de ánimo positivo, favorable y que, en los casos de mayor implicación y disfrute ha venido en denominarse como un *fluir* y que se define como un estado mental y emocional con sensación de gran bienestar y satisfacción que permite una mejor realización de las tareas habituales, se pierde la noción del tiempo y se dirige toda la atención a la actividad en sí misma, en esta caso la lectura. Por lo tanto, se observa una clara relación de la lectura en cuanto a la influencia sobre el estado anímico de los lectores.

De lo anterior se rescata que los entrevistados mencionaron que sus emociones se han visto igualmente beneficiadas por los encuentros literarios, donde en su mayoría expresan haber sentido alegría, felicidad, euforia, pensamientos positivos, entre otros, al formar parte de estos grupos. Aquí quiero mencionar que dentro de la lectura y los círculos sociales que se derivan de ellos, se encuentran inmiscuidas las redes sociales, en específico, la plataforma de Instagram, donde los lectores le dan un uso exclusivo para compartir sus impresiones de libros, reseñas, fotos, y demás. Y cuando la plataforma es de uso exclusivo para libros se le llama “Bookstagram” la cual permite la interacción entre la comunidad lectora, haciendo más fácil compartir dicho hábito, acercarse a lectores de todo el mundo, interactuar con autores y editoriales, brindando un espacio seguro para los que forman parte de ella, y de la cual comentan los entrevistados que han logrado encontrar amigos lectores con los que han surgido verdaderos lazos de amistad, a pesar de la distancia, e incluso se mencionó, que gracias a dicha plataforma, han logrado ser más sociables, ya que se sienten parte de un grupo que les brinda acompañamiento durante las lecturas que van consumiendo.

Es importante mencionar que algunos entrevistados mencionaron haber participado en más de 20 reuniones virtuales de clubes de lecturas en un solo año.

Y siguiendo con el tema de bookstagram, se llevó a cabo una observación de la cual se rescata que dicha plataforma permite llevar un control de las lecturas que los sujetos van leyendo, en la cual se publica una foto, en su mayoría con escenografía acorde al tema, o bien donde la persona se muestra con el libro en cuestión, posteriormente se puede leer las

reseñas personales elaboradas por ellos mismos, o bien, tomadas directamente de los libros, donde aparte de incluir la parte narrativa, personajes, trama y demás, se hacen comentarios personales donde se busca proyectar el impacto emocional y personal de la lectura sobre el lector, buscando motivar a otros a leerlo, es decir, se puede llegar a considerar que bookstagram es un tipo de diario de lectura virtual.

Ahora bien, con base a la investigación realizada podemos señalar el impacto psicológico de la lectura, donde este último puede provocar efectos positivos para contrarrestar el exceso de estrés, ansiedad, entre otras problemáticas de índole psicológicas que surgieron dentro de los grupos de estudio, y esto se da ya que la lectura permite desconectar en cuestión de pocos minutos, sumergir al lector en temas de su interés y hacer que su foco de atención deje de estar fijado en aquello que está causando los efectos negativos. Es decir, a través de la lectura se puede ganar control sobre su propia atención y separarse de las obsesiones para poder centrarse en el aquí y el ahora.

Y siguiendo los efectos psicológicos que se desencadenan con los grupos de lectura se puede comparar con los de una psicoterapia grupal, pues en ambos se utilizan actividades de tipo artístico, como el juego, el dibujo, el teatro, técnicas introducidas por psicoanalistas y psicoterapeutas desde principios del siglo XX, en el marco de los procesos clínicos y las psicoterapias individuales.

Al respecto, la tradición de utilizar las obras literarias para comprender la psicología del ser humano en el proceso clínico, surge desde el Psicoanálisis, la Psicología analítica (Jung, 1982) y la Psicología Humanista (Neira, 2014), es decir, que el uso de la lectura siempre se ha visto inmiscuida en importantes teorías de la materia, de la cual se puede rescatar su uso para diversas etapas de la vida, y temas a abordar, como bien se muestra en la investigación, los expertos hacen uso de ello para la terapia infantil, juvenil, en la psico-oncología, e incluso para el trabajo a través del arte tomado de la lectura, término actual que se le conoce como “biblioterapia”, si se le da el enfoque correcto, se puede llegar a aplicar en muchas otras áreas de la materia.

Otro de los grandes beneficios de la lectura es que permite que el sujeto vaya adquiriendo más ideas, conceptos, información general de diversos temas, y hace que la mente del lector este compuesta por una red de sinapsis más densa, en la que es posible encontrar varias “rutas mentales” que van de una idea a otra. Y esto, por lo que se ha visto, ayuda a combatir los efectos del desgaste cognitivo producido por la edad, e incluso de las enfermedades neurodegenerativas, por mencionar alguna, la enfermedad del Alzheimer.

De igual manera dentro de la investigación se rescata que los sujetos entrevistados mencionaron que a raíz de los encuentros literarios han ganado empatía, y les ha permitido la socialización, por lo que podemos concluir que la lectura de ciertos textos escritos desde el punto de vista de personas muy diferentes a nosotros nos permite empatizar con grupos de población que, de otra forma, habrían permanecido totalmente desconocidas para nosotros, y al estar participando en reuniones de lectura les permite compartir sus motivaciones, esperanzas, y preocupaciones hasta el punto de crear verdaderos lazos de amistad, haciendo del ser humano una persona socialmente estable.

También se puede rescatar que la lectura facilita el trabajo con los menores para trabajar con trastornos del aprendizaje, por mencionar algunos; dislexia, digrafía, trastorno por déficit de atención e hiperactividad, entre otros, pero también problemas conductuales y emociones, haciendo uso de la identificación y la proyección a través de los personajes de los cuentos. Ahora bien, siguiendo con la misma línea, el lenguaje escrito y oral es un tema que se puede trabajar en diferentes etapas de la vida a través de los libros, ya que la lectura está vinculada a las habilidades mentales relacionadas con el uso del lenguaje, por lo tanto, el hábito de leer nos permite aprender nuevas fórmulas lingüísticas para expresar ideas complejas mediante el uso de expresiones que quizás no se nos habrían ocurrido y no habríamos llegado a conocer por nosotros solos, y que en efecto, puede crear vínculos positivos para diferentes ámbitos.

Actualmente incluso expertos como Neira coinciden en que el Psicoanálisis, la Psicología analítica y la Psicología humanista han hecho uso de la literatura de una u otra manera pues el punto de interés de la relación entre psicoterapias y literatura radica en el hecho de que la Psicología pueda hacer uso de obras literarias con fines terapéuticos y que la literatura, haga uso de la Psicología en la crítica literaria.

Podemos encontrar que la lectura ha sido objeto de estudio para diversas ramas desde tiempos remotos, por mencionar algunos autores (Freud; 1905 a 1907; Jung, 1982) estudiaron los mecanismos y las funciones psíquicas implicados en el acto creador del artista; otros (Neira, 2014; Ovejero, 2012) se han enfocado en el análisis de las obras literarias para conocer la personalidad del artista y su historia de vida. También, desde la Psicología social, se han estudiado las obras literarias para conocer las dinámicas sociales de una época particular de la historia de la humanidad. Mientras que otros estudian los efectos de la obra literaria en el lector. En la antigüedad, los griegos fueron pioneros en analizar los efectos de la obra teatral en los espectadores. Este fenómeno es retomado por Freud (1905a), al comparar las creaciones literarias de los poetas con las fantasías, los sueños y los juegos de los niños.

Y si comparamos la información entre lectores, expertos e investigadores previos como los anteriormente mencionados, se resalta que la lectura como objeto de estudio puede ser abordado por expertos de diversas áreas, ya sean psicólogos, psiquiatras, sociólogos, historiadores, entre otros, por lo que quiero abordar las diversas líneas de investigación que pueden surgir a raíz de esta investigación.

En el sector educativo, si bien es cierto, las lecturas van vinculadas desde temprana edad, ya que es infalible hacer uso de la lectura como método de enseñanza a un nivel preescolar, y primaria para ir inmiscuyendo al alumnado el desarrollo del lenguaje, lectura y escritura en la primera etapa de la vida.

Y partiendo de la educación superior, una buena parte de la función de formación profesional consiste en lograr que los estudiantes lleguen a ser miembros de una comunidad académica letrada, lo que implica el uso de la lectura y de la escritura para pensar y para aprender, de tal manera que se apropien no solamente de unos campos conceptuales específicos sino, además, de unos modos discursivos particulares. Esto nos lleva a

promover y a orientar unas prácticas particulares de lectura y de escritura que son propias de la universidad y que están estrechamente articuladas con la disciplina de docencia, pero no únicamente en nivel superior.

Estas prácticas van a permitir unos modos particulares de indagar, de adquirir, de transformar, de construir y de comunicar el conocimiento en el aula universitaria. De esta manera, se espera que los docentes –expertos tanto en unos contenidos como en unos modos particulares de lectura y de escritura–, así como la dirección universitaria, asuman su responsabilidad en ese proceso de alfabetización académica de los estudiantes, abriéndoles las puertas de la nueva cultura y acompañándolos en su proceso de iniciación y de inmersión en ella.

Por otra parte, la sociología en su afán de encontrar razones, examinar, analizar y conocer, mide las relaciones diferenciales de la población en cuanto a condiciones e intensidad, haciendo diversas investigaciones donde hacen uso de la lectura como parte del estudio cualitativo, y los individualizados mediante historias de lectura utilizadas para explicar y comprender las prácticas sociales.

El sociólogo examina, analiza y mide las relaciones diferenciales que las poblaciones o subpoblaciones mantienen respecto de lo escrito (en sus modalidades más diversas), justamente, para constatar el hecho de que no todos acceden a los textos en las mismas condiciones y con la misma intensidad. Los estudios sociológicos de la lectura constituyen un recurso de comprensión de realidades culturales complejas y nos ofrecen algunas pistas analíticas para entender relaciones dicotómicas.

Ahora bien, otra línea de investigación en la que se puede inmiscuir la lectura, es la historia, si bien es cierto que los historiadores se evocan principalmente en el estudio de los sucesos históricos, los escritores usan dichas investigaciones para escribir literatura de diversos géneros, por lo tanto ambas se relacionan al momento de proyectarle al mundo los hechos descubiertos, y desde tiempos remotos se ha argumentado que es más fácil comprender la historia a través de la literatura universal para aquellos que no son expertos en la materia, así es como los libros y los historiadores se pueden unir para narrar y hacer de la historia algo más legibles, que se puedan leer no solo por personas abnegada en la materia, haciendo una combinación de la invención, la subjetividad, el individuo y las estructuras de ambos.

La psicología y la lectura, partiendo de esta línea de investigación se puede deducir que al unir ambas surge un compendio de utilidades dentro de la materia, por ejemplo; se ocupa de describir y explicar los mecanismos que subyacen a la habilidad para comprender textos escritos y el proceso de adquisición de dicha habilidad. Con los conocimientos obtenidos buscamos mejorar la eficiencia de los mecanismos de comprensión lectora y ayudar a resolver los problemas que pueden presentarse en el proceso de aprendizaje de la lectoescritura.

El marco epistemológico en el que se encuadra la disciplina es la Psicología cognitiva y la Experimental. Esto significa que tratamos de establecer el conjunto de

representaciones y procesos mentales que mejor explican el éxito y fracaso en el intento de acceder al significado de un texto escrito. Para postular tales procesos y representaciones recurrimos principalmente a la experimentación y la observación controlada.

Los estudios recientes, muy abundantes en las últimas décadas, muestran que el aspecto básico que tiene mayor poder unitario para explicar el complejo fenómeno de la comprensión lectora está asociado a los mecanismos de identificación de palabras escritas. Aquellos lectores que presentan problemas para comprender los textos (descartada la existencia de un déficit general de carácter lingüístico o intelectual) sistemáticamente presentan un bajo nivel de eficacia en el reconocimiento individual de palabras escritas.

Una línea más directa entre la psicología y la lectura es la denominada técnica de “biblioterapia” la cual utiliza el poder de las historias recogidas en novelas como medio para ayudar a aquellos que sufren algún tipo de trastorno emocional. La ciencia ha demostrado que funciona (según un artículo “El maravilloso efecto que tiene el leer en la salud mental, Judith J.K, 2019), leer puede reducir el estrés hasta en un 68% y los que aseguran que los libros, en especial los de terapia cognitiva, resultan ser muy efectivos como tratamiento) y es mejor que escuchar música, dar un paseo o tomar una bebida caliente. Ayuda a que el cerebro y el cuerpo se relajen, a que el paciente aumente su inteligencia emocional, desdramatice la situación que vive y no se sienta solo. Leer libros de ficción, como novelas o poesía, pueden ayudar a que nos sintamos identificados con un personaje o situación, desarrollemos nuestra creatividad e imaginación y seamos capaces de “trasladarnos” a otra realidad, aprendiendo a ser más empáticos, e incluso leer mejora el sueño, lo que favorece el descanso, potencia las habilidades sociales.

Otra línea importante de mencionar es la lectura en las neurociencias, cuando una persona toma un libro, una revista o un cuento, para fomentar un hábito que ofrece múltiples beneficios, entre ellos, mantener la salud del cerebro, porque estimula su actividad y fortalece las conexiones neuronales.

Esta actividad mejora la capacidad intelectual, amplía el vocabulario, promueve el pensamiento analítico, estimula la imaginación y ejercita la memoria. A través del estudio en neurociencias sobre la lectura (La lectura, elemento de gran importancia para la salud cerebral. Secretaria de Educación, Ciencia, Tecnología, e Innovación, 2020) se conoce que aprender a leer implica un procedimiento que a nivel cerebral inicia en el lóbulo occipital, en la parte posterior del cerebro. De ahí pasa a la región lateral de los hemisferios, en el lóbulo temporal izquierdo donde se lleva a cabo el reconocimiento de rostros, lugares y objetos; al aprender esta actividad, las letras se procesan en el área del reconocimiento de rostros, y después, la información llega a los circuitos del lenguaje para convertirlos en sonido y, el contacto con las letras les da un significado.

La maestra en ciencias Alicia Castillo Martínez, coordinadora de Evaluación de la Licenciatura en Neurociencias de la Facultad de Medicina, UNAM, precisó en entrevista con la Secretaría de Educación, Ciencia, Tecnología e Innovación de la Ciudad de México (SECTEI, año 2020), que aprender a leer involucra a tres grandes áreas: los lóbulos occipital, temporal y frontal, a través de una ruta que va de atrás para adelante del cerebro.

En el proceso se encienden otras áreas, y con el aprendizaje, el cerebro modifica su estructura y se fortalece.

Finalmente, las recomendaciones que surge del estudio realizado es implementar la lectura como parte de los hábitos de la vida diaria, ya que como se ha venido mencionando es uno de los mejores ejercicios posibles para mantener en forma el cerebro y las capacidades mentales, y, por lo tanto, influye en la estabilidad emocional.

Por lo tanto, se recomienda implementar la lectura desde la primera infancia, es decir, poner los libros al alcance de los niños, ya que la lectura ayuda a ampliar la capacidad de atención, pues las historias tienen un comienzo, un desarrollo y un final, es decir, una estructura que empuja a nuestros cerebros a pensar de forma secuencial, y a enlazar causa, efecto y significado.

Leer de niños ayuda a desarrollar la comprensión lectora, a ampliar el vocabulario y está relacionado con un mayor conocimiento tanto académico como práctico en los siguientes años.

La manera en que se propone llevarlo a cabo con los niños, es implementar un espacio en casa que este dedicado al rincón de la lectura, en la cual se recomienda colocar tapetes, almohadones o sillones cómodos según el gusto del menor, la iluminación debe ser la adecuada para la experiencia al momento de leer, y por supuesto, tener una repisa o estantes que estén al alcance del niño, esto facilitara que por sí mismo se acerque y seleccione el libro según su interés, de esta manera no se le estará imponiendo la lectura, sino se hará de forma voluntaria. Algo importante es dejar que el menor sea quien escoja sus libros al momento de acudir a una librería, y no imponer temas que no sean de su interés, sin dejar a un lado el filtro de los padres para asegurarse que la lectura sea acorde a la edad, y, por último, de ser posible, establecer horarios para la lectura.

Ahora bien, es importante que los adolescentes lean un libro por lo menos una vez al mes ya que esta actividad les permite estimular fácilmente su imaginación y su función cerebral, así mismo ayuda a los adolescentes obtener mejor vocabulario, desarrollan su cerebro para poder comprender mejor los argumentos de varias líneas y personajes. Los jóvenes se tienen que sentir atraídos por un libro para que se tomen el tiempo para leer y darse cuenta de que la lectura es una actividad divertida, y no una clase escolar más.

La falta de capacidad lectora en un adolescente puede influir en el bajo rendimiento escolar debido a la falta de interés en las investigaciones escolares, el poco vocabulario que tiene, la dificultad para comprender y analizar textos y sobre todo el no entender cuando alguien le explica de un determinado tema, esto en ocasiones hace que los estudiantes tengan bajo autoestima y su aprendizaje sea muy bajo, por ello existe la deserción escolar, en el nivel medio superior.

Por lo consiguiente recomiendo que los docentes a nivel primaria, secundaria y preparatoria utilicen la lectura como una estrategia de enseñanza-aprendizaje, debido que al estar leyendo, el cerebro se estimula y se desarrollan mejor los procesos cognitivos, es

decir, aumenta la capacidad de la mente para que los alumnos pueden incrementar su habilidad de la comprensión lectora, que reconozcan una idea principal de un tema, que sepan interpretar la idea principal del autor, etc., dentro del salón de clases se debe de poner a leer a los alumnos y enseñarles a comprender lo que están leyendo, solicitando que expliquen con sus propias palabras qué fue lo que se entendió de cada lectura. Puede llevarse a cabo una vez a la semana y de esta manera ir leyendo un libro al mes, y esto ayudará en su desempeño no solo escolar, sino también emocional.

Algunas recomendaciones para la implementación de la lectura dentro del aula son las siguientes:

1. Tener una biblioteca de aula, es una estrategia sencilla y tradicional que siempre funciona, pidan a cada niño que aporte uno de sus libros favoritos y posteriormente organiza un sistema de préstamo y fichas de valoración para que todos puedan disfrutar de la lectura de forma ordenada.

Si el niño o adolescente no ha tenido previamente un acercamiento a la lectura, y se rehúsa a llevarla a cabo, trabaje la habilidad y comprensión lectora para descartar que sean las barreras que se interponen entre ellos y los libros.

Como ocurre con los adultos, a los niños no les gustan todos los libros, ni les interesan todos los temas. Es importante dejar que elijan entre los cuentos o libros disponibles aquellos que más les motiven o les llamen la atención. De este modo irán conociendo sus propios gustos lectores; no hay que descartar los cómics, ya que pueden ser una manera estupenda de introducir en la lectura.

2. Organizar una lectura en voz alta o una pequeña obra de teatro son opciones para cambiar el enfoque del libro y convertirlo en una emoción compartida. También puede ser el docente sea quien les lea un fragmento de un libro o un cuento cada día, de modo que vayas avanzando en la historia.

Siguiendo con la lectura en la vida adulta, existe diversas maneras de implementar la lectura en la vida diaria dependiendo del estilo de vida personal, y laboral, algunas recomendaciones son las siguientes:

1. Identifica todos los formatos de lectura. Actualmente existen diversos formatos de lectura que facilitan su consumo, desde leer en papel, en digital, y los audiolibros, estos dos últimos se pueden llevar a cabo en diversos dispositivos electrónicos como el celular, Tablet, computadora, e-readers, por lo tanto, la lectura puede ser llevada a cabo en cualquier espacio libre que se disponga, e incluso leyendo 10 minutos diarios al día, se puede llegar a leer 1 libro de aproximadamente 300 páginas, en un mes, es decir, con disposición e interés una persona puede leer 12 libros al año.

2. Contempla pertenecer a un club de lectura. Una de las ventajas de la actualidad, son los clubes de lectura virtual, las cuales le proporcionan al lector una motivación extra para no abandonar la lectura.

3. Leer en la etapa de adultez tardía. Leer es una forma de proteger el cerebro y asegurar el bienestar mental de las personas mayores, por lo tanto, también se recomienda implementarla en esta etapa de la vida, ya que profesionales de Psicología y la Neurología recomiendan la lectura como método preventivo de la degeneración cognitiva y de enfermedades derivadas como el Alzheimer, el Parkinson.

Para llevar a cabo el hábito de la lectura en la tercera edad es importante tomar en cuenta las siguientes consideraciones: aprovechar las horas del día con más luz, los libros seleccionados deben de tener letras grandes para no cansar la vista, buscar un lugar cómodo, y tranquilo que favorezca la concentración, utilizar gafas de vista cansada. Uno de las ventajas de los e-readers es que se puede aumentar el tamaño de la letra al máximo, y tiene un control de luz acorde a la necesidad del lector, por lo consiguiente puede ser utilizado con gran beneficio en esta etapa de la vida.

De manera general sugiero integrar la lectura como un hábito de la vida diaria en cualquier etapa de la vida, para ejercitar la mente y aumentar la concentración, sin dejar a un lado sus múltiples beneficios desde potenciar la capacidad de atención, comprensión y observación. También facilita la relajación, proporciona emociones positivas que ayudan a estimular la memoria, la imaginación, creatividad e incentiva la empatía, brindando una sensación de entretenimiento y bienestar.

Y ya, por último, pero no menos importante recomiendo hacer uso de la lectura como estrategia dentro del proceso terapéutico. La Biblioterapia ha sido ampliamente estudiada por diversos autores. Como recurso terapéutico basado en la lectura de libros tiene un enfoque interdisciplinario entre la psicología y la bibliotecología.

El antecedente más remoto de la Biblioterapia, como concepto, se remonta a las civilizaciones antiguas que colocaban inscripciones sobre las entradas de las bibliotecas indicando que dentro de esos edificios se estaba sanando el alma, una expresión que refleja la filosofía de Aristóteles, quien consideraba que la Literatura tenía beneficios curativos, y que leer era una forma de tratar la enfermedad. Es por eso que podemos afirmar que el origen de la Biblioterapia está directamente relacionado con la historia de la salud, y fue en el siglo XX que la Biblioterapia se consolida como disciplina.

Así, en sus primeras formas, la Biblioterapia se utilizó en hospitales psiquiátricos como tratamiento para los enfermos mentales, tanto en Europa como en Estados Unidos, adultos hospitalizados, pero un factor importante en la evolución de la Biblioterapia fue la desinstitucionalización de la atención de la salud mental en la década de 1970. Esto permitió que la Biblioterapia comience a alejarse del entorno hospitalario y se traslade a diversas áreas de la comunidad, incluyendo bibliotecas, práctica médica general, psicología, cárceles, enfermería, trabajo social, o terapia ocupacional.

Esto permite ampliar notablemente su campo de acción, que ya nos solo se restringe a la salud mental, sino también como apoyo a problemas emocionales y sociales.

La Biblioterapia, como recurso terapéutico, puede ser abordado, esencialmente, desde tres áreas: la Psicología clínica, la Psicología social y Bibliotecología. Desde el campo de la Psicología ofrece al terapeuta la posibilidad de facilitar y proporcionar un recurso (el libro, la lectura) que no es invasivo y que puede provocar situaciones que puedan servir a la finalidad de crecimiento personal. En este sentido, el terapeuta acompaña al paciente en un camino de autodescubrimiento, pero no diciéndole quién es, sino por dónde puede llegar a saberlo. La Biblioterapia se utiliza para “curar” y “sanar”; es decir, un proceso que se realiza de “afuera hacia adentro” porque se trata de una lectura guiada y con recursos especialmente elegidos por el terapeuta, pero también es un proceso de “adentro hacia afuera” porque es el propio individuo quien internaliza y moviliza los efectos de la lectura.

Desde la Psicología social, como campo de estudio de las relaciones entre las personas, la Biblioterapia puede contribuir a provocar cambios en la actitud, desarrollar valores, comprender y aceptar normas sociales para favorecer la cohesión grupal/social, evaluar las expectativas personales, para realizar un exhaustivo estudio de la personalidad, el pensamiento, los imaginarios sociales y el sentido de la vida de las personas.

En conclusión, la Biblioterapia puede ser encarada desde distintos campos y evidentemente opera de forma diferente en cada ciencia.

ANEXO I: ENTREVISTA AL PRIMER GRUPO, LECTORES.

Entrevista 1:

Pregunta 1;

Creo que yo, y no soy la única, que he experimentado en lo personal desde miedo, ansiedad, frustración y un poco de soledad. Miedo obviamente por la cuestión de un contagio, ya sea mío o de un familiar, y de ahí deriva si alguien fallece, si te puedo decir que no tiene mucho, hace 6 meses aproximadamente, que yo entre en un temor total porque en mi trabajo empezó a haber bastante gente contagiada, y sí he experimentado altas y bajas, pero también ha sido tiempo de reflexión, y aprendizaje.

Pregunta 2:

La actividad que más he realizado, y se va a escuchar un poco raro precisamente por la pandemia, pero he hecho más ejercicio y también la lectura, la lectura lo retomé mucho más, sobre todo en el primer año que había más encierro y que solo iba una o dos veces a mi trabajo, comencé a leer más, aunque ya leía, pero no de la misma forma. Estas dos actividades fueron a las que me aferre.

Pregunta 3:

Leer en mis propias palabras, es aprender, conocer, sentir, emocionarme, reír, llorar y transportarme directamente a otra dirección.

Pregunta 4:

Desde que era niña, a los 6 años aproximadamente, mi papá es una persona lectora, viene de familia, su papá era igual y él tiene muchísimos libros, y él me compraba libros pequeñitos, de esos de niños que tienen como 4 hojas y que son de dibujos, desde entonces me empezó a gustar y posteriormente mi mamá me compraba revistas de “Tú” de “15 a 20” y yo las leía todas, aunque a veces eran más imágenes pero me encantaba, y fue así como yo les pedí a mis papás el primer libro que fue El diario de Anna Frank, lo leí todo y me encantó. Y de ahí empecé a demandar más libros a mis papás, les decía ahora cómprame el de Crepúsculo, por ejemplo, y desde ahí me aferre totalmente a la lectura, y no sé si sea algo como hereditario, que viene desde mi familia y aparte de eso es una disciplina, que debes de aprender a disfrutarla para poder hacer clic con la lectura. Aunque no leía tanto como hasta ahora.

4.1:

Sí totalmente, fue el momento en el que más me metí en los libros a través de las redes sociales como facebook, donde encontré un club “Se regalan dudas”, empecé a ver muchos libros que se empezaban a compartir, de los cuales empecé a hacer mi lista infinita de libros. Después en Instagram, nunca imaginé que existiera esta comunidad de gente que tiene un espacio dedicado únicamente a la lectura, comencé a seguir a varios y fue así como decidí crear mi propia página, en donde comencé a encontrar reseñas, calificaciones de libros, y clubes de lecturas, que por cierto nunca imagine que pudieran ser a distancia. Las herramientas tecnológicas de internet, correos electrónicos, redes, han sido un alivio en esta pandemia, porque hizo que nos acercáramos y fue así como mi cambio fue más drástico, por gente que hace clubes de lectura, reseñas, que invitan a escritores que llegan a estar en la última sesión del club, y esto hizo que me fijara más metas de libros, como leer 2 mínimos por mes, que a comparación de otros años comencé a leer más libros, así que definitivamente la pandemia cambio mi amor por la lectura.

4.2:

Al leer he experimentado emociones como tranquilidad, alivio y más allá de una emoción es como si pudiera olvidarme de lo que está pasando, distraer mi mente, alejarme de la realidad para entrar a un mundo que es totalmente diferente. Porque la mente es cañona, y si no hay manera de ponerle un límite te domina, que en mi caso es con la lectura, me pone el límite y hace que ya no continúe con estas emociones negativas.

Pregunta 5:

Yo vivo en Cuernavaca, y aunque ya tenía el hábito de leer, no conocía de tanta gente con los mismos gustos, e incluso no conocía o sabía de clubes de lectura que existieran en el lugar donde vivo, pero a raíz de la pandemia y el internet los conocí y cada vez tengo más retos de lectura.

5.1:

Antes de pandemia, me va a dar pena decirlo, pero leía de 3 a 4 libros por año, y si un libro me duraba como 1 mes, de ahí descansaba 3 meses sin leer, porqué la verdad no veía mucha información de libros, se me hacía difícil encontrar alguna lectura que me gustara, y fue a raíz de la pandemia que encontré bastantes recomendaciones, por las reseñas en redes sociales, y los clubes de lectura, y me propuse leer de 2 a 3 libros por mes, de tal manera que actualmente estoy por terminar el año con 30 libros.

Pregunta 6:

La selección de un libro es por la reseña, y las portadas, para mí lo visual es muy importante, y tiene que ser un tema que me atrape en ese momento, que vaya emparejado con mi vida, y si a veces leo ficción o fantasía es para mezclar, pero si busco que sea un libro que en la reseña tenga algo que me guste, aunque la verdad me gusta aventurarme con todo.

6.1:

Me gusta leer de todo, novela romántica, novela histórica, los libros de autoayuda, ficción o no ficción, los libros de historia, no me cierro a leer con ningún género.

Pregunta 7:

Yo no sé si antes de pandemia ya existían los clubes de lectura, pero antes de esto yo no conocía a nadie con quien compartir la lectura, ni de que existieran, así que, gracias a todo esto, ha incrementado mi interés por los libros, y he leído mucho más.

Pregunta 8:

Sí, totalmente, te digo que siempre emparejo las lecturas con mi vida, de hecho, antes de la pandemia leía muchos libros de autoayuda, porque estaba pasando por una situación en la que yo emocionalmente me sentía muy mal, entonces al leer estos libros la verdad es como si tuviera un terapeuta que me está guiando, a mí me encantan estos libros porque tienes un psicólogo seguro.

Pregunta 9:

Fue con la cuestión del feminismo, ahorita en pandemia, en lo personal mi mamá se vio afectada en la cuestión de la violencia de género, y entonces al entrar en estos tipos de temas del feminismo me empoderan, me sirven para animarme, y este tipo de lecturas que he seguido de leer a mujeres, feminismo y autoayuda han hecho que en esta pandemia me valore más como mujer, y que quiera ayudar a otras mujeres a valorarse y que no permitan la violencia de género.

Algunos libros que hice por esa cuestión emocional fue el de “Todas deberíamos ser feministas” de Chimamanda Ngozi, y “Como educar en el feminismo” y aunque son muy cortos me ayudaron mucho, con las herramientas simples para llevar a cabo una vida con más amor propio y no permitir la violencia de género. Y

el de Walter Riso “Desapegarse con anestesia” que tiene temas muy importantes del cuidado mental, que hizo que yo tuviera cambios durante la pandemia.

Pregunta 10:

El de persona normal pero con el anexo del fin de los tiempos, en donde el último capítulo es dedicado a los tiempos de la pandemia, donde el tío paco y el sobrino viven el proceso de la pandemia, y el escritor lo hizo a la forma que estamos viviendo en estos momentos, por ejemplo, la ofensa hacia el personal médico, el que no puedes salir, abrazar, estar con tu novio, con tus amigos, tu familia, todos estos sentimientos y emociones, como la desesperación que el libro lo iba narrando, y yo decía es que todo esto lo estoy viviendo, y me emocionaba, y me hacía pensar bueno es que no somos los únicos, aunque a veces nuestro egoísmo nos dice que estamos sufriendo pero realmente todos lo estamos padeciendo, incluso unos más que otros que han perdido familiares o han quedado con consecuencias después de estar enfermos. Entonces esta lectura al saber que yo lo estaba viviendo me hizo pensar que todo iba a estar bien, fue un alivio porque el autor hasta lo último te da ánimos, e hizo clic conmigo.

También el libro de “El murmullo de las abejas” que habla sobre una gripe, y todas estas emociones de que fallece la gente por falta de medicamentos, y entonces al leer esto me hacía subir el ánimo y bajar mi ego de sentir que yo estaba sufriendo muchísimo. Fueron lecturas en el momento perfecto.

Pregunta 11:

El libro de “Despejarse sin anestesia” de Walter Riso, porque soy una persona muy apegada muy afecta a las personas, una persona que necesita el apapacho y en determinado momento del encierro me vi muy vulnerable y débil, y este libro me hizo ver que todo eran apegos... al dinero, a mi pareja, al trabajo. Y fui descubriendo que lo mío era puro apego a las cosas y que por eso me entraba mucho miedo, por ejemplo, a pensar que mi novio me iba a dejar porque no nos íbamos a ver en mucho tiempo. Este libro fue un alivio y hasta el día de hoy comprendo las consecuencias que implica apegarte a las cosas y las personas.

Pregunta 12:

Han sido influencias en su mayoría positivas, si acaso de manera negativa han surgido comentarios de mi mamá de que deje de gastar tanto en libros, porque a veces me paso y no mido mi adicción a comprarlos, pero de manera positiva es que igual mi mamá cada que platica con sus amigas les dice que a mí me gusta leer mucho, y he creado un impacto con gente directa, por ejemplo, una sobrina de 13 años que me pide recomendaciones, y con mi novio que ya empezó a leer este año.

Pregunta 13:

En la forma en la que yo me desarrollo dentro del trabajo, la forma de hablar, de expresarme, porque en mi trabajo tengo que estar haciendo constantemente escritos, entonces también me ayuda en la redacción, en leer más rápido, y de manera directa con otros, tengo una compañera que vio que estaba comprando los libros de novelas eternas y comenzó a comprarlos conmigo, y es algo que me causa mucha satisfacción porque igual va leyendo las recomendaciones que yo le hago.

Pregunta 14:

En la cuestión social se ha hecho más amplio gracias a las redes sociales, porque hay gente que al igual que yo quieren leer más, y voy conociendo personas que comparten el mismo interés que yo.

Pregunta 15:

Si participo en reuniones que descubrí en pandemia, encontré un club de lectura que encontré por Facebook, pero ahí solo comentaban por escrito sobre el libro, pero sin reunirse, y de ahí en Instagram me encontré esta comunidad, donde de hecho el primer club que descubrí precisamente fue contigo, y aunque no sabía cómo eran fue una experiencia totalmente diferente porque hizo que tomara más tiempo para leer, y el hecho de ver

como organizan las lecturas conjuntas, el tipo de libro que escogen, la organización del día y la hora, o cuando va a estar la escritora, hacen que la emoción por el club sea más, y hacen que uno como lector le encante, porque puedes compartir tus pensamientos, tus conclusiones con personas que tienen el mismo fin que tú.

Pregunta 16: Ha surgido la adrenalina de escuchar a todos, de poder hablar, la felicidad, la alegría, han surgido dudas y placer al escuchar a más personas y tener la oportunidad de compartir las emociones, han sido emociones totalmente positivas, ninguna negativa.

Entrevista 2:

Pregunta 1:

Fue muy difícil a inicio porque yo iba terminando de estudiar, entonces fue un cambio súper radical porque terminé la escuela en línea, no tuve graduación, cena, y fue un cambio extraño que todos los proyectos se vinieran abajo. y también la adaptación al trabajo en casa, porque yo estudiaba fuera y de pronto llegar y convivir con mis hermanos, mi familia fue difícil el acoplamiento por diversas cosas, pero ya con el paso del tiempo me fui acostumbrando. Al inicio no sabía qué hacer y fue cuando comencé a leer, porque ya estaba de ociosa, me sobraba tiempo y solo estaba con mi celular sin poder salir, entonces volví a leer.

Después de dos años ya me siento más relajada, más acoplada, con la capacidad de aceptar mis emociones, valorarlas y expresarlas.

Pregunta 2:

Buscaba actividades que hacer, antes pintaba y ya no lo hacía, entonces lo retomé, igual la lectura, tome cursos de bordado, pero sobre todos los libros que volvieron a entrar a mi vida radicalmente y me ayudaron a sobrellevar todo.

Pregunta 3:

Para mí leer es adentrarse a un mundo diferente, descubrir nuevas cosas, aprender algo que desconozco, leer es una distracción una pasión, es algo que me ayuda a sobrellevar mi vida social, emocional, me ayuda a transformarme, a descubrirme, redescubrirme y ver quien soy en realidad. La lectura es un ancla que me pone ante la vida persona y me hace conocerla.

Pregunta 4:

Inicialmente fue desde niña, mi mamá me leía cuentos antes de dormir, mi papá siempre ha sido de contarme historias, me regalaban libros infantiles, en la primaria me gustaba ir a la biblioteca porque en casa no tenía más que los de mi papá, pero ellos son docentes entonces había libros de educación, pero no infantiles, así que iba a la biblioteca y me gustaba estar rodeada de libros y poder decidir cuál leer. Desde niña la lectura siempre fue parte de mi vida.

4.1:

Fue un cambio radical para todos, porque yo leía en solitario, conocía muy pocas personas que leían, solo algunos amigos de la secundaria o la prepa, pero en realidad no tenía un cómplice, y a raíz de la pandemia descubrí los clubes de lectura, me gustó conocer más personas, incluso de diferentes edades pero que le gustaban los libros como yo, y esto transformó todo, mi contexto, mi día, mi vida, ya no leía en solitario porque ya tenía cómplices.

4.2:

Mis emociones cambiaron ahora me siento feliz, acompañada, querida, tranquila, y por eso abrí mi propio club de lectura, porque esto ha sido una terapia para mí. Son emociones agradables.

Pregunta 5, y 5.1

Hubo un cambio radical, por ahí del 2011 fue cuando yo comencé a leer más, pedía prestado y buscaba libros gratis en internet, en ese entonces mi máximo al año eran 15 libros, de ahí fue subiendo hasta 30 en un año, pero de ahí en la universidad deje de leer como por 4 años, no sabía organizar mi tiempo, nada de lo que leía me atrapaba, entonces antes de la pandemia no estaba ya leyendo, si acaso 3 o 4 libros al año, y de ahí en agosto del 2020 comencé a leer de nuevo y leí 30 libros, pero solo leía solo un libro a la vez, y en el 2021 leí 80 libros, aprendí a leer más cosas, y a leer varios libros al mismo tiempo, pero todo esto surgió por la pandemia, ahora ya se organizar mis tiempos, valorar la lectura, sobre todo los audiolibros. Y no sé si vuelva a leer esa cantidad, pero disfruto mucho mis lecturas.

Pregunta 6:

Elijo los libros al azar, por los clubes de lectura, por recomendación, reseñas que veo en Instagram.

6.1:

Mis lecturas son muy variadas, me gusta la ficción, no ficción, lo romántico, las novelas, ficción histórica, el thriller.

Pregunta 7:

Los libros han tenido un impacto de transformación, de conocerme mejor, de valorarme, de conocer que me gusta, aprender de mí, pero también aprender a los demás, me gusta escuchar las opiniones de las personas, ver lo que piensan y lo que yo pienso, conjugar las opiniones, conocer otros puntos de vista, contextos. Ha cambiado mi forma de pensar, de ver el mundo, y ver que no estoy solo yo en el mundo.

Pregunta 8:

Sí, demasiado, por ejemplo, si yo empiezo a leer algo que por ejemplo que esté hablando de un feminicidio y si en ese momento estoy pasando por una situación personal, no puedo seguir el libro y lo dejo por un momento hasta que me sienta con la capacidad de leerlo, y entonces elijo leer algo más relajante o leer sobre un tema totalmente diferente, igual si me siento muy feliz leo algo relacionado.

Pregunta 9:

Recuerdo haber leído en el 2020 “Eleanor Oliphant está perfectamente” fue de los primeros libros que volví a leer en pandemia, y me gustó muchísimo, la historia que da a conocer me dio otra perspectiva de la vida, de la realidad, porque el personaje era una persona solitaria entonces yo estaba pasando por algo parecido al estar encerrada, entonces el que ella conociera su mundo, su realidad, y se conociera a sí misma me dió la pauta para que yo hiciera lo mismo.

Pregunta 10:

El mismo de “Eleanor Oliphant está perfectamente”

Pregunta 11:

El libro de “Persona normal” es uno de mis favoritos, lo leí cuando tenía entre 13 y 14 años, en plena adolescencia y entonces lo sentí más porque el personaje personal tenía casi la misma edad que yo, y entonces me acompañó.

Pregunta 12:

Sí tiene un gran impacto, más a partir de los clubes de lectura, mi familia sabe que me gusta leer, entonces surgen pláticas sobre que estoy leyendo o me piden recomendaciones, y no solo nuclear, incluso mis tíos, y primos, sobre todo en pandemia que comencé a leer más.

Pregunta 13:

Soy maestra de preescolar, pero con mis compañeras de trabajo y supervisora no he tenido ese acercamiento con la lectura, pero con mis alumnos sí, cada día leemos un libro diferente o conteníamos algún libro que dejemos a medias, busco actividades relacionadas a un cuento, escuchamos audiolibros, es 100% un impacto en mis alumnos.

Pregunta 14:

Con mis amigas influye muchísimo a partir de que abrí el club de lectura y que comencé a promocionar libros, participan, leemos lo mismo, platicamos, y ellas han encontrado el gusto por la lectura.

Pregunta 15:

Si participo muchísimo en clubes de lectura, y sobre todo en este último año yo creo un 90% de mis lecturas fueron así y el 10% fueron porque yo quise leer de manera individual, entonces sí participé en unas 70 reuniones de lectura como mínimo, llegué a estar por mes en 6 o 7 clubes de lectura.

Pregunta 16:

Surge la amistad, el compañerismo, alegría, satisfacción, entusiasmo por encontrarnos y no sentirme sola.

Entrevista 3:**Pregunta 1:**

Para empezar antes de la pandemia yo padecí depresión y ansiedad generalizada que me duraron muchos años, así que apenas me estaba recuperando cuando empezó esto, entonces para mi estar lejos de todos, de la gente que me podía recordar cosas malas, y poder estar en mi casa encerrada me ayudó, tuve más tiempo para sanar, y también los libros me ayudaron mucho porque leía más, y a través del bookstagram comencé a tener más interacción con escritores y gente que comparte el mismo interés por los libros, pero el problema fue cuando me enferme de COVID, y me tuve que encerrar pero ahora sintiéndome mal, porque sí me dio muy fuerte aunque no llegue a estar en el hospital, y el hecho de ahora estar encerrada pero sin energía y sin ganas de nada me volvió a afectar, entonces me afectó emocionalmente, más presión, me sentía pesimista, y veía todo muy negativo, aunque los libros me seguían ayudando. Y aun meses después del contagio sigo lidiando con esa recaída que me hizo sentirme de nuevo a como estaba antes de la pandemia.

Pregunta 2:

Retomé algunos hábitos que había dejado, como escribir, ya tengo libros publicados, a leer más, e igual comencé a bordar de nuevo porque en secundaria lo había dejado.

Pregunta 3:

Por el hecho de lo que yo estaba viviendo de ansiedad y depresión, para mi leer se volvió un escape, ponerme a leer me hacía olvidarme de todo lo demás, así que leer era mi refugio de todo lo que me pasaba y hasta la fecha sigue siendo mi lugar seguro.

Pregunta 4:

En mi casa veía libros en repisas altas desde muy chiquita, aunque no sabía que decían se me hacían muy bonitos, y cuando empecé a leer me fue gustando, comencé con cuentos, pero fue hasta los 13 años que comencé a leer mucho más.

4.1:

Sinceramente no recuerdo de donde sacaba tantos libros por leer antes de pandemia, pero ahora que abrí mi cuenta en bookstagram mi lista de libros aumentó, sobre todo porque ahora me envían libros gratis por mi cuenta, así que siempre tengo que leer.

4.2:

Primero déjame decirte que soy una persona muy sensible, siempre lo he sido y siempre me han dicho por qué lloras cuando lees, cuando ves perros en la calle, etc., pero a mí nunca me ha dado vergüenza que me vean llorar, entonces cuando en un libro hay una escena muy emotiva me pongo a llorar, porque siempre han sido mi refugio y me adentro mucho en las historias, las llevo a sentir de manera muy directa.

Pregunta 5:

Sí existe el cambio de que ahora leo más, porque antes a veces leía una semana y de ahí ya no leía nada, porque antes no tenía tantos libros, antes compraba libros en la feria de libro de mi ciudad, pero cada año, es decir, mis compras eran cada varios meses, no los adquiría muy seguidos, aunque sí leía mucho en digital hasta que me comenzó a dar migraña, así que antes leía de vez en cuando, pero ahora con bookstagram leo más porque consigo más libros, veo más reseñas, es más frecuente.

5.1:

Hace poco estaba haciendo mi comparación en goodreads, en el 2020 leí 50 libros, en el 2021, 57 libros, y antes de pandemia en total había leído 100 libros, pero a lo largo de mi vida aproximadamente del 2012 al 2019, antes de pandemia leía a lo mucho 20 libros y ahora en pandemia comencé a leer muchísimo más. Porque antes era un hobby que hacía de vez en cuando y ahora es un hábito.

Pregunta 6:

La selección de un libro es tal cual lo que me dé la gana en el momento, desde ficción hasta romance.

6.1:

Precisamente hace unos días me puse a acomodar mis repisas de libros y me di cuenta de que tengo muchos libros de fantasía, y romance son los que más leo.

Pregunta 7:

Como ahora leo más, siempre tengo un libro en las manos, ya me acostumbré a estar siempre leyendo, entre mis clases, cuando tengo un tiempo libre, ya no veo series porque hago la comparación de cuánto tiempo me voy a llevar viendo todos los capítulos y mejor prefiero invertirlo en lectura.

Pregunta 8:

Sí, pero no siempre, es que a veces no me doy cuenta de cómo me va a dejar el libro, por ejemplo, estaba leyendo un libro que se veía bonito, romance tranquilo y terminé llorando mares, lo que sí hago es que cuando estoy desanimada, o ando deprimida elijo leer romance, o lecturas ligeras.

Pregunta 9:

Hay un libro que se llama “La propuesta”, es de romance de época, y me ayudó a calentarme el alma, dejándome una influencia positiva cuando andaba desanimada.

Pregunta 10:

Yo tiendo a meterme mucho en los libros para escapar, así que todos los libros que leí me ayudaron a adaptarme y refugiarme, aunque hay un libro que precisamente se llama “Cuarentena” y habla sobre la situación que estamos viviendo, la autora cuenta su experiencia, y aunque mi mamá me decía que no leyera eso, se me hizo interesante leer su perspectiva, fue un libro diferente que me hizo sentirme acompañada, y leer a otra persona que estaba pasando por mi sentir.

Pregunta 11:

Sí hay libros que siempre recomiendo a mis seres queridos, un libro que llegó en el momento indicado cuando no iba con la intención de comprarlo, se llama “Descubre la alegría que llevas dentro” cuando lo compré yo estaba en un proceso de cambio de medicamento, y en el cual me sentía como desquiciada porque estaba con un medicamento que no me estaba funcionando que me hacía sentir todo y nada a la vez, y aunque el libro trae temas que no tenían que ver conmigo como divorcio, pero sí había otros que me mostraban perspectivas diferentes, salidas a lo que estaba viviendo, porque es un libro como muchos tips y meditaciones que puse en práctica porque yo me quería recuperar, marque muchas partes del libro y recurría mucho a él, era como mi biblia en ese momento.

Pregunta 12:

Con mi familia hubo dos etapas, al inicio cuando yo quería más libros, porque yo soñaba con tener una librería, comencé a hacer mi biblioteca en casa, comencé con un libro que compré en una feria de libros, pero como no tenía tantos. leía mucho en pdf, pero mis papás me regañaban por estar mucho tiempo en el celular, y ellos querían que dejara de leer porque me lastimaba la vista, pero en navidad me regalaban libros, hasta que llegó una etapa en la que me los comencé a comprar yo, y ya no me decía, nada, pero actualmente ya me pregunta por lo que leo, incluso a veces mi papá los lee.

Pregunta 13:

No trabaja actualmente.

Pregunta 14:

No influye mucho porque de mis amistades cercanas casi nadie lee, más que una, por eso me cree la cuenta en Instagram, porque las personas cercanas, por lo contrario, tratan de convencerme de que leer es aburrido, pero ya en bookstagram he descubierto amistades que tienen el mismo gusto que yo, y podemos platicar de libros.

Pregunta 15:

Participé en retos de 24 horas leyendo, pero lecturas en conjuntas no por qué no me puedo atener a sus horarios o los términos que implica un club de lectura.

Pregunta 16:

Antes de la página, era una lectora en solitario, y a partir de la cuenta de bookstagram me siento más acompañada. En diciembre tuvimos 2 reuniones, lo organicé con una amiga, y me sentí muy emocionada, feliz, se me hace muy bonito.

Entrevista 4:**Pregunta 1:**

A nivel emocional a mí me afectó en el miedo, en la parte en la que siento el miedo de que todos los días tienes que estar alerta de todo lo que antes no te preocupaba, un ejemplo muy claro es cuando una tarde tuve que ir por pan, como una semana después de que cerraron todo, fue una sensación muy extraña de ver todo vacío, sin carros, sin ruido, y por otra parte me daba miedo caminar cerca de las personas, porque tengo perros entonces yo seguía saliendo para sacarlos a caminar, pero tenía miedo de contagiarme, de contagiar a mi mamá, a mis hermanos, y entonces fueron creciendo muchos temores, incluso cuando salía a caminar y veía que alguien venía de frente a mí, me cruzaba a la otra banqueta, o me alejaba lo más que podía. Era una sensación de cansancio por todo lo que tenía que hacer, lavarme las manos a cada rato, no tocarme la cara si salía, llegar y lavar todo lo del súper, incluso lavar mi carro cada que salía, hubo momentos de llanto, de desesperación, de frustración.

Pregunta 2:

Sí, para empezar yo me tuve que mudar con mi mamá para ayudarla si necesitaba algo, así que comencé a vivir con mi hermana y mi mamá, adoptamos noches de juego, de rubik, maratón, loterías, damas chinas, que eran actividades que no hacíamos desde que éramos niñas, empecé a acomodar todo lo de la casa, a pintar paredes, cambiar cortinas, a arreglar muebles que eran cosas que nunca había hecho, comencé a pintar la cómoda, decorarla, y todo eso me hacía estar ocupada, independientemente del trabajo, eran mis hobbies, igual el salir a caminar con mi perros.

Pregunta 3:

Para mí leer significa liberación, cuando lees te desprendes de angustia, desasosiego, temor, cuando lees te vas a otra parte, cuando lees puedes llegar a conocer todo el mundo sin salir de tu casa, puedes estar leyendo un libro sobre la historia de Israel, y puedes conocer sus costumbres, las calles, te lleva a otro mundo. El meterte en la lectura es como si el mundo a tu alrededor dejara de existir por ese tiempo, y solo te concentras en la historita, y entonces toda tu depresión, tristeza, angustia se va porque estás concentrada en algo que no es tu propia vida, porque estás viviendo el libro que es muy distinto a tu realidad.

Pregunta 4:

Viene por mi familia, mi mamá y mi abuela eran grandes lectoras, en mi casa siempre hubo libros desde clásicos hasta el más pop, pero había libros prohibidos que mi mamá no me dejaba leer a mis 12 años, recuerdo mucho “Los renglones prohibidos de Dios”, “Vagabunda” y “La muerte de Artemio Cruz” y yo me metía al baño a leer 2 o 3 páginas a leerlos a escondidas, y ahí empezó aún más mi curiosidad por los libros, pero mi mamá siempre nos regalaba libros, así que creo que fue por imitación al ver a mi mamá, a mi abuela, porque te juro que si yo me leo 40 libros ellas se leían 80, ellas hasta el momento no perdonan un momento sin leer. Luego en la escuela me gustaban mucho las materias de Historia, Ciencias sociales, español, Literatura eran donde yo siempre sacaba dieces, pero Matemáticas, Física, etc. Apenas y pasaba con seis, sietes, porque me gustaban las clases donde tenía que leer. Yo comencé a trabajar en las ferias a los 16 años, así que comenzaba a gastar mi dinero en discos, y libros. Entonces siempre estuve rodeada de libros, a modo de enciclopedias, revistas, libros, cuentos, etc.

4.1:

Surgió un cambio porque yo no tenía club de lectura, porque antes no me sentía capaz de llevar un club de lectura, en el aspecto de que no soy maestra de Literatura, ni conocimiento, pero en esos momentos de pandemia me metí a dos clubes de lecturas, pero no me gustaron las dinámicas, entonces decidí hacer mi propio club, y comencé a meterle más tiempo y dedicación a mi cuenta de Instagram.

4.2:

Fíjate que en 2020 no pude leer, tuve un bloqueo lector muy intenso y muy frustrante porque venía leyendo 50 o 60 libros cada año, y de repente llega la pandemia y solo leí 25, no podía leer, no me concentraba, y por más que buscaba libros, mi cabeza andaba en otra parte, y yo supe de personas que precisamente en pandemia encontraron el gusto por la lectura, pero en mi caso fue lo contrario, entonces me puse a ver tv, a ver series. Y ya después, cuando las emociones y que las cosas comenzaron a normalizarse, que el mundo comenzó a tener un respiro, comencé a leer, y fue ahí cuando la gente comenzó a escribirme de porque no habría un grupo de lectura, pero yo les decía que no sabía, no sabía si estaba preparada para estar conectada en zoom a las 9 de la noche, era mucha responsabilidad, y sumado a que mi cabeza estaba al pendiente de la situación, entonces toda mi energía estaba concentrada en sobrevivir, y comencé a tener mucho trabajo, me dedico al marketing, y muchos de mis clientes me comenzaron a solicitar redes sociales porque no tenían estas nuevas herramientas que la situación les exigía, entonces yo estaba ocupada de 8 de la mañana a las 10 de la noche. Pero ya en octubre del 2020, surgió la idea del club.

Pregunta 5:

Después de la experiencia que tuve en los clubes me di cuenta que yo quería algo más, quería saber el trasfondo de la historia, y fue cuando yo hablé con un amigo de abrir un club de lectura, porque él es maestro de Literatura, y era lo que yo quería, un análisis literario, saber el por qué, cómo, dónde, porque yo solía buscar en Google, pero ya con un maestro puedes preguntarle todo, porque por eso estudiaron, tienen esa documentación, te pueden dar más recomendaciones, y así fue cómo surgió el club de lectura, yo lo organizo, y mi amigo da las clases, y claro que cobramos por ello, porque su conocimiento vale, su tiempo vale. Además, todo esto viene desde antes, porque yo tengo la frustración de que nunca pude estudiar Letras porque mi mamá no me dejó, con el argumento de que me iba a morir de hambre, y ya después de adulta surgió la oportunidad de estudiar Letras, pero surgió que justo en ese momento me divorcié, entonces nuevamente se abrió un hoyo negro en mi vida y volví a renunciar a la idea, entonces a través del club esto lo he logrado.

5.1:

Antes de pandemia leía 40 a 50 libros en el año, en el 2020 solo 25 por todo esto del bloqueo de lector, la pandemia, el miedo, la frustración, el trabajo, hasta agosto donde volví a retomar la lectura y ya en 2021 leí 60 durante el año.

Pregunta 6:

Es por los que tengo en espera, muchas veces es por la influencia de otras personas, pero actualmente igual es por los clubes, porque bueno tenemos un club donde se dan las clases y se paga, y hay otro donde está abierto a todo público, entonces ahí van surgiendo las lecturas.

6.1:

Por lo general 99.99% son novelas, no leo novelas de autoayuda o no ficción, no me llaman la atención, y si tengo algunos, pero no me encantan leerlos, a mí me encanta la novela.

Pregunta 7:

Con todo esto que te he contado te puedo resumir que los libros han tenido un impacto positivo no solo en pandemia, sino en toda mi vida, siempre han estado para mí.

Pregunta 8:

Mis emociones no influyen en la selección del libro, más bien elijo y de ahí surgen mis emociones. El libro es una apertura a temas incómodos, temas duros y a partir de que lo estoy leyendo empiezo a experimentarlo todo.

Pregunta 9:

Hay un libro que se llama “Tiempo regalado” de Andrea Köhler, y aunque es un libro chiquito de 150 páginas, se ha vuelto mi libro de cabecera, y justo habla de la espera, un tema que fue determinante en esos momentos, como cuando empiezas a esperar resultados y la espera termina cuando te dan el diagnóstico ya que de ahí viene la liberación o el suplicio, o como es el caso, la espera a que se termine la pandemia, y es un libro que habla de la espera, la liberación, la libertad.

Pregunta 10:

“Tiempo regalado” es comparable con el tiempo que se ha padecido la pandemia, todo su proceso de esperar a ver en que acabará, por lo tanto, para mí este libro, es una joya.

Pregunta 11:

El libro de “La historia interminable” de Michael Ende, siempre ha tenido una respuesta en mí, en mis 30 años que llevo leyendo recurro siempre a él, en cualquier circunstancia que suceda, puedo ir, abrir una página

del libro y encuentro una respuesta a cualquier tema, a cualquier problema. Me parece impresionante la fuente de sabiduría traducido a una historia como esa.

Pregunta 12:

Influye en que puedo hablar de libros con mi mamá, con mi hermana, porque siempre han sido parte de nuestras vidas, entonces es algo que tenemos en común y que nos unen.

Pregunta 13:

Aunque mi trabajo es de marketing, ahora el mantener el club de lectura es parte de ello, el crear contenido, publicidad, buscar autores, todo esto es posible por los libros.

Pregunta 14:

Con mis amigas más cercanas tenemos un club de lectura, pero también a través de las redes sociales han surgido más amistades, personas del otro lado del mundo con las que puedo hablar de libros.

Pregunta 15:

La primera vez que me integre a un club de lectura fue en el 2020, pero como te comentaba, no me gustó el enfoque o la manera de llevarlo y fue a partir de agosto cuando surgió la idea de abrir uno propio.

Pregunta 16:

Emociones de empatía, es bastante gratificante y enriquecedor culturalmente. El poder escuchar a otros, compartir opiniones, referencias, pero sobre todo las clases de literatura es lo que más disfruto, el aprender a lado de otros lectores.

Entrevista 5:

Pregunta 1:

Lo principal que nos ha afectado a todos es el aislamiento, estamos acostumbrados a interactuar con gente, y al estar 24 horas sin ver a nadie, si te pega en tu ritmo de vida, incluso en el ambiente laboral estás acostumbrado a interactuar con personas, y al estar aquí solo con la misma cantidad de responsabilidades sientes la soledad, porque ya no sales y no ves a nadie, entonces el aislamiento es lo que más resentí, porque en mi trabajo estamos en home office, desde marzo del 2020.

Pregunta 2:

La lectura era un hábito que tenía súper abandonado, pero lo reanude a raíz de la pandemia, con el tiempo extra que tenía dije ahora es cuando puedo leer, participar en clubes de lectura, y también adapte el ejercicio en casa ya que yo era de ir diario al gym antes de la pandemia, pero sobre todo fue retomar la lectura.

Pregunta 3:

Yo creo que leer es la oportunidad de vivir otras vidas, de sentir con otra piel, de experimentar otras historias que no me van a tocar vivir al menos con los libros clásicos, entonces puedes experimentar a través de los personajes, viajar, sentir la empatía, y vivir todas esas situaciones que en tu vida diaria no surgen.

Pregunta 4:

Fíjate que no recuerdo cual fue mi primer libro, pero sí recuerdo que desde chiquita me gustaban los libros, y posteriormente cuando me hicieron el examen vocacional, surgió licenciatura en Derecho y era una carrera que te exigía leer y creo que por eso nunca se me hizo pesada la carrera porque a mí me gustaba leer.

4.1:

Positivamente, me trajo la oportunidad de conocer autores, participar en clubes de lectura, conocer a lectores de otros estados.

4.2:

La pandemia nos quitó muchas cosas, pero también nos trajo otras, si yo me pongo a pensar, antes de pandemia no me imaginaba conocer a algún autor, y ahora todo esto es posible a través de reuniones virtuales, esto me causa mucha emoción, euforia, ilusión

Pregunta 5:

Antes de pandemia era más como un gusto, pero no era algo frecuente, y actualmente vivo más las lecturas, es un hábito que ya no puedo soltar.

5.1:

Antes de pandemia leía de 3 a 5 libros al año, no leía tanto porque estaba absorta por la rutina, y lo que solía leer era más por trabajo, y en el 2021 leí 35 libros, y me metí como a 3 o 5 clubes de lectura.

Pregunta 6:

Tengo una wishlist interminable de libros, y por otra parte tengo anotado los libros clásicos que quiero leer en algún momento de mi vida, también me guio por las recomendaciones de amistades, y a raíz de la cuenta de bookstagram voy leyendo otras recomendaciones.

6.1:

Soy víctima de los best seller, pero realmente estoy abierta a cualquier posibilidad como novela histórica, clásicos, romance, ficción.

Pregunta 7:

Sin duda los libros me hacen sentirme mucho más acompañada, el leer en conjunto y conocer más personas, vino a resolver y complementar el hecho de que me sentía sola, y al descubrir toda una red de personas que están leyendo conmigo me ayudó mucho.

Pregunta 8:

Sí, definitivamente, creo que el año pasado tuve una época en la que estuve leyendo muchos libros de la Segunda Guerra Mundial los cuales son muy tristes, cuando uno lee ese tipo de libros termina muy afectado y justo en esa época en mi vida personal estaba atravesando una situación difícil, así que definitivamente sí creo que los estados de ánimos me llevan a elegir los libros, si me siento feliz quiero leer un drama, o romance.

Pregunta 9:

Lo primero que se me viene a la mente es el libro de la hija de Ángeles Mastretta “Todos los días son nuestro” justo cuando iba saliendo de una relación amorosa, y me cayó como anillo al dedo, me ayudó a conectar con esas emociones, a revivir todo eso que estaba por debajo de la superficie y fue un libro que me vino a decir que aquí no se acaba todo, que la vida sigue.

Pregunta 10:

Sí “Persona normal” la última versión que trae los capítulos extendidos, donde te muestra cómo se adaptan los personajes a esta nueva realidad, fue un ejemplo para mí con la pandemia, me hizo sentir empatía.

Pregunta 11:

No leo tantos libros de autoayuda, y los libros que leo de ficción suelen estar muy alejados a una realidad próxima a la mía, pero sí hay libros que me han ayudado a reflexionar sobre mi vida, mi propia historia, por ejemplo, los libros de “Nadie nos vio partir” y “Los abismos” no sabía que los necesitaba hasta que los leí, me movieron mucho, y me identifiqué.

Pregunta 12:

Yo creo que de alguna manera sí los he influenciado y motivado a leer, tengo un hermano chiquito al que continuamente le estoy diciendo que agarre un libro, y en mi familia siempre me ven leyendo, o les pido que me tomen fotos leyendo para la cuenta de bookstagram, me pregunta sobre lo que voy leyendo.

Pregunta 13:

En el trabajo no nos vemos, entonces no todos están enterados de que leo, pero sí hay algunos amigos del trabajo que me siguen en la cuenta de bookstagram, y me llegan a preguntar.

Pregunta 14:

A raíz de la pandemia y de que cree la cuenta de bookstagram fue creciendo mi círculo de amistades, sobre todo por los clubes de lectura entonces constantemente estamos hablando de libros.

Pregunta 15:

Partípe aproximadamente como en 25 reuniones en el último año, es muy enriquecedor escuchar diversas opiniones, además de sentirte acompañado en las lecturas, y eso me motiva a ir cumpliendo mis retos de lectura. Estoy muy agradecida de todo esto que surge a raíz de los libros, incluso ahora a veces yo organizo lecturas conjuntas.

Pregunta 16:

Surge en un primer momento el compañerismo porque hay un montón de afinidad entre todos los que compartimos la lectura, hay empatía porque en las mismas reuniones hay personas que se abren a contar cosas personales, te tocan fibras sensibles, y difícilmente no habría podido llegar a esa meta de libros leídos, sino hubiera sido por los clubes de lectura, porque sí te motivan a no abandonar la lectura.

Entrevista 6:**Pregunta 1:**

Al inicio fue mucha confusión sobre que iba a pasar, me dedico a ser docente así que cuando llego la primera noticia de la suspensión de clases estaba yo en la escuela, y justo unos días antes estuvo lloviendo mucho aquí en Baja California, así que de por sí ya llevaba 3 días sin clases y justo cuando sucedió el aislamiento mis alumnos no estaban en la escuela, yo sí por trabajo pero me sorprendió y me decía cómo voy a dar clases, cómo continúo, deje un proyecto a medias, entonces fue que nos dijeron que sería todo virtual, y era algo que me aterraba mucho, porque en mi casa es obligatorio que se grabaran las clases y me daba miedo que se perdiera la interacción con los alumnos, o que surgieran burlas, etc. Sentía la incertidumbre, no quería, me resistía, me frustré, y se vinieron algunos problemas por ejemplo mi computadora era muy viejita, y me fallaba la conexión, los papás se comenzaron a quejar, y sentía que ya no podía con todo, llegue a llorar hasta que fui buscando soluciones. Y por otro lado el estar lejos de mi familia, el no poder estar alrededor de más personas también lo extraña.

Pregunta 2:

Sí, fue justo en la pandemia cuando descubrí lo que era el bookstagram, porque en ese tiempo vino una chava a mi ciudad que explicaba que era el booktube, y aunque ya tenía mi cuenta personal desde el 2019 decidí abrir una cuenta especial para los libros. Se volvió un pasatiempo el estar compartiendo cosas de libros.

Pregunta 3:

Para mí leer es un gozo personal, es algo que hago porque lo disfruto realmente, algo que a veces también me ayuda a comprender otras realidades que son muy ajenas a mí, en mi círculo social no hay mucha diversidad, pero a través de los libros me he acercado a realidades que si no fueran por ellos no las hubiera conocido.

Pregunta 4:

Cuando era pequeña en mi casa nadie leía porque eran caros, pero cuando fui a la preparatoria una maestra me pidió leer un libro, y fue mi pretexto para decirle a mis papás que me lo tenían que comprar, luego comencé a hacer mis prácticas profesionales y con el dinero que me daban me compraba mis propios libros, y poco a poco me fueron gustando más, pero no fue hasta la pandemia donde realmente comencé a leer más.

4.1:

Comencé a leer muchísimo, aunque me gustaba leer no pasaba de 10 libros al año, no diversificaba lo que leía porque no conocía a gente que leyera, mis amigas no leen, entonces no tenía con quien hablar de eso hasta que comencé en bookstagram, y pase de leer solo a Stephen King y Murakami a muchísimos otros escritores y géneros.

4.2:

Antes leía más terror porque me gustaba el suspenso que me hacía sentir, también leo muchos mangas porque los disfruto mucho, me hacen reír, me hacen pensar en mis alumnos.

Pregunta 5:

Comencé a leer más géneros, otros autores, conocí a través de bookstagram a otras personas que también suben sus reseñas y hablan de libros, y definitivamente he leído más que antes.

5.1:

En 2019 me puse como meta leer 12 y leí 29, entre cuentos y mangas, en 2020 me puse como meta 24 libros y leí 35 en el año y en el 2021 me puse como meta leer 36 y leí 64 libros, considero que leí más por estar encerrada, y ahora a donde vaya, igual llevo un libro.

Pregunta 6:

Ahora que estoy más en bookstagram le he agarrado gusto a los retos lectores porque me sacan de mi zona de confort porque me hacen leer cosas que no conocía, o también selecciono un libro por la recomendación de otras personas, igual si leí algo de un autor y me gustó, continúo leyendo de ese escritor.

6.1:

En general me gusta mucho el contemporáneo, las historias entre más realistas, y lo que menos me gusta es la fantasía medieval, ni ciencia ficción. Y este año quiero leer más literatura asiática.

Pregunta 7:

Ha sido muy positivo para mí, porque, aunque yo no convivo con mucha gente sí me siento parte de algo, el hecho de saber que en bookstagram hay un mundo de lectores con los que puedo compartir.

Pregunta 8:

Sí, hay veces que digo no quiero leer este libro porque me voy a deprimir, o a veces la misma lectura hace que me vaya acordando cosas de que no recordaba, por ejemplo, en diciembre leí "Tokio Blues" y no recordaba que la primera vez que lo leí fue cuando mi papá recién falleció, y volví a recordar el duelo que viví.

Pregunta 9:

Hay un libro que se llama “La banda de Zoe” lo compré pensando en mis sobrinos, pero se me hizo muy bonito, y me hizo sentir feliz, me hacía sentir ternura, los chistes que tiene, entonces en ese momento me hicieron olvidarme de todo.

Pregunta 10:

Uno más reciente fue “Locamente millonarios” me encantó tanto que me sumergí por completo en la historia, me hizo viajar a través de la historia y desconectarme de la situación que estaba pasando de ansiedad, de encierro, de que no podíamos ir a ningún lado.

Pregunta 11:

Yo diría que “Tokio blues”, lo leí cuando falleció mi papá y como era un libro que trataba de duelo, me ayudó en esos momentos que yo estaba viviendo, y aunque la historia habla de muerte por suicidio, yo me identificaba en los sentimientos, y el trasfondo de la pérdida.

Pregunta 12:

Nadie lee en mi familia, a excepción mía, tampoco saben cuánto leo, pero sí trato de influir en mis sobrinos más pequeños, siempre les regalo libros para que ellos vayan agarrando el hábito de la lectura, porque sé que mi hermano y mi cuñada no va a salir ese gusto, entonces yo trato de cubrir esa parte en ellos.

Pregunta 13:

Con mis compañeros no, sé que algunos leen, pero casi no me relaciono con ellos, yo casi no estoy en la escuela, pero con mis alumnos sí, les comparto lo que voy leyendo, sobre todo porque comparto el gusto del anime con ellos, así que vamos leyendo juntos y hacemos reseñas.

Pregunta 14:

Con la pandemia fue cuando más comencé a leer, pero por el mismo tema no he visto a mis amigos, pero en bookstagram he descubierto personas que comparten el mismo gusto que yo.

Pregunta 15:

A veces entro en lecturas conjuntas, pero como en algunos clubes son por telegram que son mensajes, casi no me involucro en el chat, pero sí me gustan los clubes y su dinámica.

Pregunta 16:

Me gusta escuchar a los demás, y darme cuenta que cada quien tiene perspectivas diferentes, o que a veces tenemos las mismas ideas, entonces cuando estoy ahí me divierto, me gusta mucho la interacción.

Entrevista 7:**Pregunta 1:**

Al inicio yo pensé que sí iba a ser como nos decían en marzo, pensé que iban a ser solo dos semanas y lo vi de manera positiva porque mi trabajo me queda a dos horas, entonces lo vi como una manera de trabajar más cómoda, pero al final no fueron así, trabajaba más tiempo porque me auto exigía mucho, no tenían tiempo para mí, ni para mi esposo, ni para nada. Después falleció mi abuelito, aunque no fue de COVID, pero ese fue el gran parteaguas en mi vida porque fue cuando de plano mis emociones se vieron totalmente revueltas, y deje de dedicarle tanto tiempo a mi trabajo porque me di cuenta que la vida era muy corta, así que comencé a dedicarle más tiempo a mis propios proyectos, pero se me junto todo con la pandemia, así que comencé a sentirme frustrada, quería salir de mi casa, ya no quería estar encerrada, comencé a sentir ansiedad y esa ansiedad se convirtió en problemas con mi peso y muchas otras cosas. La pandemia ha sido muy dura para mí,

pero también muy buena, porque si no hubiera sido por ella no estaría dedicándole tiempo a mis proyectos personales.

Pregunta 2:

Aprender de todo, siempre había querido meterme a los cursos de crejana, escritura creativa, hacer videos en YouTube, podcast, comencé con tiktok, comencé a escuchar los audiolibros cuando antes decía que no porque prefería los libros en físico, pero al probar cosas nuevas terminen amándolos, y actualmente es lo que más consumo en lectura.

Pregunta 3:

Para mi leer es escapar, totalmente, creo que la lectura nos da la oportunidad de vivir cosas diferentes sin salir de tu casa, tú puedes estar en tu sillón, pero tu mente está en un reino que a lo mejor no conocías y nunca te hubieras imaginado, entonces para mí la lectura es un escape, es una manera en la que se pueden expresar muchas cosas, es una manera de ver el mundo, de entenderlo y es una manera de viajar.

Pregunta 4:

Inició desde muy chiquita, yo me crié más que nada con mi abuelita y mi tía porque mis papás trabajaban, entonces un día mi tía compró una serie de 12 libros de Disney y ellas me lo leían, entonces ahí comencé a familiarizarme con la lectura, aunque mi abuelita ya era lectora, a mí no me tocó verla leyendo tanto, y ya después en la primaria yo era de esas niñas que no ponían atención a las clases porque yo agarraba el libro de lectura de la SEP y me perdía leyendo las historias una y otra vez. Pero el día que en verdad inicio todo fue cuando estando en primaria, llegaron los de la SEP y pusieron una mini biblioteca en el salón, y ahí me encontré un libro de gatitos “El misterio de los hijos de Lua” y no podía dejarlo, ahí comenzó el gusto por leer, de ahí paso un tiempo y mi papá se volvió muy lector, pero de libros de negocio, superación personal y yo lo veía, hasta que un día llegó “Crepúsculo” a mi vida en pdf, y ahí me obsesione, después de esa saga leí Los juegos del hambre, Harry Potter, y ya no pude dejar los libros por 3 años, y de ahí hubo una temporada en la que yo me mude a Monterrey y deje de leer tanto, hasta que deje de leer totalmente por un año.

4.1

En la pandemia fue justamente cuando retome el gusto por la lectura, porque antes de pandemia estaba leyendo muy pero muy poquito.

4.2:

Vivo la lectura con más tranquilidad, antes como no tenía tiempo me desesperaba cuando veía las páginas de los libros, a veces me saltaba las páginas y ahorita me doy el tiempo de leerlo con calma, baje mi ritmo de presión y he encontrado tiempo para leer en cualquier momento, con los audiolibros incluso puedo estarme lavando la cara y estoy escuchando la historia, entonces es sobre todo el tiempo que tengo ahora, y aprendí a darle el espacio a la lectura dentro de mi rutina.

Pregunta 5:

Como te decía antes de pandemia casi no leía, por la universidad, por el trabajo por la vida personal, entonces cuando llegó la pandemia y comencé a sentirme ansiosa, que mis emociones se revolvían la lectura fue ese escape que yo necesitaba en ese momento, y también fue cuando surgió la cuenta de bookstagram que es un gran impulso para leer.

5.1:

En el 2017 no leí nada, en el 2018 comencé a leer un poquito, como 3 en el año, en el 2019 leí 5 libros y en la pandemia del 2020 leí 100 libros, todo esto también fue por haber abierto bookstagram, fue un cambio brusco.

Pregunta 6:

Me encantaría decir que soy organizada, pero no, para elegir tengo un reto de doce libros para el año, pero siempre termino leyendo otra cosa, también me guio por las recomendaciones de bookstagram, goodreads, y tiktok. Pero en general varía mucho el cómo elijo mis lecturas, incluso puede ser por las portadas o las reseñas. El cómo vivo la lectura es tratando de darle más tiempo a la lectura, ahora subrayo los libros a manera de hacerlos más míos, hago notas dentro del libro y cuando lo termino paso a hacer la reseña.

6.1:

Lo que más leo actualmente es thriller, terror, misterio, pero también me gusta mucho el realismo mágico, por eso me gusta leer novelas latinoamericanas, también me gusta leer ficción y estoy tratando de leer no ficción para crecer personalmente.

Pregunta 7:

El impacto que han tenido es impresionante, creo que los libros me han ayudado a salir de lo que hago cotidianamente, el cambio que hay antes y después de ellos, el poder compartirlos en canales digitales, los libros cambiaron lo que quería hacer antes de pandemia y lo que deseo hacer ahora. Ahora mi mente esta en hablar de libros, leer más, conocer más personas que leen como yo, mi vida cambio totalmente en esta pandemia gracias a los libros.

Pregunta 8:

Sí al 100% hay veces no quiero leer libros que me hagan sufrir, a veces necesito algo más light, a veces llego a un punto de bloqueo lector y necesito algún manga que sea más rápido, una novela gráfica, para qué cuando termine sienta que culmine algo. Igual cuando voy a salir de mi casa tengo que llevar un libro rápido que me permita estar alerta, en las noches a veces necesito leer suspenso o hay días en los que quiero sentir que mi corazón se hinche de amor y leo algo de romance.

Pregunta 9:

Sí, en octubre me encanta leer libros de terror porque me gusta sentir ese miedo de la fecha y comencé a leer “El resplandor” y sí, me pasó que me hizo sentir muy asustada. Y actualmente estoy leyendo “La selección” quería algo tranquilo, light y decía, necesito algo que me de paz, tranquilidad, para iniciar el año de esa manera, y estarlo escuchando en audiolibro me hizo sentir así.

Pregunta 10:

Hay un libro que me ayudó a manera de que me hizo asustarme y obligarme a seguir las reglas de la pandemia, se llama “Survivor” de Paul Temple y justo ese libro habla de una pandemia, y la protagonista pasa por lo mismo que nosotros estábamos pasando, así que me hizo seguir las reglas. Pero en general todos los libros del 2020 me ayudaron a sobrellevar la situación, al estar leyendo todo el tiempo me olvidaba de lo que estaba pasando allá afuera.

Pregunta 11:

Sí, durante la pandemia cuando falleció mi abuelito, fue un pico de trabajar hasta las 11 de la noche a pasar a incluso, no cumplir con el trabajo, pero fue porque comencé a enfocarme en mis propios proyectos, y hubo un libro que se llama “Libera tu magia” y que me ayudó a recuperar mi creatividad, me cambio mi pensamiento en mil cosas, y sigue siendo un libro al que recurro constantemente. Ese libro marca un antes y después en mi vida.

Por otra parte, en mi adolescencia viví cosas muy fuertes y los libros juveniles como Crepúsculo, Harry Potter, me ayudaron mucho a no perderme en mis pensamientos, podría decir que todos esos libros fueron mi escape y me salvaron de mi misma.

Pregunta 12:

Con mi esposo puedo contarle lo que pasa en los libros, se involucra en la historia, y comenzó a llamarle la atención la lectura, a mi mamá le regalé un libro, pero solo lleva la mitad, pero sí tiene interés en la lectura, pero la más influencia es mi hermana de 12 años más chica que yo, antes decía que le aburría leer porque en la escuela lo ponían con obligación, pero un día me vio leyendo un manga y a partir de ahí comenzó a leer por gusto.

Pregunta 13:

Sí ha habido influencia con dos personas, hay una chica que me dijo que le gustaba leer pero que lo había abandonado por mucho tiempo, y yo organicé una lectura y ella se unió. Hay otra chica que siempre le dice a los demás de mi cuenta de bookstagram, y de que me gusta la lectura entonces ella me sigue en la cuenta y se involucra.

Pregunta 14:

Mi círculo social en su mayoría son lectores, aunque solo leen uno o tres libros al año, y aunque no leemos lo mismo sí podemos llegar a hablar de lecturas y compartir esas diferencias.

Pregunta 15:

Sí participo en reuniones de lectura, en tu club y en otros, pero todo esto lo descubrí a raíz de que abrí bookstagram, comencé participando con la intención de conocer a los escritores, y la primera vez que entre a una reunión estaba muy nerviosa, pero fue una cuestión muy emocionante cuando comenzamos a presentarnos, hasta que entramos en confianza y comenzaba el debate sobre el libro, terminé fascinada porque me di cuenta que la lectura no tenía por qué ser en solitario habiendo tantas personas que también les gusta leer, y he aprendido mucho de ellos, de sus opiniones. Y las reuniones con escritores hasta el momento recuerdo sus palabras.

Pregunta 16:

Me da una sensación de felicidad, porque te das cuenta que no estás sola, me siento reconfortada, me gusta saber que puedo hablar de libros con más personas, se me abrió un mundo de saber que hay otros leyendo lo mismo que yo, he tenido la oportunidad de conocer personas de otros países, Colombia, Argentina, me da nervio y emoción de saber que en cada reunión es aprender algo nuevo, es una forma de comprender el mundo.

Entrevista 8:**Pregunta 1:**

Emocionalmente fue muy retador desde que inició todo, yo estaba viviendo en Playa del Carmen, allá trabajaba, pero todo comenzó a cerrar y la mayoría que estábamos allá nos quedamos sin trabajo, fue muy frustrante, y caótico sobre todo porque yo estaba viviendo sola, manteniéndome sola, mi familia vivía en otro estado, entonces comencé a sentirme estresada de no tener ese ingreso económico, y terminé por volver a Veracruz a casa de mis papás. De marzo a octubre fue cuando fue más duro para mí, comencé a tener duelos, en el sentido de la pérdida de trabajo, termine mi relación, regrese a casa de mis papás, entonces todo esto fue muy pesado para mí. Luego el hotel donde trabajaba volvió a abrir después de ese periodo y pude volver, y poco a poco fui adaptándome a toda esta nueva normalidad.

Pregunta 2:

De hecho, en esos 3 años que yo llevaba viviendo y trabajando allá, y en ese periodo dejé la lectura a un lado, y al llegar la pandemia y estar confinados, sin poder salir, comencé a leer de nuevo, les pedía recomendaciones a mis amigos más cercanos, y también comencé a hacer ejercicio durante la mañana.

Pregunta 3:

Mi definición de leer ha ido cambiando, cuando era más chica para mí leer era curiosidad, querer saber de qué trataban los cuentos, ver las imágenes y actualmente la lectura para mí es como esa manera de seguirme nutriendo, son nuevos conocimientos, en cada historia nueva encuentro algo que incorporar a mi vida, nuevas ideas, nuevos pensamientos, es una fuente de conocimiento en general.

Pregunta 4:

Siempre regreso al punto en el que nació mi gusto, estaba yo en el kínder y recuerdo mucho que mi papá... leía mucho el periódico, y había ciertas horas en las que lo hacía y a mí me daba mucha curiosidad verlo leyendo tan concentrado, él me leía el periódico y mi mamá se dio cuenta de esa curiosidad, y creó un sistema de tarjetas con todas las sílabas, iba creando palabras y poco a poco comencé a leer, cuando salí del kínder ya sabía leer más o menos, y en la primaria había una biblioteca pequeña en el salón donde nos permitían llevarnos un libro a la casa, y ahí me fue naciendo el gusto por la lectura.

4.1:

Al principio fue como por hacer algo con el encierro, y justo di con el libro de Persona normal por recomendación de una amiga estando en Playa del Carmen, y ese libro me dio otras recomendaciones de libros, y comencé a buscar más y más. Comencé a intercambiar libros con mis amigos con los que estaba confinada, y también fue una manera de conocer un lado que no conocía de ellos.

4.2:

Como antes de la pandemia no estaba leyendo por el trabajo, el tiempo y todos esos cambios, ya estando en pandemia los libros fueron una manera de estar a gusto dentro de la casa, tenía una terraza donde disfrutaba leer mucho, comencé a ver mi casa como algo más que un lugar al que llegar a dormir después del trabajo, lo convertí en un lugar más agradable gracias a la pandemia.

Pregunta 5:

Precisamente eso, de que comencé a leer cuando ya no lo hacía, y me permitió acercarme a mis amigos de un modo que antes no conocía, de algunos no sabía ni que les gustaba leer.

5.1:

En el periodo de la universidad y los 2 años que trabajé en Veracruz, sí leía un poquito más, como 4 o 6 libros al año, pero del 2017 al 2020 no leí nada, que fue el periodo en el que llegué a Playa de Carmen y por cuestión del trabajo no tenía tiempo, y prefería salir a conocer otros lugares, y ya en pandemia que comencé a retomar la lectura, me di cuenta que estaba leyendo un montón, de marzo a junio ya lleva 10 libros, y en total en el 2020 leí 33 libros, y en 2021 fueron 30. Mi cuenta personal de Instagram donde subía fotos mías, de los lugares que visitaba se fue convirtiendo en bookstagram porque desde el 2020 solo subo fotos de libros.

Pregunta 6:

Mi selección de libros es ir leyendo lo que me resuena en algo que esté viviendo en el momento, o si otros libros recomiendan algún otro, y a raíz de la pandemia he escuchado más podcast y de ahí también tomo recomendaciones, también por lo que van leyendo las personas que sigo en bookstagram. También influye el formato, a veces leo en digital porque es más barato o hay libros que sí deseo leerlos en físico, así que eso también me lleva a seleccionar libros específicos.

6.1:

Puedo leer novelas, ficción, pero últimamente he estado leyendo libros de no ficción, de superación, de meditación. Libros que puedo poner en práctica. Entonces normalmente leo 2 libros a la vez de temas diferentes, un libro de ficción y otro de no ficción para no saturarme.

Pregunta 7:

Siento que los libros me han impactado porque he estado leyendo temas de cosas que me hacen ruido en la vida real, que me ayudan en lo que estoy pasando, y quisiera tener más tiempo y dinero para poder leer más, pero los que he leído me han ayudado en todo este proceso de saber qué quiero, qué me gusta, de descubrir nuevas cosas, ideas y posibilidades.

Pregunta 8:

Sí, de repente hay momentos en los que me siento un poquito más perdida o que no tengo claras mis ideas de hacia dónde voy, y en esos momentos me llaman la atención libros con esa temática, de cómo esclarecer ciertas cosas, historias donde los personajes estén resolviendo una situación similar a la mía.

Pregunta 9:

En su momento comencé con la curiosidad del tema espiritual, y en ese momento por recomendación de un amigo leí “Siddhartha” de Hermann Hesse y con ese libro hice clic enseguida, justo cuando estaba pasando por un tema similar de que no sabía lo que quería hacer con mi vida, y ese libro fue mi guía.

Pregunta 10:

Hay un libro con el que pude identificar lo difícil de la situación y el gran reto que iba a suponer la pandemia, fue “Ensayo sobre la ceguera” fue el tercer libro que leí cuando inicio la pandemia, y justo habla de un tema muy parecido, de ayuda colectiva, de pandemia, y fue un libro que me hizo un clic muy fuerte, pese a que fue escrito hace muchísimos años, se relacionaba con lo que actualmente estábamos viviendo.

Pregunta 11:

De hecho fue justo en los meses de octubre-noviembre del 2020 cuando regrese a Playa del Carmen, me encontré con el podcast de “Se regalan dudas” y las chavas lanzaron el libro con el mismo nombre, que está escrito a bases de preguntas y respuestas, dejaron un espacio para que tú como lector pudieras escribir tus respuestas, entonces hablaban de temas de duelo, y adaptación que era justo lo que yo estaba viviendo, de adaptarme a una nueva vida, nuevos compañeros, nuevo departamento, entonces ese libro me acompañó durante todo ese proceso de adaptación y aceptación.

Pregunta 12:

Es algo curioso porque en estos dos años que retomé la lectura, sí estuve unos meses en Veracruz con mis papás, pero como tal en mi núcleo familiar no les estaba influyendo de lleno porque yo no estaba cerca, pero mis primos, tíos, mi mamá, sí me siguen en la página de libros, pero no leen lo que yo leo.

Pregunta 13:

Con mis compañeros de trabajo sí hablábamos de libros, nos intercambiábamos lo que íbamos leyendo, entonces había un tema en común del cual hablar además del trabajo.

Pregunta 14:

Con mi círculo de amistades es donde hubo más influencia, con la mayoría sí he podido hablar de libros, prestarnos libros, entonces con ellos sí hubo esa empatía por los libros.

Pregunta 15:

Cuando surgió mi cuenta de bookstagram fue donde descubrí los clubes de lectura, y me di cuenta que había todo un mundo de gente que le gusta leer, y fue justo con tu cuenta cuando entre a un primer club de lectura en enero del 2021, y quede encantada de poder conocer a un escritor, platicar con él, me pareció increíble tener esa oportunidad.

Pregunta 16:

Al inicio era muy tímida, entonces la primera emoción que experimente fue de timidez, de nervios al ver tanta gente que ya leyeron el libro y de estar con el escritor, y comencé a escuchar sus opiniones, sus perspectivas, pero me sentía muy emocionada de estar ahí, admirada de todo.

Entrevista 9:**Pregunta 1:**

Ha sido complejo, trabajaba en la universidad, tenía varios proyectos, era free lance, y comenzaron a pasar muchos decesos, y justo en la pandemia surgió una nueva oportunidad que era trabajar en un hospital privado, pero nunca imagine lo que esto podía llegar a afectarme, yo trabajaba en el área administrativa de un hospital, en recepción, comencé a sentir angustia, y mucho miedo porque a mí me tocaba recibir a los pacientes con posible COVID, hacer el papeleo de ingreso, pero de verdad era impresionante porque no duraban mucho, fallecían uno tras otro, y ahí es donde comienza la incertidumbre de querer saber que iba a pasar a continuación, porque cada día se intensificaba el COVID, por lo que solo dure 4 meses ahí, pensé en los pros y contras, yo estaba poniendo en riesgo a mí familia al estar ahí, y había otro problema, que el jefe que en ese momento estaba a cargo no seguía las reglas, nos ponía en riesgo a todos, en esos meses que estuve ahí también fallecieron dos compañeros de trabajo, y comencé a padecer ataques de pánico, de no saber ¿Dónde estaba?, ¿Qué estaba haciendo?, lo sobrelleve con mi psicóloga, con terapia, medicamento y sobre todo con los libros, comencé con la “La sombra del viento”, busque más libros, seguí con “Los 3 mosqueteros” pero empecé a tener bloqueo de lector, empecé a no entender nada, aún con los audiolibros, la situación me estaba sobre pasando, y fue por eso que decidí dejar el hospital. Y justo cuando renuncié comencé con una gripe atípica, que tarde casi dos meses en reponerme de ella, y para ser sincera hasta el día de hoy los sabores no me saben igual, así que yo pienso que esa gripe fue más bien COVID. Deje de trabajar y enfocar me más en casa.

Pregunta 2:

Retomé la lectura, descubrí los audiolibros, los escuchaba porqué al intentar leer un libro me bloqueaba, no podía ver una hoja, sin decir que es esto, las letras se me hacían feas, en casa empecé a llevar una vida movida, ahora hacia el super, hacia ejercicio, intentaba mantenerme ocupada en todo momento. En agosto después de un año me vuelve a hablar mi jefa de la universidad para empezar con nuevos proyectos, y fue en ese entonces cuando comencé con los clubes de lectura, las comencé a intercalar con mis actividades diarias, así que definitivamente algo que sí me ha dejado la pandemia es eso, la lectura y los clubes.

Pregunta 3:

Es una actividad muy personal, privada, dónde tú incorporas tus conocimientos previos y tus emociones en ese instante de la vida, cada libro tiene su forma de movernos, de cambiarnos, de mandarnos mensajes en un momento determinado. Leer es apropiarte de experiencias donde otros te están contando algo, pueden ser divertidos, ligeros, de historia, hay libros de todo tipo. Disfruto mucho lo histórico, hacer comparaciones entre la Segunda Guerra Mundial, la Conquista Española, etc. Me gusta descubrir como vivía la gente en otras épocas. Para mí leer es conocer, reinterpretar, incorporar.

Pregunta 4:

Mi gusto por la lectura surge a los 5 o 6 años, yo tenía un maestro de primaria que nos incitaba a leer, escribir y él me inspiró a hacer cuentos, en ese entonces yo tenía cuentos infantiles muy ligeritos, pero yo creo que el gran parteaguas que desarrolló mi vida como lectora fue “Harry Potter” cuando tenía como 14 o 15 años y desde ese entonces lo he leído constantemente, incluso llegué a aprender inglés solo porque los libros tardaban mucho en llegar a México traducidos y mi necesidad de leerlos hizo que aprendiera a leer en inglés, soy de la generación que esperó saliera cada libro, tanto que hizo que le metiera la velocidad por aprender el inglés.

4.1:

El gusto por la lectura siempre ha estado, en mayor o menor medida, pero siempre ha estado, pero ahora con la pandemia tuve más tiempo para leer porque comencé a organizar mis tiempos, mis rutinas, y eso hizo que llegara a leer hasta 140 libros en el 2020.

4.2:

Emociones fuertes, los libros me pueden hacer enojar, sentir horror, pero no los dejo de leer porque me acercan a las emociones que los escritores querían plasmar. Para mí la literatura son viajes gratis a cualquier lugar y eso fue lo que me salvó de volver a caer en una depresión, en los ataques de pánico. Siento que hemos cambiado los ritmos de vida, antes trabajabas muchísimas horas, y no te dabas cuenta de que no te dedicabas tiempo a ti misma, entonces los libros llegaron para decirnos que a todo hay que darle su lugar y su momento.

Pregunta 5:

Antes de que llegara la pandemia yo me negaba a leer literatura fuerte como “Salvar el fuego” de Guillermo Arriaga que nos habla de una sociedad rota, una sociedad necesitada, tampoco leía libros incómodos como los de Lilita Blum, entonces comencé a leer nuevos autores, nuevos temas, descubrí a Fernanda Trías, Fernanda Melchor, Guillermo Arriaga, me interesé por los thrillers, cambiaron mis intereses.

5.1:

Lo que yo recuerdo es que leí 30 libros en el 2019, luego en el 2022 después de todo lo que tuve que pasar para darme ese tiempo a mí misma logré leer 55 libros, y en 2021 sí considero que incluso me sobre pase porque leí 140 libros, y todo esto también es por los clubes de lectura.

Pregunta 6:

Puede ser por diferentes maneras, muchas veces es por lo que seleccionan los clubes de lectura, a través de bookstagram, por las reseñas, por lo que otros recomiendan, me dan ganas de leerme todo lo que veo, y otras veces me dejo llevar por las portadas.

6.1:

Leo de todo un poco, libros clásicos, literatura contemporánea, ficción histórica, me gustan los libros sobre la cultura asiática, e incluso llego a leer lecturas infantiles.

Pregunta 7:

Me ha ayudado a exteriorizar mis emociones y a comprender a las personas, a tener empatía y no ser indiferente a lo que estamos viviendo. Jamás hubiera imaginado que podría leer 140 libros en un solo año.

Pregunta 8:

Fíjate que yo soy feliz con lo que leamos en el club, hace 3 meses leímos “Postales del este” y fue un reto enorme, porque hablaba de la Segunda Guerra Mundial, y la matanza de judíos en campo de concentración, y

me hizo experimentar muchas emociones de lo que los mismos personajes estaban viviendo, y lo que nosotros estamos pasando por pandemia.

Pregunta 9:

Sí, un libro fue “Lo que no tiene nombre” me hizo comprender lo que la gente estaba pasando, el sufrimiento a raíz de la situación, de darme cuenta que un día podemos estar y al otro día ya no.

Pregunta 10:

Creo fue el “Murmullo de las abejas” porque hablaba sobre una situación muy similar a la que estábamos viviendo, también el libro de “Mugre rosa” porque son situaciones muy fuertes que se conectaron con lo que estábamos viviendo.

Pregunta 11:

El año pasado, tuvimos pérdidas que fueron avasalladoras y me di cuenta que no pude llorar porque estaba en estado de shock, tarde como 3 meses en poder llorar esa pérdida, entonces uno de los libros que me ayudó a hacer catarsis fue “Lo que no tiene nombre” de Piedad Bonnett, ese libro a que parece inofensivo me mostró cómo cada persona vive el duelo de manera diferente, donde todas las emociones se conectan a flor de piel, donde el dolor de ella es tu dolor donde yo no lo podía expresar, pero conecte con su dolor, casi similar a lo que vivimos en pandemia.

Pregunta 12:

Ha impactado en el sentido que ahora pienso antes de hablar, reflexiono lo que voy a decir cuando estoy con mi familia, cuido mis palabras que antes no hacía, reacciono de la mejor manera posible ante situaciones difíciles, porque la lectura me ha enseñado todo este universo de los seres humanos es complejo, de hacernos consciente de la realidad del otro.

Pregunta 13:

En el trabajo no comento nada sí no hay un aporte positivo, gracias a los libros soy más empática con lo que viven los demás, evito ser imprudente, los libros me han dado esa oportunidad a ser mejor en mi trabajo y con los demás.

Pregunta 14:

Mi círculo de amistades se amplió gracias a los clubes, he conocido personas de diferentes estados e incluso de diferentes países, y me gusta sentir esa libertad de compartir con ellos lo que vamos leyendo.

Pregunta 15:

A través de Instagram fui descubriendo un mundo nuevo donde hay muchísima gente que le gusta leer, descubrí los clubes de lectura e incluso ya tuve la oportunidad de reunirme con un grupo aquí en la Cd. D México, he creado lazos que quizás antes de pandemia no me hubiera imaginado conocer.

Pregunta 16:

Descubrí qué hay más personas que les gusta la lectura, y aunque cada quien tiene gustos diferentes podemos hablar de ciertos libros, con respeto, intercambiar opiniones, motivarnos a leer más, es muy padre tener esta oportunidad y que todo surja gracias a los libros.

Entrevista 10:

Pregunta 1:

Cuando inicio la pandemia sufría muchos ataques de ansiedad, al grado que me arañaba los brazos en un rincón mientras lloraba y sentía que no podía respirar, angustia de qué se fueran a contagiar mis papás, que,

pues en cualquier momento alguien podría ya no estar, y el dolor que podría causar. Esa incertidumbre que se apoderó los primeros meses de la pandemia, ya después, bueno sí nos vamos a quedar meses encerrados vamos a aprender algo o adquirir más conocimiento o hacer algo que me aporte y ya fue cuando conecte con la lectura.

Pregunta 2:

Recuerdo que empezaron las clases en línea, empecé a estudiar más, eran tardes muy largas dentro de casa, terminaron las clases, comencé a tomar cursos, y entonces llegaron de nuevo los libros a mi vida, empecé a releer libros que ya tenía, y fui adquiriendo más. También comencé a hacer deportes en casa.

Pregunta 3:

Para mí leer significa poderme abrirme un portal, leer me lleva a otros lugares, me hace ver nuevos puntos de vistas, nuevos panoramas, o conocer un escritor a través de sus letras, siento algo maravilloso, siento una conexión con los escritores como si fueran mis amigos, como si lo escribieran para mí, leer es un portal.

Pregunta 4:

Ya había un hábito de lectura, pero en la pandemia se fortificó. Yo creía que había surgido en la secundaria, pero leí un libro que se llama “Momo” que desbloqueó un recuerdo de que como a los 4 o 5 años y yo estaba en mi cuarto de juegos y mi mamá tenía una enciclopedia que le regaló su mamá que era muy antigua de color verde que estaba muy fea, que no me gustaban los dibujitos, pero me llamaba la atención los datos que tenía y yo agarraba el libro a escondidas porque creía que no lo podía agarrar, y entonces lo leía junto con mi hermano. Ya en el 2012-2013 junto con la secundaria se puso de moda la literatura juvenil, como “Crepúsculo”, “Divergente” y para ponerme en sintonía con mis compañeras que ya leían, comencé a leer para tener un tema de conversación con ellas. Y en mi casa mi padre estaba estudiando su licenciatura y lo veía muy metido en los libros para presentar su caso, y agarré uno de sus libros el de “Doctor House”, que tenía unas palabras rarísimas de medicina y a la fecha agarré el libro y sigo sin entenderlo, luego empecé a compartir libros con una amiga, libros juveniles, y ahí fue donde ya no pude dejar los libros.

4.1

Cuando salí de la secundaria, entre en la vocacional y me gustaba ir a la biblioteca por el silencio, pero no leía, cuando entre en el poli deje la lectura a un lado, y cuando llegó la pareja empecé con un novio que le gustaba leer, y en parte ahí surgió mi interés de volver a leer, sumado a que tenía que estar encerrada, así que comencé a leer de 5 páginas, luego 20, luego 100 hasta que me convertí en una lectora.

4.2

Asombro y curiosidad porque dentro de la lectura hay otros mundos, y es asombroso poder entrar a esos mundos, sumergirte en las letras y olvidarte por ese momento de la existencia del COVID.

Pregunta 5:

Es que fue un cambio total, antes de la pandemia yo ya no leía nada, estaba concentrada en estudios y otras actividades, a lo mucho leía 1 libro por año, si acaso, pero cuando inició la pandemia puedo decir que fue cuando descubrí mi lado lector. Se fortificó el hábito por la lectura.

5.1:

Antes de pandemia leía 1 libro al año a lo mucho, y ya en el 2020 leí 35 libros a partir de que inició la pandemia, y para el 2021 leí 69 libros entre lecturas en físico, lectura digital y audiolibros.

Pregunta 6:

Para decidir que leer me guio de cómo está mi estado de ánimo, del cómo me siento en ese momento, procuro buscar lecturas de niños o novelas cuando estoy sin ánimos. También depende de lo que haya en la escuela,

tengo que combinar la lectura con ello porque llevo 2 carreras, entonces también procuro que mis lecturas tengan que ver con ellas, o ir las combinando. Cuando estoy leyendo es maravilloso la forma en la que conecto con el libro, como lo disfruto, como voy avanzando con la historia y que muchas veces lo disfruto tanto que no quiero se terminen, hay historias que me dan ganas de abrazar a los personajes, de llorar con ellos, y ya cuando estoy por terminar el libro espero a que este todo en silencio, estar sola para ese momento en el que me despido del libro, luego hago una reseña en bookstagram y también en mi diario de lecturas.

6.1:

Ficción histórica, libros de literatura para atrapar o enganchar otras personas, y este año leí sobre todo lectura para niños.

Pregunta 7:

Un impacto enorme porque antes me daban ataques de ansiedad y con los libros supe aprender a manejarlo también con terapia pero los libros me ayudaron a distraer la mente, me a echo más amable, más tolerante, no como antes, que los trataba mal, ya me gusta más platicar con mi mamá, con mi papá, ya no le estoy recriminando cosas a mi novio, ya a los amigos no es de estar tomando, fumando, conocer nuevas personas, me ayudaron a subir la autoestima y entendí que tratar mal a la gente está bien y que hay que tolerarlos.

Pregunta 8:

Mi estado emocional definitivamente sí influye para elegir un libro.

Pregunta 9:

“Persona normal” de Benito Taibo, me acuerdo que yo estaba muy mal, triste porque había estado en una relación que se terminó, entonces yo quería un libro que me distrajera y me hiciera llorar y reír, entonces lo escuché en audiolibro, y me comenzó a gustar tanto que lo tuve que comprar en físico, me provocaba muchas risas, alegría, que me hizo olvidarme de esa tristeza por la que yo estaba pasando, así que ese libro fue maravilloso, fue un refugio para mí.

Pregunta 10:

Sí, “El murmullo de las abejas” de Sofía Segovia, que precisamente habla de la gripa española y lo mismo que te dice el libro, es lo mismo que nosotros estamos viviendo, y de hecho cuando estuve en la reunión con la escritora ella nos decía que ese fenómeno se repite cada cien años, y se me quedo muy grabado, entonces ese libro lo relacione totalmente con lo que nosotros estábamos viviendo cuando inicio la pandemia.

Pregunta 11:

“La sociedad literaria de pastel de piel de patata de Guernsey” por Mary Ann Shaffer y Annie Barrows, el cual habla de una mujer que investiga sobre una isla, y las personas de la isla le contaban que ellos, que estuvieron prisioneros en la segunda guerra mundial, reclusos por los soldados, y entonces emocionalmente yo ya comenzaba a extrañar a mis amigos, y en esa lectura la autora va plasmando a través de cartas como se sentía a sus amigos que estaban lejos de la isla, y entonces yo tomé esa idea del personaje y comencé a escribir un diario personal de cómo me iba sintiendo desde que inicio la pandemia, todas mis emociones, lo que yo extrañaba e iba sucediendo en mi vida, y hasta el momento llevo dos diarios, uno personal y otro de lecturas.

Pregunta 12:

Digamos que ahí va, mi mamá no lee, pero sí he logrado que lea, aunque sea un libro infantil se llama “Mexicanas que hicieron historia”, y mi hermano ya comienza a preguntar por recomendaciones, lo toma de mi librero y los lee, y mi papá ya de por sí lee.

Pregunta 13:

Este año comencé un club de lectura para niños, y surgió porque mi dentista en una consulta comenzó a preguntarme sobre mis libros, y me dijo que estaría padre que organizara un taller para sus hijas, así comenzó la idea, y como a mí de por sí me gusta la lectura infantil, es algo que disfruto hacer.

Pregunta 14:

La lectura hizo que me alejara de muchas amistades, y acercarme a otras, algunos amigos comenzaron a acercarse a la lectura. La verdad es que la lectura sí me hizo cambiar de perspectiva, entonces comencé a alejarme de personas que no me aportaban nada, y ahora tengo amigos que me piden recomendaciones para comenzar a leer, y aparte por bookstagram comencé a conocer a mucha gente que le gusta leer, y de ahí han surgido amistades maravillosas.

Pregunta 15:

Mi primera reunión fue contigo, con el libro “Salvar el fuego” fue una experiencia inolvidable, me encantó muchísimo, disfrute la plática entre lectoras, el conectar con ellas y escuchar diversos puntos de vistas. Yo jamás creí que hablar de libros podría ser divertido, pero me di cuenta que sí. También tuve la oportunidad de estar en una reunión con el escritor Benito Taibo y fue padrísimo.

Pregunta 16:

Como la reunión es en línea es muy agradable porque estás desde la comodidad de tu casa, es muy divertido todos los puntos que hay, cada persona es un enigma, el significado que le dan a la lectura es tan diverso, y cuando está el escritor en la reunión es increíble que se tome el tiempo de contestar todas las preguntas, es una sensación increíble de saber que formas parte de una comunidad que como tú comparten el mismo gusto por la lectura.

Entrevista 11:**Pregunta 1:**

Yo creo que todos fuimos impactados por la pandemia de alguna manera, yo recuerdo cuando todo empezó por ahí de diciembre del 2019, y lo veíamos como algo muy lejano, algo que no iba a llegar de China a México. Yo trabajo en un departamento farmacéutico, entonces tengo contacto con muchos médicos todo el tiempo, y recuerdo que en enero tuvimos un desayuno para un junta, y surgió el tema y desde ahí comenzaron a decir que nos íbamos a tener que aislar, pero yo lo veía imposible, no daba crédito y desde ahí yo comencé a sentir muchísima ansiedad porque yo tenía que salir a trabajar a campo, visitar médicos, y no me imaginaba haciendo home office, y ya para marzo cuando surge el aislamiento en México me aleje de Facebook porque solo veía teorías de conspiración, y trataba de ocuparme en otras actividades que me distrajera, y yo recuerdo que cada que amanecía decía “ un día más pero cuanto falta” sentía mucha ansiedad, y en abril comenzó el contagio alto y justo en ese mes falleció un médico con el que tenía mucho contacto, con él siempre hablaba de libros y compartíamos lo que íbamos leyendo, y fue cuando me di cuenta que lo que estaba sucediendo era real, y a partir de ahí comenzó a fallecer más gente que conocía y me impresionaba, cuando salía lo hacía con miedo, así que fue una gama de emociones bastante variadas.

Pregunta 2:

Entre las actividades que comencé a hacer fue justo la cocina, en ese año yo cocine muchísimo, cosa que nunca había hecho, igual el ejercicio y aproveche para leer un montón, y encontré un mundo paralelo en Instagram que me mantuvo distraída y ocupada, que es bookstagram, comencé a subir reseñas de libros y conocer el de otras personas.

Pregunta 3:

Para mí leer es una experiencia personal e intransferible. Cuando yo pongo mi opinión sobre un libro, puedo decir que lo amé o que no me gustó, pero no quiero decir que al de alado le cause lo mismo, porque cada libro tiene que ver con nuestra propia historia personal, entonces para mí leer es conocer otro mundo, conocer otras épocas, viajar al pasado, conocer su estilo de vida, la ropa, como hablaban, poder transportarte a esos lugares, es desarrollar esa película en tu mente, y también es un momento de introspección, porque a veces cuando estás leyendo te das cuenta que guarda relación contigo mismo.

Pregunta 4:

Surgió desde que era chiquita, surgió por mi mamá, ella siempre tenía un libro, desde que yo tenía 5 o 6 años, ella nos leía en voz alta, pero no libros infantiles, por ejemplo, nos contó “12 cuentos de peregrinos” de García Márquez, de Ignacio Quiroga, entonces yo crecí con estas historias. En la primaria había talleres para fomentar la lectura, teníamos como una hora a la semana del club de lectura. Las dinámicas variaban conforme la edad, entonces eso también influyó mucho en mí. Claro que conforme crecí hubo momentos en que casi no leí, por ejemplo, cuando mis hijos eran muy pequeños no leía nada, y lo volví a retomar hace 5 o 6 años.

4.1

Me di cuenta que tenía la capacidad para leer a un ritmo de lector acelerado, me percaté que pasaba mucho en redes, y me dije “te estas atrofiando el cerebro” y fue cuando decidí volver a leer.

4.2:

Los libros han sido durante la pandemia cómo un acompañamiento en momentos difíciles, sobre todo cuando tienes que afrontar fallecimientos de familiares, o personas cercanas, siento cada libro como un equivalente a los grupos terapéuticos.

Pregunta 5:

Yo ya leía antes de pandemia, pero lo que cambió fue mi ritmo de lectura, y también el hecho de que ahora ya lo veo como un hábito que llevo para quedarme, este o no la pandemia ya no pienso dejar de leer ahora que ya estoy encaminada en esto, y también la lectura me ha ayudado a canalizar emociones que tenía atoradas, y mostrarme que es solo un mal momento y que eso pasará.

5.1:

Antes de pandemia leía entre 15 a 20 libros al año, y ya en el 2020 leí 48 libros, y este año que acaba de pasar leí 35, bajó mi número porque tuve una pérdida familiar muy fuerte, y no me daba la cabeza para leer, así que estuve como 3 meses sin leer.

Pregunta 6:

Para elegir un libro tengo muchas técnicas, como que soy de las que pica de todo, siempre tengo por lo menos 3 a 4 lecturas comenzadas, yo voy leyendo lo que se me va presentando, a mí me gusta la improvisación, luego por eso soy mala para los clubes de lectura. Y de esos 4 libros, siempre hay uno que me jala más, por eso tengo varios libros, y cuando me estoy quedando sin libros físicos comienzo audiolibros, escucho fragmentos y si me gusta cómo va iniciando, lo compro en físico. Otra manera es que siempre leo mujeres, entonces cuando no sé qué leer, recurro a alguna autora de la que ya haya leído algo antes y que me haya gustado. Y, por último, también me guío de las recomendaciones de otras lectoras en bookstagram.

6.1:

No diría yo que hay un género predilecto, pero sí diría que hay más escritura de mujeres, y por otra parte hay lecturas que te van guiando a otros libros, y así es como voy leyendo. Busco novelas latinoamericanas, los autores masculinos los elijo con más detalle.

Pregunta 7:

Han tenido sin duda un impacto positivo en mi vida, estoy convencida a estas alturas de que uno debe de tener un equilibrio, que así como tenemos responsabilidades laborales, la responsabilidad con mis hijos, sé que también debo buscar espacios para actividades que me llenan, y aunque no obtengo un ingreso monetario de la cuenta de bookstagram, es un hobby que me llena, que me hace sentir feliz poder compartir con otros lectores, hablar de libros, comentar sobre autores, todo el impacto que ha surgido es terapéutico, hay días en que estoy muy cansada por lo que viví en el día, recurrir a los libros es algo que me llena, me da satisfacción y me mantiene en equilibrio para sobrevivir a mi día a día.

Pregunta 8:

Sí, a veces si yo ando bajoneada por “x” motivo, y veo que el argumento del libro es muy fuerte, no lo leo, por ejemplo en estos meses que sí la pasamos muy complicado a nivel familiar, recuerdo que estábamos eligiendo libros para el Guadalupe Reinas, y con una amiga le decía es que no sé qué libro elegir, y yo le decía es que ahorita no quiero leer historias tristes, quiero leer algo lindo precisamente por lo que estábamos pasando en casa, así que definitivamente la selección de un libro coincide con mi estado emocional.

Pregunta 9:

Sí, precisamente en el primer trimestre del año estuve buscando todos los libros que hablaran sobre el duelo, porque la pérdida de la que te he estado hablando, fue el papá de mi hijo más chico, y aunque ya no era mi pareja, imagínate como la pasó mi hijo, así que fue un proceso muy duro, porque mi hijo fue diagnosticado con depresión, así que todas las lecturas que yo busqué durante ese tiempo, fueron referente a las emociones que estábamos viviendo, le pedí sugerencias a la psicóloga y por mi cuenta también, y encontré el libro de Joan Didion, y sus obras se caracterizan por haber hablado de la muerte de su esposo, y a los tres años falleció su hija, entonces comencé a leer sus libros y dentro de ellos daban otras sugerencias, así que todas mis lecturas de esos meses están relacionadas con duelo, pérdidas, con enfermedades emocionales, con salud mental, fui descubriendo lecturas que me fueron acompañando, por eso mi libro favorito del 2021, fue el de Piedad Bonnett “Lo que no tiene nombre” porque es una historia real del suicidio de su hijo, y obviamente con todo el contexto que te acabo de contar claro que fue un libro muy representativo para mí, porque habla del suicidio, del abordaje de la enfermedad, porque la depresión es una enfermedad que quizás no se ve a simple vista, pero está ahí.

Pregunta 10:

Yo la verdad sí evite libros que hablaran sobre el tema de la pandemia, y justo en el 2019 había leído “La peste” que era muy parecido y no lo volvería a leer ahora, leí cosas que, por lo contrario, que me distrajeran de la situación, por ejemplo, leí “Una sensación extraña” de Orhan Pamuk y fue un libro que me impuso por su extensión, pero pensaba, pues si estoy encerrada lo voy a intentar, pero lo amé, y a través de él, de la narración de su historia de vida, fui conociendo Estambul, entonces me mantuvo dentro del libro y me mantuvo ajena a lo que estaba pasando afuera, me permitió viajar a otras realidades.

Pregunta 11:

Yo más bien asocio los libros a manera de “me quiero desconectar de algo” por ejemplo, recuerdo que cuando estaba chica terminé con un novio, y lo que hice fue pedirle a una amiga una recomendación para olvidarme de la situación, y me recomendó leer “Diablo guardián” de Xavier Velazco, y fue un libro que me permitió

romper con la realidad en la que estaba viviendo, así que es mi manera de sobrellevar una situación, leer me permite vivir una realidad alterna y es la forma en la que me ayudan a lidiar con la realidad.

Pregunta 12:

Yo tengo la esperanza que mis hijos les pase de así como yo con mi mamá, que cuando ellos crezcan digan voy a ser como mi mamá y se pongan a leer como locos descontrolados, en la etapa en las que están no es algo que les interese tanto, al menos al que es adolescente, no le llaman los libros, pero al más chiquito, a raíz de lo que pasó con su papá, comenzó a dormir conmigo, y lo que yo hacía era leer en voz alta, no como tal para él, sino simplemente leer para que él se fuera interesando, y por ejemplo estuve leyendo “Tarantela” de Abril Castillo, y de pronto yo dejaba de leer y él me decía “pero ahora que sigue, porque te detienes” y era una forma de hacer que él se olvidara de lo que estábamos pasando. Te digo tengo la esperanza que, así como yo no fumo, ellos no fumen, y así como yo leo, ellos lean. Y luego en otros niveles, por ejemplo, con mi novio, el año pasado él tuvo mucho trabajo, pero estuvo leyendo, no leemos lo mismo, pero siempre lo estoy motivando a que termine sus libros, y con mi mamá siempre platico sobre libros.

Pregunta 13:

Con mis compañeros al menos no influye, pero por ejemplo los audiolibros de coaching me sirven muchísimo, porque lo aplico a mi campo, y no sabes cómo me ha ayudado, ahorita estoy a cargo de un grupo grande y a veces es complicado el manejo de grupos, y antes no me hubiera imaginado estar leyendo este tipo de libros, pero la verdad es que, sí me han ayudado, he puesto en práctica muchísimas de sus técnicas, y en ese aspecto me ayudan en mi área laboral.

Pregunta 14:

Sí, cuando mis amigas quieren leer algo siempre recurren a mí, y luego con mis mejores amigas comenzamos con un club de lectura, leíamos un libro al mes porque yo necesitaba platicar con alguien sobre lo que iba leyendo, por eso las anime, pero resultó que teníamos gustos muy diferentes y solo lo logramos 2 meses con “Las cosas que perdimos en el fuego” y “Fahrenheit” porque no coincidíamos y ahí fue donde comencé con bookstagram por la necesidad de compartir lo que iba leyendo, y ahí me he hecho de amistades virtuales lectoras, con las que sí comento recurrentemente lo que vamos leyendo. Por eso me gusta ese espacio, porque puedo compartirlo con otras personas y coincidir en lecturas.

Pregunta 15:

Sí he participado en clubes, pero no tanto porque soy muy mala siguiendo las lecturas en orden, porque siempre voy leyendo lo que surge en el momento, en el 2020 sí participe más y en el 2021 solo en 2, pero a medias. Igual por mi trabajo es muy difícil coincidir en los horarios de las reuniones, pero sí me ha permitido coincidir con otras lectoras.

Pregunta 16:

Siento mucha emoción de por fin poder hablar con alguien que me entiende, que tiene el mismo gusto que yo.

Entrevista 12:

Pregunta 1:

Primero fue mucha incertidumbre porque acababa de tener a mi bebé, mi niña tenía 3 meses, miedo de saber que le podía pasar, igual a mi hijo, mis papás, así que hice lo que se indicaba, de encerrarnos, y ver qué era lo que seguía, al inicio no lo creía, veía las noticias y pensaba que se iba a acabar rápido, y justo nosotros compramos un viaje para agosto del 2020 a Londres, y mi mamá me decía pero el virus, y yo le decía es que

esto se va acabar porque Estados Unidos no va a permitir que llegue a su territorio, y cuando el COVID llegó a todo el mundo, yo no lo podía creer, estaba incrédula y de ahí vino la incertidumbre y el miedo.

Pregunta 2:

Sí, comencé a estar más tiempo con mis hijos, porque mi bebé ya se iba a ir la guardería y mi hijo a la escuela, pero nos tocó estar en casa, así que comenzamos a pasar más tiempo en familia, empecé a cocinar y precisamente la lectura también.

Pregunta 3:

Para mí leer es tener un tiempo para mí, primero porque soy una persona que está llena de cosas todo el día, con el trabajo de tiempo completo, tengo dos hijos, tengo un marido, una casa, entonces yo necesitaba tener un espacio para mí, y algo que siempre disfrute desde chica fue la lectura, y ahorita que ya tengo 40 años la pandemia me dio la oportunidad de retomar la lectura porque desde la universidad lo había abandonado como por 15 años, igual comencé a hacer ejercicio.

Pregunta 4:

Cuando yo tenía 13 años era un poco diferente a mis amigas, en el sentido de que yo no era popular, y mi papá y una tía leían mucho, entonces siempre había libros en la casa, y entonces comencé con “La historia interminable” de Michael Ende y fue el libro que me dio la pauta para seguir leyendo, ahí comenzó todo.

4.1:

Antes solía leer más clásicos y premios Nobel, y cuando cree la cuenta en bookstagram me di cuenta que hay muchísimos más géneros, autores, todo un mundo que no conocía, y comencé a disfrutar todo el proceso de descubrimiento, el ir a comprar el libro o comprarlo en línea, toda la experiencia, y de ahí tomo mi momento para leer, le digo a mis hijos que es mi momento y me lo tomo, sobre todo en la noche.

4.2:

Cuando leo siento calma, tranquilidad, desapego a la realidad que está sucediendo afuera.

pregunta 5:

Pues para empezar antes de pandemia yo llevaba como 15 años sin leer, desde que entré a la universidad, de ahí como casada, de ahí vinieron los hijos y dejé de darme ese espacio para mí, y con la pandemia surgió la necesidad de retomar, y valorar ese espacio.

5.1:

Antes de pandemia si acaso leía un libro al año, y en el 2020 leí un poco más, porque apenas comenzaba a hacer ajustes en mi día a día para darme ese espacio y para el 2021, leí 40 libros.

Pregunta 6:

La selección depende de si quiero probar algo nuevo o lo que me guste, que es la novela histórica, o clásicos y premios nobel, pero igual por bookstagram me guío de las recomendaciones que veo, disfruto mucho el comprarlos, ya sea que vaya a la librería o los compre en línea. Y de ahí el proceso de lectura depende de lo que este leyendo, hay libros muy fuertes y otros muy ligeros, pero siempre acoplo algo a mi vida, porque eso también pasa con los libros, que terminas relacionándolos con tu historia de vida, todos los libros, aunque no sean del género de autoayuda, terminan por ayudarte en algo, hay libros que llegan por una razón específica.

6.1:

Lo que más leo es Novela histórica, o de no ficción, como antropología, sociología, como “De animales a dioses”, “Sapiens” también las novelas victorianas como “Frankenstein”, “Cumbres borrascosas”, y en sí mis

gustos van variando de acuerdo a la edad, antes leía mucha literatura latinoamericana, Vargas Llosa, Borges, Isabel Allende, García Márquez, y ahorita ya los pausé un poco.

Pregunta 7:

Ha tenido un impacto positivo, porque retomé un hábito y lo estoy llevando a cabo, es un hábito saludable, enriquecedor, ahora soy más constante en leer, y ya me propuse leer, aunque sea 15 minutos al día, y hasta el momento lo estoy haciendo. Sé que, si quiero hacer algo grande después, tengo que iniciar con pasitos pequeños.

Pregunta 8:

Sí claro, por qué a veces me quiero evadir completamente de la realidad y escojo un libro totalmente light, tranquilo, que sea rápido de leer, y otras veces que quiero leer algo más complejo y escojo Nietzsche, entonces todo depende de que humor traía ese día.

Pregunta 9:

“La bailarina de Auschwitz” habla de una sobreviviente y me decía a mí misma que si ella sobrevivió a una guerra, como lo fue la Segunda Guerra Mundial, entonces nosotros podemos sobrevivir a la pandemia.

Pregunta 10:

Diría nuevamente que “La Bailarina de Auschwitz”, ese fue cómo el que más me ayudó a sobrellevar lo que estamos viviendo, y a adaptarnos, otro libro que también me ayudó a sobrellevar la pandemia fue “El Diario de Anna Frank” cómo ella se tuvo que adaptar a un sótano, a vivir solo en ciertos horarios después de haber sido una niña libre, así que es un buen ejemplo de cómo te tienes que adaptar a las circunstancias para sobrevivir.

Pregunta 11:

Creo que el de “La biblioteca de medianoche” precisamente hubo un tema personal con mi familia y conmigo misma, en el que me hizo cuestionarme sobre algo, y decidir si eso era lo que realmente quería, y ese libro me ayudó bastante, me ayudó a analizar la situación desde otra perspectiva.

Pregunta 12:

Influye para bien, por ejemplo, yo siempre quise que mi hijo leyera, pero como que nunca logre que se interesara para leer, pero precisamente el que siempre me esté viendo leer, de pronto él tomo un libro, el de “La fábrica de chocolate” y está encantado, tiene 10 años, pero leemos juntos, nos vamos a un café los sábados por la mañana y compartimos ese momento, y mi esposo nunca ha leído, pero siempre que tenemos alguna situación yo cito los libros y de ahí a veces surge una resolución al problema.

Pregunta 13:

Con mi trabajo no hay una influencia, yo soy ingeniera, pero sí tengo algunos compañeros que se han dado cuenta que leo y me piden recomendaciones, pero es más que nada que un libro me ayude a sobrellevarlo.

Pregunta 14:

Con mis amistades ya me piden recomendaciones, me preguntan que cómo le hago para leer, a las personas que conozco que leen, les ayudo a reseñar sus libros, pero sí, definitivamente platicamos más de libros que antes de la pandemia.

Pregunta 15:

Sí asisto en reuniones, contigo leí “La casa de los espíritus” y en otros clubes leí “Matar un ruiseñor” “La sombra del viento” “Buscando a Jack el destripador” y “El conde Drácula”.

Pregunta 16:

Se siente bien padre, porque muchas veces no hay esa interacción con tu círculo social más cercano, entonces cuando conoces gente que comparte el gusto por la lectura, sabes que puedes tener pláticas enriquecedoras sobre el libro, y que no te sientes ridícula ni juzgada porque tenemos el mismo gusto, y eso ha surgido por la cuenta de bookstagram.

Entrevista 13:**Pregunta 1:**

Primero que nada siento que fue ese contraste de llevar una vida súper ajetreada, con un montón de pendientes del trabajo, porque era muy obsesiva y de pronto vino la calma total, y tenía mucha anergia que tenía que invertir en algo, y los libros siempre habían sido algo terapéutico, y justo cuando comenzó la pandemia entré a una lectura conjunta, sobre el libro “El murmullo de las abejas” y me sentí súper identificada con toda la cuestión de enojarte, sentirte, triste, ansiosa, estresada, yo pase por todo, no sabía que hacer conmigo misma, mes con mes pensaba que ya íbamos a salir de pandemia, y luego mi esposo se contagió y fue muy fuerte vivir esa situación, pero los libros me mantuvieron cuerda, sin ellos no hubiera podido con todas las emociones que estaba viviendo. Dejé de laborar porque yo trabajo en una empresa de giro eléctrico, pero era muy demandante, comencé a sentir mucho estrés, ansiedad, y decidí renunciar porque me estaba arriesgando, mi trabajo no se prestaba para hacer home office, además mi esposo es asmático entonces decidí pasarlo totalmente en casa, incluso teníamos un viaje para nuestro aniversario por Italia y también lo cancelamos.

Pregunta 2:

Como antes era adicta al trabajo, después de renunciar me dediqué a hacer todo lo que no hacía, vi todas las series que pude, vi mangas, anime, comencé con el club de lectura asiático donde definitivamente concentré toda mi energía.

Pregunta 3:

Para mí leer es como ser espectador de muchas cosas, de pronto abres un libro y ya te ponen un mundo que es totalmente diferente al tuyo, y me gusta como el libro te habla de una forma dependiendo de tus vivencias, leer es algo muy bonito porque te conmueve, y te generan emociones, al menos yo soy muy sensible y los libros me hacen sentir todo. Para mí leer es terapéutico.

Pregunta 4:

Mi mamá siempre tuvo libros en la casa, pero libros de adultos, entonces no me tocó leer de niña, imagínate que mi primer libro fue “El perfume” en primero de secundaria, recuerdo que mi escuela estaba en una subida y todo el trayendo me lo aventaba leyendo, de ahí comencé a trabajar en la prepa y comencé a comprarme mis propios libros, pero comencé a leer en mayor cantidad como 5 años después.

4.1:

Antes de la pandemia yo ya tenía muchos libros acumulados sin leer, y justo cuando inicio la pandemia decidí comenzar a hacer lecturas conjuntas, y fue muy diferente, nunca había leído así, acompañada de otros lectores, aunque ya formaba parte de un club de lectura en mi ciudad pero era con personas 20 o 30 años mayores que yo, y cuando comencé con el club de lectura en bookstagram fue muy padre porque comencé a comentarlos con lectores de mi edad, era muy enriquecedor, y totalmente diferente y esto no hubiera pasado si no fuera por la pandemia.

4.2:

No siento que se modifiquen tanto mis emociones porque lo que leo no tiene mucha relación con lo que estamos viviendo con la pandemia. Pero sí creo que a la hora en que te sientes identificado con los personajes, vives sus emociones, si el personaje esta triste, feliz, desesperado yo puedo sentir todo eso.

Pregunta 5:

Yo siempre me proponía la meta de leer 30 libros al año, no me gusta promover la meta de leer muchos libros al año, porque hay veces que cuando lees muchos libros descuidas algún aspecto de tu vida. Puedo leer 30 y si llego a leer más, está bien, pero no me forzo. Y sobre todo, comencé a leer en el club, y compartirlo con otros lectores.

5.1:

Antes de pandemia leía de 30, pero en el 2020 alcancé a leer 60 y algo, entonces sí fue un cambio súper radical, comencé a leer más mangas, lecturas asiáticas, y en el 2021, leí como 55.

Pregunta 6:

Para decidir qué leer. primero me lo imagino, lo saboreo, qué es lo que se me antoja ahora, sobre todo con el club asiático, a mí me pasa que yo me emociono mucho antes de comenzar a leerlo, pero algo que me pasa es que por bookstagram y todas las reseñas que veo, termino por cambiar lo que voy a leer, entonces ahora trato de leer todo lo que tengo pendiente y ya no comprar más libros, porque soy muy acumuladora. Y luego cuando ya lo comienzo, a veces lo leo muy lento otras veces muy rápido, sobre todo cuando son parte de un club, pero igual disfruto leer mis libros sin prisa, sin que sean parte de una lectura conjunta, y ya cuando termino el libro me tomo un descanso para comenzar otro.

6.1:

Lo que más leo es literatura asiática, mangas, thriller, utopías y clásicos.

Pregunta 7:

Sí, ya era algo que disfrutaba, en la pandemia leer lo es todo, es un amana de relacionarme sin salir, de entretenerme en momentos difíciles, y el club es una actividad fija que me tomo muy en serio, me documento, lo disfruto, lo veo como un trabajo que hago con muchísimo gusto.

Pregunta 8:

Sí, por ejemplo, si me siento triste los mangas son una buena opción, y aunque la literatura asiática es muy melancólica algo me amarra a esos libros, son melancólicos, pero no tanto como otros libros, a veces solo veo la portada de un libro y desde ahí puedo decidir no leerlo porque sé que me va a doler leerlo, por decir, algunos como “El murmullo de las abejas” “Destierros” etc. Lo que más me gusta de los libros es aprender, aprender sobre nuevas culturas, situaciones, historia.

Pregunta 9:

“La dependienta” es una persona muy peculiar, y me sentí muy reflejada, sobre todo porque me llegó en un buen momento respecto al cambio laboral.

Pregunta 10:

“El murmullo de las abejas” conecte con la situación en todos los sentidos de la pandemia, sentí que pase por todas las etapas de los personajes y la historia.

Pregunta 11:

Fíjate que hay un libro que me encanta que es “La ladrona de libros”, yo soy hija única como quien dice, mi mamá primero tuvo 2 hijos pero se fueron a vivir con su papá a otra ciudad, y luego mi mamá se casó con mi papá, pero se separaron al año y medio porque él se regresó con su familia anterior, entonces básicamente crecí sin un papá, y de pronto es muy complicado entender todo esto, y cuando leí ese libro sentí que trabajé esa parte de mi vida, porque a la niña de la historia la acobia otra persona y comprendí que un papá no necesariamente tiene que ser tu papá de sangre, así que conecte mucho con la historia, y otro libro fue el de “Persona normal” conecté mucho con el tío Paco, porque siempre hay alguien que te ayuda, que te guía, o tú puedes ser esa persona que ayude a alguien más, entonces esos dos libros me ayudaron muchísimo.

Pregunta 12:

Mis padres siempre leyeron, mis hermanos no leen, pero mi esposo sí, de hecho, nuestra primera plática fue de libros y yo creo que si no hubiera sido por los libros quizás ni estuviéramos casados, entonces con él siempre comparto sobre mis lecturas, él también lee, pero géneros totalmente diferentes a los míos, pero esta ese gusto en común.

Pregunta 13:

Sí, para empezar mi escritorio siempre estaba lleno de libros, incluso en mi entrevista de trabajo recuerdo que hablamos sobre libros, y resultó que a mi jefe igual le gustaba leer, entonces en mi trabajo siempre llegaban los libros, estaba leyendo y mis compañeros ya sabían que yo era la de los libros en la oficina.

Pregunta 14:

Mis amigos leen, pero no leemos lo mismo, de hecho, tengo una amiga que me llevaba libros en inglés y yo estaba muy renuente a leer en ese idioma, no me sentía capaz, y el año pasado rebase mi lectura en inglés, así que eso igual fue muy padre, entonces gracias a los libros siempre tenemos de qué hablar.

Pregunta 15:

En las reuniones literarias me gusta actuar como participante, porque me gusta escuchar, aprender otra versión del libro a través de la comprensión de otros lectores, y ya como organizadora trato de ser más neutral, y me ha tocado ver como lloran por el libro, y me sorprende ver que tanto te puede mover un libro.

Pregunta 16:

Siento mucha emoción, se siente muy bonito convivir con otros lectores, compartir ese momento, esas emociones, poder conocer personas de otros países como Argentina, Chile, y también dentro de México.

Entrevista 14:**Pregunta 1:**

Al inicio fue mucha incertidumbre porque no se sabía que iba a pasar, se escuchaba muy lejano cuando decían que estaba en China, y en ese momento no pensaba que fuera a llegar a México, hasta que cancelaron las clases por la pandemia una semana, y luego vino un mes, de ahí se canceló todo el semestre. Era mucha incertidumbre el estar en casa, mi vida social cambió mucho, porque era muy activa y ya no poder salir, ir a la escuela, salir con mis amigos, no sabía qué hacer.

Pregunta 2:

Como pasé de estar muy activa a estar encerrada, comencé a leer muchísimo, así que esa fue mi actividad principal con la pandemia y ahora espero ya no dejar ese hábito. Comencé la cuenta de bookstagram y eso me mantiene ocupada.

Pregunta 3:

Para mí leer es un lugar seguro, es donde uno se siente feliz, disfruto mucho ese momento de estar leyendo, y me da emoción saber que hay muchísimas historias por descubrir.

Pregunta 4:

Yo recuerdo que mi primer contacto con la lectura fue cuando estaba chiquita, con un libro ilustrado de elfos, no recuerdo de dónde salió, pero de ahí mis papás como vieron que me gustó ese, comenzaron a comprar más libros, de ahí fui creciendo y dejé de leer hasta que tuve 16 años volví a retomarlo con “Bajo la misma estrella” y de ahí he ido leyendo con más frecuencia.

4.1:

Yo te decía después de “Bajo la misma estrella” ya era más recurrente en la lectura, pero no era un hábito, era cuando estaba aburrida pero no le daba prioridad, y después de pandemia lo comencé a hacer más motivada, comencé a preferir estar con el libro y dejar el celular, la computadora, ya es parte de mi rutina.

4.2:

Soy una persona sensible, así que, así con las películas te hacen reír y llorar, siento que con los libros son mucho más fuertes, el panorama es más amplio, más descriptivos, entonces los libros son mi lugar seguro, sobre todo después de pandemia que surge el miedo, la preocupación, pero yo sé que si tomo un libro mis emociones cambian por lo que estoy leyendo.

Pregunta 5:

Antes de la pandemia como estaba en mi adolescencia leía mucho romance juvenil, y ahora que ya soy un adulto joven he experimentado más géneros, como el thriller, clásicos, y aunque sí he vuelto a leer mis libros de antes los veo desde una perspectiva más madura, ahora me doy cuenta que muchas de esas historias eran noviazgos tóxicos que yo romantizaba y ahora lo veo diferente, así que mi manera de comprender los libros ha ido cambiando.

5.1:

Antes de pandemia trataba de leer uno por mes, es decir, más o menos leía 12 libros por año, pero normalmente eran libros cortos, y en el 2020 leí 25 libros, y en el 2021 leí 37 libros, y también descubrí los audiolibros, que me han ayudado mucho.

Pregunta 6:

Selecciono de acuerdo a mi estado emocional, de acuerdo a cómo me encuentro es como selecciono, por ejemplo, cuando estoy un poco triste busco historias con temas similares, o bien busco algo totalmente alejado a lo que esté viviendo, depende de cómo me sienta.

6.1:

Últimamente leo más thriller, me gusta ese desarrollo de suspenso y misterio, tratar de descubrir lo que va a ir pasando, se me hacen divertidos, saber si al final descubrí o no el misterio.

Pregunta 7:

Los libros han tenido un impacto muy grande en el aspecto emocional, me da mucha emoción saber que ya no solo leo por leer, sino que me ha dado la oportunidad de conocer a otras personas, de conectar con otro mundo, de conocer más géneros, autores, y que me falta mucho por seguir explorando.

Pregunta 8:

Sí, sí quiero estar alegre tomé algo que me acerque a ese estado, y si estoy triste busco lo contrario a mi emoción en el momento.

Pregunta 9:

Sí, el año pasado terminé una relación y leí “Todos los días son nuestros” de Catalina Aguilar Mastretta por recomendación de una amiga, y fue muy interesante ver como lo que vivía el personaje, lo estaba pasando también yo, pude identificarme totalmente con la historia.

Pregunta 10:

Siento que en sí, todas las lecturas que he leído en estos dos años me han ayudado a lidiar con la situación, incluso usaba los libros como ayuda en el sentido de que dejó mi paquete de COVID cuando voy a salir, y como siempre salgo con un libro así no se me olvida llevar mi cubre boca, mi gel y todo eso, así que de manera general, todos los libros me han ayudado.

Pregunta 11:

Sí, hay un libro que es de mis favoritos se llama “Donde habitan los ángeles” y habla sobre Panchito, a ese niño su mamá ya no lo quería y lo deja con sus abuelos, con ellos crece, pero al final sus abuelitos fallecen, y para mí, el leer cómo vivió esa experiencia me ayudó mucho porque lo leí como a los 18 años y en esas fechas falleció mi abuelito, así que esas enseñanzas me ayudaron en mi proceso de duelo.

Pregunta 12:

Es un poco extraño porque mis papás y mi hermano no leen, entonces no comprenden mi gusto por la lectura, y a veces me ven leyendo y me preguntan qué por qué leo tanto, eso hacía que al inicio sintiera mucha pena cuando leía frente a ellos, entonces hasta el momento, no hay una influencia.

Pregunta 13:

No estoy trabajando, porque todavía estoy en mi último semestre de la carrera de economía, pero por ejemplo, el hecho de que ya lea más, hace que cuando tengo que leer algo de la escuela no lo sienta tan pesado.

Pregunta 14:

Antes no tenía tantos amigos lectores, y por eso fue que creé la cuenta de bookstagram, y ya en ese círculo he ganado amistades que comparten el mismo gusto que yo, hay personas que han leído por recomendación mía, y a partir de la cuenta mis amigos de fuera de bookstagram ya me han dicho que leyeron algún libro por recomendación mía, por ver que hablo de libros en la cuenta.

Pregunta 15:

En el 2021 yo organicé seis lecturas conjuntas y aparte me uní a otras 6, así que participe como en 18 reuniones literarias, y es muy interesante porque en persona no tengo con quien hablar sobre libros, y a través de bookstagram he conocido muchas personas con las cuales me he reunido virtualmente y platicamos sobre nuestras lecturas, me gusta mucho, es de mis cosas favoritas que descubrí en pandemia.

Pregunta 16:

Cuando estoy en esas reuniones siento mucha emoción, de saber que estoy compartiendo ese momento con personas de otros estados, e incluso de otros países, y es muy padre vivir ese momento, todos los que he conocido han sido muy lindos, amables, empáticos, he podido conocer otras perspectivas, ha sido muy gratificante.

Entrevista 15:

Pregunta 1:

Principalmente la impotencia de salir de mi zona de confort de manera radical, yo estudie una licenciatura en el área de la salud y nunca me imaginé tener más del cierto número de pacientes al día, de estar vilmente maquilando cientos de pruebas de COVID, estudios, esa frustración y estrés de que nadie me dijo que al estudiar esto llegaría a estar frente a un campo de batalla, eso en cuanto a lo laboral. Y en lo personal pasé de ver a mi novio todos los días, de siempre estar saliendo, viajando... a no poder hacerlo, y tener que estar 24 horas en casa todos los días y tener que convivir con mi familia, fue el reto más grande, y con el tiempo tuve que aplicar inteligencia emocional para poder sobre llevar todo eso, porque por el tema de pandemia y por ser trabajadora del sector salud yo sabía que esto no iba a durar un año, sino más, así que tome la decisión de adaptarme y conocer a mi familia, obviamente ya nos conocíamos pero comenzamos a convivir dentro de casa, y en el trabajo surgió la necesidad de algo más, y me aventure a estudiar la maestría en educación, era algo que le venía dando vueltas desde el 2015 que salí de la universidad, y en pandemia fue cuando lo decidí, igual tome la decisión de abrir la cuenta en bookstagram, compartir con más personas. Fue un cambio tremendo, pero he encontrado áreas de oportunidad.

Pregunta 2:

Comencé una maestría, tomé un curso en Administración, en sí, cada 3 días estaba en cursos, abrí la cuenta de bookstagram, y todo esto sumando a la demanda de mi trabajo, así que busqué la manera de mantenerme ocupada porque no me funcionaba quedarme con los brazos cruzados esperando a que pasara la pandemia, así que he tratado que ese miedo que te inyecta la pandemia, sobrellevarlo con todas estas actividades.

Pregunta 3:

Para mi leer es poderme desconectar de mi rutina, conocer nuevos personajes, conocer un poco de la personalidad del escritor a través de sus letras, viajar, es como echarte ese cafecito con él, que te lleva de la mano a otro país, puedes estar ahí como en un sueño, viendo cómo van transcurriendo las cosas en esa historia, entonces para mi leer, te juro que es desconectarme con mi rutina, un momento solo para mí, y poder reencontrarme nuevamente.

Es desconectarme de mis rutinas, conocer una parte del escritor, conocer otros lados o ambientes como si fuera un sueño, para luego poder reconectarme.

Pregunta 4:

Siempre he estado rodeada de libros, tengo librerías en las paredes, pero yo creo que en la etapa de la secundaria, cuando empieza la etapa de la rebeldía, llegó mi papá a decirme que tenía un vocabulario súper pobre y deficiente, eso me dio en el clavo, porque una de mis cualidades es que cuando alguien me hace una crítica me lo tomo muy personal, la interiorizo a más no poder, lloro, pero luego analizo el por qué me lo dijeron, que hay atrás del comentario, porque no todos te hacen una crítica por herirte, pero eso me lo dijo mi papá entonces me llego muchísimo, y comencé a leer más, dos al mes por ejemplo, pero en preparatoria no leí nada, y luego en la universidad tenía a mi alcance libros de literatura latinoamericana, de superación personal, además de los libros científicos, pero yo iba a la biblioteca por libros que no tuvieran nada que ver con mis estudios como “Memoria de una geisha” y todo lo de Paulo Coelho.

4.1:

En pandemia fue cuando decidí abrir la cuenta de bookstagram, a raíz de home office y de que no podía salir, la verdad es que las librerías virtuales llegaron a salvarme, entonces comencé a leer muchísimo más, incluso podría ser ya una adicción el que siempre este comprando libros y leyendo, pero lo disfruto mucho.

4.2:

Lo principal es que los libros los siento como un apapacho, de decirme que estoy haciendo algo más que estar pensando en una pandemia, me han invitado a conocer más personas, e incluso llega un punto en el que relaciono a mis pacientes con personajes para hacer más llevadera la situación.

Pregunta 5:

Mis gustos en lectura cambiaron muchísimo, por ejemplo, antes de pandemia no te podía leer un thriller, y en abril del 2020 leí uno y quedé soñada, también los clásicos, romance, de todo un poco así que también salí de mi zona de confort en cuestión literaria, porque antes de pandemia leía solo superación personal, y de adolescente eran novelas juveniles, ahora he descubierto más escritores como Stephen King, Sofía Segovia, Pedro J. Fernández, etc.

5.1:

Ya como adulta promedio, egresada y que me podía comprar libros, leía antes de pandemia entre 2 o 3 libros al mes, es decir, unos 24 libros al año, en el 2020 leí 48 libros, y este año que acaba de pasar leí 54, es decir dupliqué lo que venía leyendo en años previos a pandemia.

Pregunta 6:

Últimamente cuando selecciono un libro, evito leer la contraportada donde viene la reseña, prefiero dejarme llevar por el libro, como dicen, que el libro me seleccione a mí, y en el club trato de elegir lecturas sin investigar para que nos sorprenda, y ya cuando me voy adentrando a la lectura me sumerjo de completo, así tenga mucho trabajo o alguna otra actividad, me dispongo a leer 30 minutos y los disfruto al máximo, me desconecto de todo lo demás. Y sobre todo siempre salgo con un libro por si tengo un espacio libre para leer.

6.1:

Actualmente la novela histórica es mi favorita, y es lo que más estoy leyendo.

Pregunta 7:

Los libros han sido ese apapacho que en determinados meses he necesitado, gracias a los libros he conocido personas súper valiosas para mí, que ojalá que el día de mañana que la pandemia se estabilice me gustaría conocerlos, poder ir a ferias de libros juntos, porque todo esto se ha vuelto muy importante para mí.

Pregunta 8:

Yo creo que sí, cuando estoy pasando por una cuestión fuerte trato de buscar lecturas que se relacionen para sentir que no soy la única, de igual manera sí estoy con un estado de ánimo más feliz.

Pregunta 9:

Ahorita que estoy pasando el duelo de la muerte de mi papá, comencé a leer un libro de Ana Pasos, es un libro que habla sobre una adolescente que pasa por cambios, y transiciones en su vida, y me siento totalmente identificada con mis emociones, porque estoy pasando por una situación de emociones muy bajas y negativas, y lo que hago es recurrir a lecturas con las que empaticé para sentir que no soy la única.

Pregunta 10:

Sí, hubo un libro que me llevó de la mano en los primeros meses de la pandemia que fue “Eleanor Oliphant está perfectamente” me pareció muy divertida, peculiar, y tan atrevida a ser ella sin importar su entorno, porque sus circunstancias eran difíciles, y me puedo atrever a decir que, sí fui de la mano con el personaje, adaptándolo a lo que yo estaba viviendo por pandemia.

Pregunta 11:

Sí, el libro de “Por qué a mí” de Valéria Piassa es una chica argentina que a sus 15 años en su primera relación sexual contrae VIH, y aunque no fue mi caso, lo leí a los 15 años y me ayudó a entender muchos temas que en ese momento tenía, sobre las relaciones con hombres mayores, a los 18 años leí “Ángeles y demonios” y me ayudó a reencontrarme conmigo misma, otro libro fue “El alquimista” de Paulo Coelho lo leí a los 20 años y me impactó muchísimo, y algo más reciente fue “Harry Potter” mi papá me lo dio a los 11 años pero no lo quise leer en ese entonces, y el año pasado que lo leí me fascinó, me hizo conectarme con mi papá, y recordar esa etapa más infantil que a veces olvidamos por la vida de adultos.

Pregunta 12:

Es muy interesante porque ya llegaba el punto de que cuando llegaba un paquete de Amazon mi papá lo agarraba y me decía “qué nos llegó ahora” y cuando no estaba, él ya sabía dónde ponerlo, los libros nos unieron bastante, él no era un ávido lector, pero le gustaba ver que yo me llenaba de libros, lo platicábamos, e incluso llegaba a estar en mis reuniones de libro, y bueno mi mamá y mi hermana igual se involucran. Por otra parte, llevo 8 años con mi novio y jamás lo había visto leyendo, y el año pasado logro leer 3 libros por mi influencia, pero esto no hubiera pasado si no fuera por mi incremento de lectura en pandemia.

Pregunta 13:

El conocer nuevas historias, aprendí que no puedes llegar a decir que algo no te gusta si no lo conoces, y eso me ha ayudado a sobre llevar toda la carga laboral.

Pregunta 14:

Me gusta mucho que mis amigos me pregunten por los libros que voy leyendo, o si traigo un libro nuevo y me pregunta de qué trata, se los presto, el año pasado una amiga logró leer un libro, cuando ella nunca en su vida había leído, es muy padre.

Pregunta 15:

Antes de pandemia fui a dos ferias de libros, pero ya como tal todas estas reuniones virtuales sobre libros surgieron en pandemia, la verdad es que lo veía como algo muy inalcanzable, el poder estar platicando con autores, y justamente en abril del 2020 realicé la primera reunión sin saber bien como se hacía todo esto, pero desde ahí no he parado, al mes tenemos como 3 reuniones, porque vamos leyendo 3 libros diferentes.

Pregunta 16:

Me hace sentir muy entusiasmada, nerviosa, porque soy quien la organiza, y sobre todo cuando está el escritor, pero es interesante ver y escuchar otras perspectivas, todo está retroalimentación que surge en el grupo y que hace la lectura mucho más enriquecedora.

Entrevista 16:**Pregunta 1:**

Fíjate que dé inicio tenía mucho pánico, pensaba cosas como “nos vamos a morir todos” sentía frustración por todos los planes que se pondrían en pausa, la verdad es que yo me comprometí en 2019 y la idea era casarnos en octubre del 2020, pero la cuestión es que mi novio vive en Estados Unidos, en Detroit, y cuando declararon la cuarentena también se cerraron los puentes, aduanas y no podía cruzar, él esta con una visa de trabajo y no podría cruzar a México porque si cruzaba corría peligro de ya no poder regresar, y su trabajo está allá, entonces no nos vimos durante todo un año cuando ya teníamos planeado casi todo, incluyendo mi vestido de novia. Y por otra parte yo siempre he sido una persona que le gusta estar en su casa, entonces en ese aspecto la verdad no le sufrí, lo que quería era como aprovechar a descansar, y para ese entonces yo ya tenía la cuenta

de bookstagram pero no le dedicaba tanto tiempo, y a raíz de la pandemia comencé a crear más contenido el fin de semana es cuando aprovecho para grabar videos, tomar las fotos, pero sí hubo muchos viajes que se pausaron pero viendo el lado positivo es que pude establecer mi economía, a ganar paz emocional, y al menos mi trabajo nunca se vio afectado por pandemia.

Pregunta 2:

A raíz de la pandemia pude concentrar todo el tiempo que no estaba trabajando en la cuenta de bookstagram, en hacer videos para Tiktok, YouTube, que son cosas que realmente me apasionan, son más que un pasatiempo para mí, y aunque no esté ganando dinero por hacerlo, lo disfruto mucho.

Pregunta 3:

Para mí leer siempre fue un refugio, yo vivo en una ciudad que no es ni tan grande ni tan pequeña, pero siempre surgía la necesidad de querer vivir más aventuras, de conocer otras cosas, pero había limitantes económicas, y los libros siempre me permitieron tener nuevas experiencias, nuevas vidas, vivir a través de los personajes, conocer nuevos lugares, así que para mí la lectura es eso, un escape, un refugio de la realidad, poder salir de tu rutina, viajar y sumergirte en el libro.

Pregunta 4:

Estaba yo en la secundaria cuando comencé con un libro de la saga “Flores en el ático” recuerdo que incluso tenía que hacer un trabajo de la escuela, y lo hice con el tema del libro, igual me tocó dar una exposición y mi tema fue sobre las geishas porque yo acababa de leer “Memorias de una geisha” y por otra parte en mi casa siempre han sido muy lectores, aunque actualmente mi mamá ya no lo hace tanto, pero sí tengo un tío que siempre anda con un libro, y con él suelo platicar sobre mis lecturas.

4.1:

A raíz de la pandemia y la cuenta de bookstagram comencé a leer más, antes de eso leía como 3 libros al año, y ahora con toda esa influencia de personas lectoras, libro y demás, he ido incrementando mi ritmo de lectura, entonces de bookstagram saco recomendaciones, ha sido un gran apoyo. Por otra parte, antes de pandemia tuve un proyecto aquí en mi ciudad, de compra y venta de libros usados, pero debido a la pandemia se acabó, porque dejaron de hacerse las ferias de venta en los parques, y ya no podía cruzar a Estados Unidos a comprar los libros, el dólar subió, y todo se complicó, así que ese negocio por el momento ya no lo tengo.

4.2:

Cuando empezó la pandemia, ya tenía un buen rato con “El murmullo de las abejas” de Sofía Segovia en mi librero, pero no lo había leído, ni tampoco sabía de qué trataba, y empecé a leerlo, me doy cuenta que trataba sobre la gripe española y me sorprendió mucho porque era muy parecido a lo que nosotros estábamos viviendo con el COVID, y la verdad es que me espante de saber que eso nos iba a tocar vivir, el aislamiento, las muertes por contagio, etc. Pero leer en pandemia me hizo desconectarme de lo que pasaba afuera, fue un escape de la situación, y después de ese libro comencé a leer más libros de comedia romántica, a raíz de la pandemia sentía mucho estrés así que lo buscaba eran lecturas que me distrajeran, que me resultaran entretenidas y ligeras.

Pregunta 5:

Cambió mi ritmo de lectura, y mi forma de ver los libros, sobre todo el hecho de acercarme a otros lectores a través de diferentes plataformas de internet.

5.1:

Antes de pandemia leía a lo mucho entre 15 o 20 libros al año, y desde que inició la pandemia he leído más de 50 libros por año, así que definitivamente aumentó mi ritmo, y sobre todo porque ahora veo más recomendaciones de otros lectores y se me antoja leerlos.

Pregunta 6:

Yo creo que varía mucho dependiendo de cada lectura y dependiendo del humor en el que ande, tengo muchos libros pendientes por leer en mi librero, así que lo que hago es ir viendo qué se me antoja en el momento, pero siempre brinco de un libro a otro sin un parámetro fijo, a menos que haya una lectura conjunta en la que yo quiera participar, entonces leo lo que el club indica, también estoy acostumbrada un poco más a escuchar los audio libros y a veces me gusta combinarlos, ir leyendo y escuchando a la vez.

6.1:

Lo que más leo es drama, o ficción en general, pero lo que sí no suelo leer es fantasía, y este año quiero leer libros que sean de no ficción porque casi no los he consumido.

Pregunta 7:

Yo creo que me han dado un sentido durante este tiempo, que a lo mejor antes lo encontraba en viajes, y al dejar de lado varias actividades que ya no podía hacer por la pandemia, pude enfocarme más en la lectura, el amor que yo ya tenía por los libros aumentó, ahora sé que es importante darme un espacio para leer porque es algo que me apasiona y que ahora que por fin tengo con quién compartirlo, no lo quiero dejar.

Pregunta 8:

Sí, de acuerdo al humor que tenga es dependiendo libro que elijo.

Pregunta 9:

Sí, cómo te dije al inicio “El murmullo de las abejas” tuvo que ver con las emociones que me estaba generando la pandemia, precisamente por eso fue que después comencé a leer libros más ligeros, de romance, y de ahí comencé a experimentar con otros géneros como “El resplandor” de Stephen King, en sí, todos aquellos temas que me alejaron de lo que estábamos viviendo en la vida real.

Pregunta 10:

Yo creo que más que un libro fueron varios, todos los que decidía leer eran para distraerme de lo que estaba pasando, así que podría decir que los libros que me han hecho más llevadera la pandemia.

Pregunta 11:

Sí, durante un tiempo recurrí a varios libros que hablaban sobre la codependencia, era un tema del que estaba interesada por una situación que yo estaba viviendo, entre ellos recuerdo haber leído “Las mujeres que aman demasiado” de Robín Norwood, otro de Lucia Echavarría, y otros que ya no recuerdo, y aunque los temas eran repetitivos era información que me estaba ayudando en ese momento, después en el 2019 falleció una amiga, y fue por el libro “Un mostro viene a verme” de Patrick Ness con el que pude identificarme muchísimo, y sobre llevar el duelo de mi amiga.

Pregunta 12:

Mi familia realmente no comparte el mismo interés en los libros que yo, y es en gran parte por lo que yo inicie en las redes sociales.

Pregunta 13:

Directamente no, pero por ejemplo el negocio que tenía de venta de libros usados lo tuve por muchos años, y bueno, si lo deje fue porque no podía seguir haciéndolo con pandemia, de ahí en fuera algunos compañeros del trabajo saben de mis redes sociales de libros, pero no se involucra directamente.

Pregunta 14:

Hay gente que conocí a través de redes que considero amigos y fue gracias a los libros, igual tengo algunos amigos fuera de lo virtual que se han interesado en leer algo por recomendación mía.

Pregunta 15:

Sí, sí claro yo trato de organizar una lectura cada mes o dos meses porque es algo muy bonito, el poder platicar acerca de lo que leíste, intercambiar, conocer otros puntos de vista y perspectiva de la historia, el año pasado creo que participe en unas 15 reuniones con otros lectores.

Pregunta 16:

Es muy emocionante, el poder coincidir con personas de otros países, autores, es increíble como las redes sociales te pueden acercar, y poder compartir el mismo gusto.

Entrevista 17:**Pregunta 1:**

Creo que experimenté todo, una montaña rusa de emociones, desconcierto, incertidumbre, asombro, el saber que ahora sería todo de manera virtual, realmente era una cuestión que no creía que yo iba a vivir en algún momento, creía en cumplir mis metas sin obstáculos, entonces cuando sucede todo esto, fue como cuando un caballo va a todo galope y de repente le dicen para, para mí fue desesperante, caí en depresión, claro que después pude salir adelante y posteriormente es empezar a entender lo que estaba sucediendo, aprendí a sobrellevarlo y entender que ya no estamos ni vamos a seguir viviendo como en el 2019, ese mundo ya pasó.

Yo tengo dos carreras, soy abogada e historiadora, pero a lo que me dedico más es la abogacía, soy defensora pública federal, me dedico a defender a las personas que se encuentran sujetas a un proceso penal federal por armas, drogas etc., y es un trabajo muy fuerte porque tengo que ir a cerezos, entrevistar a los demandantes, presentar juicios, hacer inspecciones, etc. Entonces fue muy difícil adaptar todo esto a la pandemia y de manera virtual, pero actualmente me siento mejor adaptada.

Pregunta 2:

Sí, primero te cuento que yo soy hipertensa, entonces en mi trabajo mandaron a modalidad virtual a todos los que estuviéramos en riesgo por enfermedades crónicas, digamos que el poder federal nos sacó un poco del trabajo, sí podíamos hacer trabajo virtual como las audiencias jurídicas estábamos cada quién en su casa, el juez, el fiscal, el acusado y yo, a raíz de todo este cambio en el trabajo comencé a trabajar más, fue muy estresante, pero también comencé a tener tiempo libre en casa, así que comencé a leer muchísimo más, y así fue como toda esa depresión e incertidumbre la fui bloqueando, a través de la lectura, así que leer en pandemia fue lo que me salvo.

Pregunta 3:

Para mí leer significa adentrarte a mundo diferente, de ficción conocer otras culturas, y como soy historiadora también significa comprender el mundo de antes y ahora, leer son muchas cosas, es un escape increíble.

Pregunta 4:

Yo tengo 47 años así que en mi época no había tanta facilidad para adquirir libros, no había clubes de lectura infantil, y yo creo que lo que más me acercó a la lectura fue el catecismo, por otra parte, mis papás no eran grandes lectores, de hecho, mi mamá se convirtió en lectora por mí, y en mi casa podían faltar muchas cosas, pero sí yo les decía que necesitaba un libro me lo compraban, y luego en la secundaria tuve la fortuna de tener una profesora que nos ponía a leer libros de Platón o de la Ilíada, o también los libros que vendían en los puestos de revistas, que era el libro vaquero, libros de héroes y personajes, así fue como comencé a leer más,

se me hizo muy interesante leer todas esas biografías. Luego de 15 años yo les pedí a mis papás que me llevaran a la librería, y me compraron “El perfume” de Patrick para mí fue la punta de lanza, ese libro yo lo adoro, lo amo y lo aprecio, porque precisamente fue el que me adentró ya de lleno a la lectura.

4.1

Nunca he dejado de leer, a veces leía menos a veces más, pero era una lectora recurrente, pero cuando llegó la pandemia y con todo esto del aislamiento y el home office, leí 80 libros, imagínate, jamás imagine leer tanto, fue espectacular, pero no lo hubiera logrado si no fuera por la pandemia, por eso te digo que los libros me salvaron de las crisis emocionales que estaba viviendo a nivel personal y laboral, y también el estar en un club de lectura me ayudó mucho.

4.2

Leer para mí es sumergirme en un mundo diferente al que estamos viviendo, cuando yo leo el mundo real deja de existir, y por otra parte me gusta mucho el terror, soy fan de Stephen King, he leído más de la mitad de sus obras, me gusta experimentar ese suspenso, la angustia, pero solo en los libros, no me gusta el romance, y la ciencia ficción me parece increíble, me hace imaginar muchísimo, incluso llego a soñar lo que leo.

Pregunta 5:

Creo que lo único que cambió es el número de libros, antes de pandemia leía un poco menos, por el trabajo, y porque soy muy curiosa, así que siempre ando aprendiendo algo sobre mi carrera, ya sea una maestría, o algún curso, porque disfruto mucho de mi trabajo, el poder ayudar a otros, y obviamente como abogada tengo que leer muchísimo, leyes, resoluciones, entonces es algo bueno el que tenga el hábito de la lectura. Pero hablando de libros por placer en pandemia, uno de los cambios es que me volví poli lectora, es decir, ahora leo más de 6 o 7 libros a la vez, y antes eso se me hacía imposible, yo leía un libro a la vez, pero ahora tengo esa habilidad, y obviamente eso me ha hecho leer más del doble de lo que leía antes de pandemia.

5.1:

Fue un cambio radical con lo que yo había leído antes de pandemia, cuando no pasaba de 1 libro al mes, o si al caso en un año leía entre 25 o 30 libros, pero en el 2020 leí 60 y este año que acaba de pasar leí casi 80 libros.

Pregunta 6:

Actualmente selecciono mis libros más que nada por lo que van leyendo en el club de lectura en el que estoy, que al mes vienen siendo entre 5 o 6 libros de temáticas diferentes, entonces puedo elegir entre ficción, clásico, terror, etc. Y por otro lado también me fijo en lo que otras cuentas de bookstagram recomiendan, y voy tomando ideas de que leer, pero nunca investigo tanto sobre el libro, prefiero que me sorprenda,

6.1:

Lo que más me gusta leer es terror, thriller y policiaco, son mis géneros predilectos, aunque siempre voy metiendo algún libro de temática diferente.

Pregunta 7:

Los libros llegaron en la pandemia para salvarme de todos los problemas que trajo, el aislamiento, la depresión, incertidumbre, la inseguridad, la lectura es aprendizaje, es poder sumergirme en un mundo distinto, ese fue el impacto que me generaron.

Pregunta 8:

Como tal no, porque no importa cómo me sienta en el día, si estoy triste, aburrida, feliz, el tomar un libro sé que me va a transportar a otro mundo en el que se me va a olvidar lo que estoy viviendo en ese momento, sobre todo por los géneros que suelo leer.

Pregunta 9:

Hay un libro que se llama “Apocalipsis” de Stephen King, y precisamente habla de un virus, pero cuando lo leí no lo sabía, pero es un libro que supera a la ficción, habla de muerte de la población y me impactó mucho, pero me hizo pensar que, si ese libro fue escrito antes de pandemia, es porque estas cosas siempre pasan en la vida real.

Pregunta 10:

La verdad es que todos los libros me ayudaron, todos los libros que leí me encantaron, e incluso los que no me gustaron tanto también formaron parte de ese escape que necesitaba, y de todo libro se aprende algo.

Pregunta 11:

No recuerdo alguno, pero cada libro tiene un proceso especial, por ejemplo “Ojos de lagarto” de un escritor mexicano, y hablaba de mi ciudad, entonces cada libro se relaciona de manera diferente con mi vida, todos los libros me impactan por igual.

Pregunta 12:

Mi mamá comenzó a leer por mí, yo le voy recomendando libros, pero mi papá y mi esposo no les gusta leer, e hijos nunca tuve, así que solo sería mi mamá que poco a poco se ha vuelto lectora.

Pregunta 13:

Mi compañero de trabajo tiene una hija de 10 años y siempre le regalo libros, entonces es un tema del cual siempre podemos hablar él y yo, hay otros compañeros que saben que me gusta leer y cuando buscan recomendaciones se acercan a mí, cuando hay dudas de temas de historia también recurren a mí, en parte por mis estudios y en parte lo que leo, pero más que nada es con mi pareja, por ejemplo el otro día me dijo que su hija le comentó que quiere llegar a ser una gran lectora como yo, y eso me hizo sentir especial.

Pregunta 14:

La verdad es que yo era muy antisocial, sin embargo, disfruto mucho de las reuniones, el poder compartir sobre libros, escuchar otras opiniones y perspectivas, e incluso el poder dar un aporte cuando son temas de historia o que yo conozco, creo que los libros me han hecho más sociable, fuera de bookstagram tengo únicamente 3 amigos con los que me reúno y podemos hablar de libros, de hecho, en diciembre nos vimos y hicimos nuestro intercambio de libros, pero igual me gusta formar parte de un club de lectura me ha hecho ganar amistades.

Pregunta 15:

Es muy padre, podría decir que incluso es por los libros que me he vuelto más social, cuando antes no lo era, la pandemia también trajo eso, el poder formar parte de una comunidad, sentirte acompañada en la lectura, feliz de escuchar y compartir, antes mi cuenta de Instagram era solo de fotos personales, pero poco a poco fui subiendo fotos de mis libros hasta que llegó el día en que decidí cambiarle el nombre y ponerle algo relacionado a libros, pero déjame decirte que encontrar el club correcto para mí, fue difícil, porque en los primeros en los que participe eran chicos jóvenes de 20 o 25 años y obviamente por mi edad ya no me sentía cómoda, hasta que encontré un grupo de personas cercanas a mi rango y fue donde comenzó realmente mi participación en reuniones de lectura.

Pregunta 16:

Me hacen sentir muy bien, hay que tomar en cuenta mi trastorno de depresión, con el cual tengo dos opciones o me controlo con medicamentos o controlo mi mente, entonces los clubes de lectura son muy positivos para mí, me ayudan a ir sorteando los problemas de la pandemia, evitar que esas emociones se vuelquen sobre mí

misma, me he vuelto más social y empática, mi forma de ver a otras personas cambio, el comprender a los demás y aceptar sus distintos puntos de vista, de que cada quien interpreta una lectura de diferente manera, es muy enriquecedor para mí.

Entrevista 18:

Pregunta 1:

Antes de que declararan cuarentena en México, yo ya estaba aislada porque dos semanas antes realice un viaje a España, y como allá ya había contagios, llegando a México me aislaron por precaución, entonces yo comencé a trabajar en casa desde 15 días antes que los demás, y cuando comenzó el contagio en México, no lo podía creer, pero para serte honesta yo no sentí depresión, ni nada de lo que normalmente otros experimentaron porque a mí me gusta mucho estar en casa, así que no extraño salir, y cuando salimos lo hacemos siguiendo el protocolo, pero trato de comprar todo por internet, si acaso llegue a sentir un poco de ansiedad cuando comenzó a morir mucha gente, pero ahora con la vacuna siento un poco más de seguridad.

Pregunta 2:

El cambio que tuve fue en mis hábitos en casa, antes como no pasaba mucho tiempo aquí, siempre compraba comida, y ahora disfruto cocinar, y sobre todo aumentó muchísimo la cantidad de películas y series que veo porque antes solo tenía ese tiempo libre los fines de semana, y por el tiempo libre que ahora tengo comencé a leer cada vez más.

Pregunta 3:

Para mí es como un método de escape, siempre me ayuda a no pensar en mis problemas de la vida diaria y me inspira a hacer más cosas, me hace sentir feliz, leer me da mucha dicha.

Pregunta 4:

Yo recuerdo que siempre me gustó leer, en mi familia nuclear todos leen, mi hermano recuerdo que se leía más de 100 libros al año, era muy extremo y mi papá siempre fue un ávido lector, entonces en mi casa siempre habían libros, cuando era pequeña recuerdo que mi papá nos llevaba a Sanborns los fines de semana porque en ese entonces era donde normalmente se conseguían los libros, y nos decía que eligiéramos nuestros libros, comencé con los de selector, y luego descubrí Harry Potter y ahí fue donde ya no pude dejar los libros, los leí rapidísimo, igual en la primaria en la que estudié, haz de cuenta que había un círculo de lectura dentro del salón, donde leíamos un libro al mes, e intercambiamos comentarios, en la secundaria fui en la misma escuela, así que me seguían fomentando el hábito de la lectura, entonces así fue como me volví lectora, por mi familia y por la escuela.

4.1:

En pandemia comencé a leer muchísimo porque como te decía, leer me da paz y me hace sentir mejor, hay días en los que estoy preocupada por el trabajo, o en cuando abrirán fronteras para poder viajar, y cuando leo me olvido de todo eso, igual para evitar ver tantas noticias negativas sobre la pandemia prefiero agarrar un libro y ponerme a leer.

4.2:

Tengo un ejemplo muy curioso, a mí me gustaba leer muchísimo géneros de horror, crimen, thriller, y justo como a los 3 meses del encierro me acuerdo que leí un libro de abuso sexual a niños, pero yo pensé que lo iba a poder leer normal, como siempre me pasa aun con temas fuertes, pero sucedió lo contrario, me sentí muy mal, triste, angustiada, enojada, me devastó el haberlo leído, porque me hacía pensar que cómo es posible que haya gente que aun viviendo en una situación como la pandemia, en el que ya de por sí la situación es difícil, les queden ganas de hacer esas cosas tan horrible, pero creo que me hizo sentir así por el momento que estábamos viviendo, y después de ese libro leí como 5 libros con temáticas felices, porque necesitaba leer algo

que me hiciera sentir bien para poder escapar de la realidad, que me ayudara a olvidar el mundo en el que vivimos, incluso comencé a leer libros infantiles porque siempre tienen lecciones muy bonitas.

Pregunta 5:

Aumenté mis horas de lectura, y también el hecho de que participo en círculos de lectura, porque antes de pandemia no sabía que existieran estos espacios, entonces eso también contribuyó a que leyera muchísimo más, y se me hace padre porque como son virtuales, puedes hacerlo desde la comodidad de tu casa.

5.1:

Antes de pandemia trataba de dedicarle 30 minutos al día a la lectura, dependiendo de mis actividades diarias, y ahora en pandemia leo casi todo el día, puedo estar leyendo hasta 4 horas seguidas, entonces comencé a leer el doble, recuerdo que antes de pandemia leía como 40 libros al año, y ahora en pandemia he leído 100 libros al año.

Pregunta 6:

Yo nunca planeo mis lecturas, voy leyendo lo que se me antoja al momento, y dependiendo del libro que acabé de terminar, si necesito leer algo de romance, thriller, etc., igual checo recomendaciones de otros en bookstagram, o voy checando los libros que ya tengo y que no he leído. También influye lo que vayamos a leer en el club, pero siempre busco lecturas que me hagan sentir, que pueda compartir con los demás, siempre asocio los libros con lo que voy viviendo. En sí, cualquier libro que seleccione me da felicidad.

6.1:

Lo que más me gusta leer es thriller, porque me mantienen intrigada, igual leo ficción contemporánea, libros sobre maternidad los disfruto mucho. Te cuento, yo decidí que no quería tener hijos desde muy pequeña, y creo que por ese motivo me gusta leer libros de ese tema, me causa curiosidad el cómo otras mujeres viven la maternidad, leer sus experiencias.

Pregunta 7:

Todos los libros me han dejado algo, tantos si me gustó o no, de todos aprendí un poquito, otros me impactaron, me han hecho reflexionar, me he hecho nuevas expectativas, he viajado a mundos diferentes, conocido otras culturas, he desarrollado empatía, me han dado conocimientos y he pasado por miles de emociones.

Pregunta 8:

Nunca lo había pensado tal cual, pero yo creo que sí llegan a influir mis emociones, un día puedo estar enojada y de manera inconsciente puedo agarrar un libro fuerte, que hable de cosas feas, si estoy tranquila leo algo más dulce o romántico.

Pregunta 9:

Sí, saga “Bridgerton” jamás hubiera imaginado leer algo así, pero decidí a leerla por recomendación de una amiga y cuando comencé me gustó muchísimo, pero esto sucedió porque en ese entonces estaba por casarme así que está feliz de leer algo de romance, totalmente relacionado con mis emociones por la boda.

Pregunta 10:

Me paso con “El murmullo de las abejas” lo leí casi al mes de que inicio la pandemia, y el libro es muy parecido a lo que estábamos viviendo con el encierro, la enfermedad, el contagio, las muertes, etc. Incluso recuerdo que en el libro hablaba de que había tantos muertos que se veían tirados en las calles y en ese entonces salió la noticia de que en El Salvador la gente estaba comenzando a dejar los cadáveres en las calles y me impactó muchísimo la relación del libro con la vida real, me quede en shock, no podía creer que la

escritora hubiera escrito algo tan parecido años antes, y fue donde me quedó claro la frase de que debemos conocer la historia porque siempre se repite.

Pregunta 11:

Recuerdo un libro que leí cuando iba en primero de secundaria, el nombre era algo así como “Corazón, diario de un niño” y llegó justo en el momento adecuado, solo lo leí una vez pero tenía mucha relación con lo que estaba viviendo en esa época, de los cambios de humor por la adolescencia, el no saber quién era, la búsqueda de la identidad, el sentirme fea, el que no me gustara mi cuerpo, pero leer ese libro en ese momento me ayudó mucho, me hizo sentir paz, fue como si me diera un abrazo, es una historia muy bonita, incluso recuerdo que lo leí muy lento porque no quería que se acabara. Y actualmente me regalaron un libro que se llama “Por el color del trigo” de Antonio Malpica, es un libro infantil pero es muy bonito, y no pensé que me fuera a conmover tanto, habla de perseguir tus sueños, pero sobre todo fue una frase casi al final del libro que dice algo así “aunque los mejores amigos fallezcan, siempre los vas a tener en tu corazón o en tu mente” esa frase me hizo llorar, porque desde muy chica me ha tocado que mis amigos fallezcan, desde que tenía 13 años, de ahí a los 15, en la universidad, y ese libro se volvió especial por la frase.

Pregunta 12:

Desde hace mucho tiempo yo vivo con mi novio, ahora esposo, y a él siempre le ha gustado leer, fue una coincidencia que descubrimos después de unos años, y podemos platicar sobre libros, recomendarnos escritores o títulos, pero leemos cosas distintas, sin embargo, con mi papá tengo un gusto parecido e intercambiamos libros, nos enviamos entrevistas de escritores, y cosas por el estilo, y mi hermano como tiene muchísimos libros siempre me presta de los suyos, así que con mi familia sé que puedo platicar fácilmente sobre temas de lectura.

Pregunta 13:

Yo trabajo como bioquímica, me dedico a la investigación clínica, y no tiene nada que ver con la lectura, pero sí tengo una amiga en el trabajo que dio la casualidad que también le gusta leer, así que a veces hacemos nuestro club de dos, leemos el mismo libro, y lo vamos comentando en el trabajo, es muy padre que los libros te hagan conectar de esa manera con otras personas.

Pregunta 14:

Fuera de la vida virtual la única amiga lectora es la de mi trabajo, de ahí en fuera nadie lee, y precisamente ese fue el motivo de que creara la cuenta de bookstagram, porque necesitaba tener con quien compartir lo que iba leyendo, aparte de mi familia, claro está, y fue cuando busqué cuentas de libros, comencé a seguirlas y descubrí todo un mundo de recomendaciones, reseñas, fotos etc., y decidí crear mi propia cuenta, estaba muy emocionada, he descubierto muchos amigos lectores, he podido platicar con autores, tener la cuenta me da mucha felicidad.

Pregunta 15:

Antes de pandemia había acudido a ferias de libros que organizaba la prepa de la UNAM en el zócalo de México, pero como tal el participar en reuniones literarias fue hasta que abrí la cuenta de bookstagram, descubrí las lecturas conjuntas, y recuerdo que la primera en la que participe fue del libro “El murmullo de las abejas” y me gustó muchísimo, me sentía muy feliz de estar ahí, y ahora yo misma organizo lecturas.

Pregunta 16:

Cuando estoy en las reuniones me siento identificada, me hacen sentir más humana, el poder escuchar lo que cada quien interpreta de la lectura, como sienten la historia, conocer sus experiencias y opiniones se me hace muy interesante, me siento feliz el poder compartir ese momento.

Entrevista 19:

Pregunta 1:

Han sido emociones muy variadas, fue sorprendente y estresante porque yo estaba trabajando en una escuela y fue un cambio radical el dejar de ver a mis alumnos de un día para otro, y fue un gran proceso el adaptarme a trabajar desde casa, al inicio fue difícil, pero trate de verlo de manera positiva. Pero sí me tuve que hacer una rutina de lo que iba a hacer en cada hora porque yo no sabía estar en mi casa, aprendí a coordinarme, y adaptarme.

Pregunta 2:

Comencé a hacer ejercicio en casa con videos, lo hice como por cuatro meses seguidos, y volví a retomar el hábito de los libros, abrí mi cuenta de bookstagram, descubrí los audiolibros, leí muchísimo más, pero sobre todo me tuve que crear una rutina estricta de que, en una hora hacia ejercicio, en la siguiente hora comía, luego trabaja, horarios para leer, etc., trataba de estar ocupada todo el día.

Pregunta 3:

Leer es darte la oportunidad de crear nuevos mundos, de imaginarte nuevas historias y que te sientas partes de ellas, que lo vivas como te lo cuentan los autores, es magia, cada libro es una semillita y tiene un por qué para cada lector.

Pregunta 4:

Cuando era pequeña me gustaba leer, cuando entre a la primaria yo ya sabía leer y escribir, entonces terminaba rápido mis actividades y la maestra me daba tiempo para leer, cada semana hacíamos reportes de lectura. En la secundaria y preparatoria dejé de leer, pero en la universidad lo retomé porque encontré una página de libros usados, con lo que tenía ahorrado me compraba mis libros, y fui haciendo mi biblioteca personal, fui conociendo retos de lectura y demás.

4.1:

Hubo géneros que antes de pandemia nunca le daba la oportunidad, solo leía romance, y ahora en pandemia comencé a probar otros como libros infantiles, novela histórica, ficción, y me di cuenta que, sí me gustaba y cuáles no, por ejemplo, los libros de superación personal y poesía no me gustaron, pero me aventuré a probar de todo, ampliar mis gustos, cosa que antes no hacía.

4.2:

Al empezar a leer me olvido totalmente de la crisis que está pasando el país, la pandemia, me sumerjo en la historia y eso me ayudó bastante a controlar mis emociones, el disfrutar la historia me ayudaba a ser más positiva ante la situación, y creo que también es importante la actitud que tienes frente al problema, los pensamientos son poderosos.

Pregunta 5:

Antes de pandemia no leía tanto, creo que sobre todo por la falta de tiempo y el hecho de no tener amigos lectores, yo veía recomendaciones únicamente en YouTube, y cuando cree mi cuenta de bookstagram en pandemia comencé a leer mucho más y hacer otros amigos que me motivaban a leer.

5.1:

Antes de pandemia recuerdo que leía 20 o 25 libros al año, y en 2020 leí 85 libros, el año que acaba de pasar leí casi 100 libros, y creo que esto sucedió porque ahora pasaba más tiempo en casa, cuando antes para ir al trabajo me tocaba casi 2 horas de ida y 2 horas de vuelta, entonces cuando llegaba a casa me ponía a preparar las cosas para el día siguiente, y ahora con la pandemia el primer año daba clases únicamente por asesorías de WhatsApp en un horario específico, pero el resto del día lo tenía libre.

Pregunta 6:

Al inicio hacia mi lista de los libros que planeaba leer al siguiente mes, pero me di cuenta que no lo cumplía, entonces comencé a leer por a cómo iban llegando, y también por las festividades del mes, por ejemplo, si es septiembre, leer algo del mes patrio, y también lo meto en mi planeación con mis alumnos, y si no hay nada importante en el mes, voy leyendo con lo que me va llamando la atención, y sobre todo leer los libros que ya tengo comprados y que siguen ahí en espera.

6.1:

Soy muy variada con la lectura, un mes puedo estar leyendo algo de romance, al siguiente algo de novela histórica, o temas de maternidad, de ahí libros infantiles, entonces siempre voy saltando de un género a otro, pero sobre todo leo, romance y thriller.

Pregunta 7:

Los me abrieron la puerta a seguir aprendiendo, retroalimentarme, darme cuenta que de todos los cambios puedes sacar algo positivo, me ayudaron a ser mejor persona, y sentirme bien conmigo misma, puedo decirte que de antes de la pandemia a ahora me siento diferente, siento que evolucioné y fue por lo que he ido encontrando en los libros.

Pregunta 8:

Hay veces que, sí influye y otras veces que no, hay días en los que estoy triste y cualquier libro que lea puede hacerme llorar, pero hay días en los que estoy bien y disfruto mi lectura, pero tiene mucho que ver la historia, y que tanto me identifique con el personaje, cuando tienen relación con mi vida personal es cuando más se remueven mis emociones.

Pregunta 9:

Hubo dos el de “Nadie nos vio partir” ese libro lo leí porque hubo un momento difícil en mi vida y ese libro me removió muchísimo, yo sentía todo lo que decía, y el otro es “Los fantasmas de Fernando” la primera vez que lo leí fue fuertísimo para mí. Sí, creo que cuando te identificas con un personaje que está dolido, que sufrió mucho, puedes sentirlo, y también puedes ir sanando con él.

Pregunta 10:

Yo creo que no como tal un libro, fueron libros que recordaron vivencias anteriores, pero no algo que se relacionara con pandemia.

Pregunta 11:

“El libro de los fantasmas de Fernando” lo leí en la adolescencia, y me impactó mucho. También el libro de “El día que dejó de nevar en Alaska” el personaje un día decide cambiar de aires, hacer algo diferente con su vida, y me identifiqué. Igual algo que me ayuda mucho es escribir cartas, por ejemplo, una carta a mi yo de niña, etc., lo siento como una palmadita reconfortante.

Pregunta 12:

Sí, más que nada con mi mamá y a mi tía, porque igual les gusta leer, aunque no tanto como a mí, pero les presto mis libros, por ejemplo, el de “Los fantasmas de Fernando” se los di a las dos para que lo leyeran, así que trato de influenciarles lo que voy leyendo y que yo creo que les puede llegar a gustar.

Pregunta 13:

En mis planeaciones ahora trato de meter lecturas que sé que pueden llegar a gustarle a mis alumnos, igual trato de que ellos me vean leer porque muchas veces a través del ejemplo y la imitación ellos van agarrándole gusto, así que es mi manera de fomentarles la lectura.

Pregunta 14:

Antes de pandemia recuerdo que tuve una amiga en la secundaria o prepa con la que compartía libros, pero ahora con la cuenta de bookstagram he conocido muchísimas amistades lectoras con las que puedo hablar libremente sobre el tema.

Pregunta 15:

Recuerdo que hice mi cuenta en mayo del 2020 y comencé a platicar con diferentes personas, y recuerdo que el primer grupo en el que participé era internacional, entonces era difícil coincidir con sus horarios y luego en julio coincidí con una chava que le gustaba leer romance igual que yo, entonces nos reuníamos entre las dos para platicar sobre el libro y luego surgió la idea de hacer un club de lectura con otros, organizábamos el libro del mes, hacíamos el chat y nos reuníamos en video llamada. Esos fueron mis primeros inicios con reuniones literarias, y ahora sigo organizándolas, pero igual con la participación de autores.

Pregunta 16:

Son muchas cosas, empatía, emoción, felicidad, el poder escuchar sus opiniones, debatir el qué te gustó o no te gustó del libro, en esas reuniones te das cuenta que la lectura no tiene que ser solitaria porque hay más personas que comparten el mismo gusto y con los que puedes interactuar.

Entrevista 20:**Pregunta 1:**

Te voy a hacer muy honesta, la pandemia vino a reforzarme algo que ya me gustaba que es el estar encerrada y leer libros, para otros fue muy catastrófico, pero para mí no, a mí me encanta estar en casa, y si salía era más por compromiso, así que la pandemia para mí fue poder escapar, estar en casa. Aunque sí, el escuchar de todas las muertes sí me causaba un poco de inseguridad, pero yo feliz de estar encerrada.

Pregunta 2:

Me tomé el tiempo para volver a leer, ver series y reorganizar mi casa.

Pregunta 3:

Para mí leer es como una terapia, un escape, te puedo decir que tengo una vida muy bonita, muy bendecida, pero poder sumergirme en un libro es un regocijo, busco temas que me saquen de mi realidad abrupta, no me gustan las noticias o los temas que me puedan afectar, prefiero vivir en una burbuja rosa, y los libros me proporcionan ese escape.

Pregunta 4:

Yo era súper renuente a la lectura desde niña, en mi casa no había lectores, en la secundaria nos pusieron a leer “Juventud en éxtasis” y lo leí forzosamente pero no me gustó, y ya en la universidad recuerdo que tenía una amiga que estaba estudiando para docente y me dijo que si me podía contar un monólogo de Harry Potter que era para una práctica con niños, y acepte escucharla, y cuando ella terminó yo quería saber más, me quedé enganchada, y ella me dijo que si quería saber que más pasaba que leyera el libro, y me prestó el libro, y ahí fue donde le agarré el gusto, me leí la saga completa, continúe con otros y de eso ya tiene 20 años que le agarre amor a los libros.

4.1:

Comencé a leer más, antes por la vida laboral que era de lunes a viernes, sin tiempo libre, no leía tanto, y ahora que pude estar en casa me di ese tiempo para leer, descubrí las cuentas de bookstagram y comencé a comprar más libros.

4.2:

Como te comentaba leer es un escape, entonces para mí los libros me sirven para alejarme de todas esas cosas negativas que pasan en el mundo y que, sí me pueden llegar a afectar emocionalmente, entonces los libros me ayudan a escapar de esas emociones negativas, me sacan sonrisas, hacen mis emociones más sanas.

Pregunta 5:

Comencé a ver los libros como una necesidad, tener que comprar más libros, leer al menos uno a la semana, incrementé mi ritmo de lectura, y comencé a involucrarme en videollamadas de lecturas.

5.1:

Antes de pandemia leía 3 o 4 al año, en 2020 leí poco más de 40 libros, y en el 2021 leí un poco menos porque volví a trabajar después de un año sabático sin laborar.

Pregunta 6:

Regularmente trato de buscar libros que se me antojen y que sea de los que ya tengo comprados, también el humor que tenga, si busco suspenso, romance, cómico, o igual por la temporada en la que estamos, por ejemplo, en diciembre quería un tema navideño que tuviera adaptación en pantalla y leí “El Cuaderno de Desafíos de Dash & Lily” también influye lo que va leyendo el club de lectura, y últimamente busco audiolibros porque con el trabajo se me facilita irlos escuchando cuando voy en el auto, y de ahí en fuera el proceso de leerlos es muy emocionante, sobre todo cuando tengo con quien compartirlos.

6.1:

Me gustan mucho los libros que me sacan sonrisas, evito temas de política, narcotráficos, etc., prefiero leer fantasía, romance y comedia, los temas de brujas, demonios, reencarnación, todo lo que te muestra mundos sobrenaturales.

Pregunta 7:

Han tenido un impacto muy positivo emocionalmente y en cuestión de conocimiento y educación, por ejemplo, en ortografía y la redacción, se me ha ido agudizando esas partes a raíz de los libros, incluso en el trabajo me piden apoyo para redacciones, pero es por los libros que poco a poco he ido mejorando.

Pregunta 8:

Sí, dependiendo de cómo ando es lo que leo, pero sí busco libros que se relacionen con mis emociones.

Pregunta 9:

El año pasado leí “Por siempre felices” y recuerdo que estaba en una etapa complicada con mi pareja, y me sentí muy identificada con lo que estaba viviendo en casa.

Pregunta 10:

Yo creo que todos los libros que leí me ayudaron porque fueron ese escape de la realidad.

Pregunta 11:

Hay un libro que siempre recomiendo, porque a mí me ayudó en el aspecto de pareja y con mi relación con otras personas, se llama “Los 5 lenguajes del amor” lo leí desde la universidad y a lo largo de los años lo sigo recomendando.

Pregunta 12:

Influye sobre todo con mis sobrinas, ellas me ven leer y se les antoja, les regale el libro “Colorín colorado este cuento no se ha acabado” y cuando lo terminaron me dijeron que querían leer más, trato de hacer lo que hicieron conmigo, a mí me engancharon contándome una historia, así que yo les cuento historias, por otra parte, con mi pareja solo he logrado que lea dos libros, ella no es muy lectora.

Pregunta 13:

En mi trabajo anterior tenía una compañera con la que podía hablar de libros, y en este nuevo trabajo casualmente mi jefa y otra compañera también leen, y es el primer trabajo en el que por ejemplo, a la hora de la comida platicamos, y luego nos ponemos a leer, y me gusta mucho que haya eso en común porque crea un ambiente muy sano a través de los libros.

Pregunta 14:

Tengo algunas amigas que también leen, no tanto como yo, pero sí podemos platicar sobre ciertos libros, y por otra parte a raíz de bookstagram primero tenía compañeras de lecturas, pero ahora ya son grandes amigas.

Pregunta 15:

Antes solo sabía de reuniones literarias físicas, pero a raíz de la pandemia comenzaron a hacer videollamadas, y no tenía idea de que existiera ese mundo, y cuando participé en la primera en el 2020, quede fascinada, y ahí comenzó una tras otra, yo creo que al año he tenido 12.

Pregunta 16:

El poder participar me hace sentir emocionada, extasiada, feliz, se siente muy padre poder compartir con otras lectoras esa emoción del libro, es un regocijo.

ANEXO II: ENTREVISTAS A SEGUNDO GRUPO: PROFESIONALES.

Entrevista 1:

Pregunta 1:

Soy psicóloga infantil, y trabajo en una clínica del gobierno del estado, mi labor es dar consulta, terapia, y evaluación psicológica a niños y adolescentes, hasta los 14 años.

Pregunta 2:

Sí involucro la lectura, porque con algunos casos uso la terapia narrativa, entonces selecciono algún libro o texto que sé que muy probablemente me pueda ayudar en ese caso, con ese pacientito, de hecho, por ejemplo, en mi tesis que fue de duelo de niños por padres separados o divorciados, mi técnica fue de narrativas de cuentos de hadas, entonces mi proceso terapéutico con el niño que fue mi estudio de caso, fue exactamente hacer un tratamiento de terapia de juego y hubo sesiones de técnicas narrativas donde yo le iba contando cuentos de los hermanos Grimm, fueron alternadas y es un tratamiento que sigo usando, tengo otros cuentos para hijos de padres divorciados, los niños leen y yo leo, tengo otro libro que cada lectura tiene que ver con algún sentimiento, la frustración. Y ya con los más mayorcitos tengo otro tipo de lecturas, como Walter Riso, Jorge Bucay, temas que son más que nada para adolescentes, porque tengo pacientes con apego, codependencia emocional. Y con los niños que tienen problemas de lectura-escritura, dislexia, digrafía, ni se diga, uso ciertos cuentos de CONAFE, que son más sencillos, dependiendo del tipo de problema que tenga el niño, uso fábulas, ya sea para copiar, o identificar letras, palabras.

Pregunta 3:

Para mí la lectura es algo muy importante en mi vida, yo creo que, si no fuera psicóloga fuera nada más lectora, si me pagaran por leer, como me dice mi hijo. Para mí la lectura es viajar, conocer, sentir, saber, aprender, es enamorarte, desenamorarte, que se te haga nudo el estómago, que llores, que rías, es todo, para mí la lectura es la segunda cosa que más me gusta hacer después de mi trabajo. Todos los días procuro leer algo, y cuando no leo me siento rara, mal, tengo una adicción, porque te juro que si un día no leo sí me siento, así como a una persona que le hace falta su cigarro, o su cerveza, yo con un día que no lea sí me siento rara, y mi vicio también es comprar libros.

Pregunta 4:

Me ha aportado lo básico que es el saber, el conocer, el acumular datos, por ejemplo, estas en la escuela y lees para aprender algo, estas en una maestría, lees y es para aprender, pero lo que más me deja la lectura es el poder implementarlo en mi trabajo y en mi vida diaria, el que me hace reflexionar, analizar, me ha hecho evolucionar como persona, no soy la misma de hace 10 años, la lectura me ha acompañado, me ha abierto los ojos, cuando he tenido dificultades emocionales ha estado ahí y me ha ayudado a salir, entonces para mí la lectura me ha dejado mucha satisfacción, porque no solo es aprender algo, es mas allá, me ha dejado mucho análisis y que reflexionar. Hay lecturas que te dejan reflexionando por muchos días, y creo que lo más bonito de leer es que lo puedes comentar con alguien, que lo puedes recomendar, y que como conoces varias lecturas, vas transmitiendo ese gusto por la lectura. Creo que la lectura nos hace poderosos porque sabemos, y la información es poder.

Pregunta 5:

Yo creo que durante la pandemia como no hubo mucho movimiento en mi trabajo, estuve 3 meses en casa, entonces tuve mucho tiempo para leer, creo que la pandemia nos dio tiempo de leer y hacer otras cosas como ver series. Entonces sí, yo ya leía, lo que hizo la pandemia fue darme más tiempo para leer, entonces se duplicó el número de libros que yo leía, e incluso ahorita que ya estamos retomando el ritmo, que incluso tengo mucho trabajo, ya me quedé con ese ritmo de estar leyendo la misma cantidad o más de libros, siento

que desarrolle más la habilidad lectora. Antes del 2020 mi meta era leer 30 o 35 libros, y cuando inicio la pandemia leí 45, el año pasado leí 55 y este año me propuse leer 60, ya me quedé con ese ritmo.

Pregunta 6:

Opino que es una buena técnica, una buena herramienta, yo que la he aplicado te puedo hablar desde mi experiencia, sí me ha servido la terapia narrativa, a los niños les permite identificar su problemática dentro de un cuento, hacer proyecciones, les permite fantasear, tener esperanza, entonces el cuento permite eso y con la lectura es algo que para mí tiene mucho beneficio, y los otros cuentos que usamos con niños con problemas de separación, igual les permite proyectarse, a veces ellos me ayudan a cambiarle cosas al libro, les permite la creatividad, entonces te puedo decir que la lectura en terapia tienen muchos beneficios, en niños y adolescentes. Aparte que los niños que tiene problemas para leer y escribir, cuando les ponemos textos sencillos van adquiriendo más seguridad, porque en la escuela les marcan muchos los errores que tienen no tienen el mismo tiempo y paciencia, y cuando vienen conmigo tiene el tiempo, paciencia, no se les regaña, entonces ya es un lugar seguro donde aprende a ver que la lectura no es algo tortuoso.

Pregunta 7:

Con los niños las características que deben de tener es que deben ser historias en las que el niño pueda proyectarse, fábulas, cuentos, incluso con los problemas de lectura y escritura, uso los mismos. Y con los más grandecitos, que son ya adolescentes con ellos uso más libros de autoayuda, como Walter Riso, Jorge Bucay, porque son los casos que me llegan con problemas de codependencia emocional, cuestiones de adolescencia.

Pregunta 8:

En los niños te puedo decir que el hábito de la lectura se descuidó, porque los niños como tuvieron muchos cambios por la pandemia en cuanto a tiempos, estructura, horarios de que se acuestan más tarde, se levantan más tarde, no hay clases o sí hay clases, y yo lo que observe es que dejaron de leer, porque no es lo mismo que tu mamá te diga ponte a leer a que tu maestro te diga vamos a leer, entonces vi que se acrecentaron más problemas de lectura y de escritura, de este tiempo en que los deje de ver. Y curiosamente en los adolescentes vi que agarraron los libros, en ellos vi que les dio por leer, agarrar un libro que alguien les recomendó.

Pregunta 9:

Tengo el caso de una adolescente de 15 años, ella trae entre otras cosas, dificultades de apego con su pareja, es una codependencia emocional muy fuerte, ella esta diagnosticada con trastorno límite de la personalidad, entonces la relación con esta persona es una relación tóxica, desequilibrada, entonces comenzamos a usar el libro de Walter Riso “Ama y no sufras” “Amores altamente peligrosos” y “Despegarse sin anestesia” lo que hice fue ir seleccionando ciertos temas de los libros, pedirle que me ayudara a leerlos e ir haciendo un análisis de ellos, y que ella lograra ver de qué manera tenían que ver con su vida, también junto con eso le iba mostrando ciertas canciones que las letras mostraban personas con codependencia emocional. Entonces con el tiempo lo que se logró fue que se diera cuenta de que esa relación no estaba equilibrada, que, aunque ella deseara mucho estar con esa persona, no era bueno, y le costó mucho, como un año para que ella se diera cuenta, y estuviera más estable, pero bueno con esas personas no hay garantía porque ya están desarrollando el trastorno límite hay que seguir en tratamiento, pero ya no me la siguieron llevando.

Pregunta 10

Lo que sé es que también soy adicta a los encuentros literarios, clubes de lectura. Yo empecé en un club de lectura aquí en Tijuana hace 8 años, entonces antes cuando no había pandemia nos reuníamos en persona, escogíamos un libro al mes y lo íbamos platicando, ahorita lo hacemos en video llamadas. Y después con la pandemia creció muchísimo la actividad de Instagram, yo empecé como un año antes de la pandemia con bookstagram y mi canal de YouTube, y la intención es simplemente fomentar el hábito de la lectura, que se te antoje leer, esa siempre ha sido mi intención, y con Instagram comencé a conocer mucha gente que

rápidamente comenzó a organizar clubes de lecturas, las lecturas conjuntas que es donde te juntas con alguien a leer, hay un organizador, y lo más padre es cuando invitan al autor, y poder platicarlo con otros lectores, porque en esas lecturas lo que más se goza es poderlo platicar, sacarlo de tu sistema, hacer esa catarsis, entonces han sido muy benéfico para nosotros como personas, porque hemos conocido y socializado, yo he estado con personas de España, Argentina, y es padre compartir puntos de vistas diferentes, es muy enriquecedor ir escuchando las opiniones de los demás, te ayuda a ser más empáticos, respetuosos, tolerantes.

Pregunta 10.1

Yo creo que tiene mucho impacto emocional, los que estamos en lecturas conjuntas o clubes de lecturas somos personas que nos impactan mucho porque nos genera y nos hace que crezca la curiosidad de leer esa historia y poder compartirla, ese impacto es la motivación de compartir, genera mucho bienestar, una sensación de felicidad, por ejemplo, yo salgo de una reunión de club de lectura y es como mi aliciente, mi antídoto si tuve un mal día, sobre todo cuando esta la autora que es un plus, te emocionas, es un privilegio el estar con una persona que sabe mucho, así que creo que emocionalmente es muy gratificante.

Entrevista 2:

Pregunta 1

Soy psicóloga con una maestría en psico-oncología, es el trabajo con pacientes, el personal médico y la familia de quien llega a tener cáncer, es un trabajo en conjunto, mucha gente cuando una persona tiene cáncer en lo que más se enfocan es en superar la enfermedad física como tal, pero pocas veces se ve el lado psicológico de la enfermedad. En los últimos años ha sido más relevante esa parte de la psicología clínica, mi área es en hospitales, fundaciones o privada.

Pregunta 2

La lectura a la que yo recurro es en su mayoría de consulta son textos científicos, de medicina, diferentes tipos de psicología aplicados en antologías como duelos y toma de decisiones, y también en el aspecto de mis consultantes sí hago la recomendación de lecturas, que es muy básico, muy al principio de la enfermedad no les agrada tanto, no están enfocados en ese sentido porque están más enfocados en el aspecto de salud física, en recuperar y apegarse al tratamiento, y ya más bien la lectura se va dando más adelante, ya sea por ellos mismos que les da curiosidad saber que significa carcinoma o algún termino médico, ellos mismos empiezan a investigar e igualmente a la familia le puedes recomendar mucha lectura para lidiar con el cáncer, como manejarlo, como llevarlo, es una herramienta súper funcional en estos casos.

Pregunta 3

La lectura a tenido siempre un impacto fenomenal en mi vida, desde que era pequeña mi papá fue sembrando esa semillita, el ver leer a mi mamá, a mis hermanos, pero sobre todo mi papá, posteriormente en primaria, secundaria y prepa fue más, y en universidad y maestría muchísimo más, pero sí realmente lectora al 100% en cualquier rato libre que tenga, ya sea en cuanto a mi carrera, o novela histórica, ficción, ciencia. La lectura ha tenido un impacto muy importante en mi vida, la lectura es viajar a otros mundos, la imaginación vuela en esos momentos, te imaginas las escenas, los personajes, te imaginas el estar en esa situación, a veces terminas de leer algo y te quedas pensando en la lectura.

Pregunta 4

A parte de lo académico, realmente el ejercitar la memoria, el vocabulario, palabras nuevas, comprensiones nuevas, por ejemplo, últimamente los clubes de lectura también el conocer a otras personas con otro tipo de pensamiento, ver esa parte de la lectura que quizás en un inicio no hubieras pensado.

Pregunta 5

Sí totalmente, antes de pandemia leía unos 12 o 15 libros, y evidentemente con la pandemia el estar en casa, me enfoque muchísimo más en la lectura, en buscar mucha información de la pandemia, y post pandemia, y por ejemplo, el que estaba sucediendo y qué iba a suceder con nosotros, con nuestros pensamientos, nuestras ansiedades, me puse a leer muchísimo en esa época y ya se me quedó, es casi una necesidad, por lo menos 4 o 6 libros al mes, trato de que sea constante porque la mente me lo pide, hay tanto por leer, investigar, y aunque leas mil libros, siempre quieres leer más.

Pregunta 6

Muchas veces se recomienda, tal vez no tan directamente, pero sí se puede llegar a recomendar una lectura en específico, porque a veces es más fácil comprender nuestra misma situación en un libro, tal vez de repente el que alguien te cuente o leas una historia hace la situación más digerible, entonces en un proceso terapéutico a veces se les facilita la misma comprensión de las acciones o eventos leyendo, entonces es también una parte muy importante y primordial en un proceso terapéutico.

Pregunta 7

A veces te llega una persona con un proceso de ansiedad, o procesos oncológicos, hay muchísimos libros enfocados tanto a pacientes como a familiares que evidentemente les puede servir, cuando alguien lee lo que le está pasando, ve esa parte en espejo y es buenísimo.

Pregunta 8

No podría decir que en el 100%, pero sí en un gran porcentaje retomó o empezó ese hábito de la lectura con la pandemia, definitivamente hubo un incremento en cuanto a lectores, desde el lado en que yo lo veo, y en el que a veces también lo comento con otros colegas concluimos que sí hubo un incremento en lectura.

Pregunta 9

Por ejemplo hay un chico, un adolescente que empezó un proceso de leucemia, le costó trabajo al inicio tanto a él y a su familia, porque siempre cuando se presenta en niños o adolescentes es más difícil, más sensible, entonces a él de por sí le gustaba leer mucho sagas japonesas, entonces entre sesiones fuimos comentando ese punto de la lectura, y él me comentaba que era justo eso, escaparse un poquito de lo que estaba pasando en ese momento, o cuando le tocaba la quimioterapia siempre cargaba un libro, para justamente eso, sabemos que las quimioterapias son molestas y él me decía, es que llevo mi libro para escaparse un poquito. Entonces eso se fomenta, yo le recomendaba libros, o él me recomendaba otros, y discutíamos esos libros en los que coincidíamos, y hasta la fecha él sigue con su proceso y sigue también con la lectura porque él sabe que le ayuda muchísimo.

Pregunta 10

Me encantan los clubes de lectura, porque puedes ver los diferentes tipos de pensamientos, otras perspectivas, algo que quizás no te había hecho clic en la lectura y alguien lo comenta de manera diferente y te das cuenta que tú no lo habías visto de esa manera, el leer un libro en conjunto es abrirte a muchísimas posibilidades, pensamientos y hace mucho más amena la lectura, y se te queda mayormente grabado cuando lo comentas con otras personas a que si lo leyeras solo.

Pregunta 10.1

Es fabuloso, es salirte un poco de la realidad para ver otras, también tus niveles de ansiedad bajan, cuando estas en los clubes de lectura te enfocas tanto en el libro que te olvidas un poco del resto, y tu ansiedad u otros temas que tengas en la cabeza se modifican bastante.

Entrevista 3:

Pregunta 1

Yo ya tengo muchos años trabajando, tengo 44 años de edad, y cuando era adolescente estude una carrera porque me gustaba dibujar, entonces soy arquitecta de primera profesión y por muchos años ejercí como tal, después hace casi 20 años me convertí en mamá y mi vida personal cambio, y a raíz de eso, decidí estudiar la licenciatura en Psicología, y llevo cerca de 6 años trabajando como psicoterapeuta, hice un diplomado en psicoterapia de arte, entonces yo trabajo con niños y adolescentes a través del arte, así que busque combinar mis dos profesiones.

Pregunta 2:

En este diplomado que estudié, era sobre todo artes plásticas, y yo me di cuenta que la literatura como arte también se puede apoyar, de hecho, es un término relativamente nuevo a nivel mundial pero ya hay muchas personas trabajándolo, sobre todo en Europa, y este término es la biblioterapia, hay una forma en específico de trabajar con los libros con todas las edades y yo lo hago a través del arte, con álbumes ilustrados, y te puedo decir que por supuesto, que sí ayudan, porque la forma en la que uno empatiza a través de los personajes es una de las mejores maneras de hacer una auto resolución de problemas, porque en el momento en que tú lees un libro, te identificas y empatizas con uno o dos personajes, puedes ver a través de ellos como vives tu vida, o como resolver ciertas cuestiones. Y con los niños es increíble, te puedo decir que dentro de mi trabajo he visto cómo puedes llegar a transformar en el momento en que tú les lees un libro, en mi consultorio yo tengo dividido los libros por temas, del enojo, el duelo, el manejo de las emociones, y si les doy el adecuado de verdad es impresionante como ellos se transforman en pensar, y que se den cuenta que cierto personaje se enoja igual que ellos, o a mira no soy el único niño que la está pasando porque falleció su abuelita, y que a partir de ahí se le puedan brindar herramientas para trabajarlo, e incluso tengo libros de temas variados porque a veces llegan y no quieren hablar entonces les doy uno de esos libros. Así que por lo menos en mi profesión te puedo decir que los libros han sido una herramienta de trabajo.

Pregunta 3:

Para mí ya es un hábito de todos los días, es como un acompañante de día a día, para mí la lectura es un ejercicio para la mente, es una forma de ponerme en contacto con el mundo, y también es un acto muy personal. La lectura también es comunidad, es otra forma de conocer a otras personas a través de los libros.

Pregunta 4:

Es cultura, es empatía, de manera persona o profesional para mí la lectura me ha dejado empatía, si yo leo una historia de lo que estamos viviendo actualmente en una guerra, empatizo muy diferente a que, si solo viera las noticias, porque en el momento en el que tú conoces una historia personal de alguien que vivió esas situaciones es una lección. A través de los libros puedes conocer un mundo, y conocer lo que está viviendo una persona del otro lado del mundo.

Pregunta 5:

A pesar de que llevo toda la vida leyendo, en la pandemia y teniendo más tiempo, sí leí más, y hubo un cambio radical, antes era anti-audiolibros, y ahora que les di una oportunidad soy muy fan, tengo un hijo de 12 años y también nos unió, porque escuchábamos un audiolibro mientras hacíamos otra cosa, como dibujar o armar un rompecabezas. Y lo he probado en muchas formas, por ejemplo, voy leyendo y escuchándolo, los voy intercalando, entonces es una experiencia increíble.

Pregunta 6:

Lo que hago con los niños es dentro del consultorio, en el momento son álbumes ilustrados cortos, generalmente lo leemos ahí y lo integro dentro de la parte terapéutica, y generalmente del cuento sacamos

arte, dibujos, plastilina y con los adolescentes les doy libros para que los lleven a su casa y luego me los regresen, con los niños siento que es más sencillo, luego los papás llegan y me dicen que cual libro leímos porque los quieren comprar, y se me hace padre porque ya lo integran y lo tienen en sus casas, y niños un poco más grandes me han dicho que en el colegio leyeron tal libro, o que fueron a una biblioteca y me los traen y los integramos al proceso. Y con los adolescentes lo que me pasa y con lo que luché muchísimo, es que el 80% llegan a querer hablarme de las series, y yo les digo que, porque no leen mejor los libros, por ejemplo, llegó una adolescente diciéndome que “Los juegos del hambre” estaba increíble, pero si le dije que le diera la oportunidad al libro para poder comprender mejor a los personajes, porque ese es el problema de una serie, que ya te lo ponen todo, y no le dan la oportunidad a imaginarlo como un libro lo hace. Trato de trabajar igual con ellos, libros ilustrados, pero me cuesta más, porque, aunque algunos sí están abiertos a este tipo de libros, muchos otros me dicen que son libros para niños chiquitos, pero el concepto es el mismo, aunque seas un adolescente de 14 o 15 años te sigues enojando como un niño de 6 años, entonces trato de buscar con qué personajes podrían empatizar.

Pregunta 7:

Es bien difícil, porque yo me niego a ponerle edades a los libros, no me fijo en qué edad tienen, sino qué les gusta leer, cuál es su pasatiempo o el tipo de series que les gustan para poder buscar una recomendación a lo que a ellos les guste y no recomendar solo algo que a mí me gustó y parece bien. Entonces, por ejemplo, si a un niño que le encanta el fútbol le quiero dar a fuerza un libro de fantasía pues por más que a mí me fascine y piense que es una obra espectacular, a él no le va a interesar, otro problema es que los papás me dicen que, porque les recomiendo comics, piensan que eso no es leer, porque ellos quieren que a fuerza los niños lean los clásicos, y no es así, entonces es preferible que ellos lean lo que sea de su interés, yo trato que sea por temas e irlos abordando dentro de la terapia.

Pregunta 8:

Como a mediados del 2020 formé un grupo de lectura en el cual también integro mi trabajo profesional, y ahorita tengo aproximadamente 17 niños, y sí ha habido un incremento, aunque sigue siendo una batalla entre los libros y las pantallas, pero también influye mucho que los niños conozcan adultos que disfruten leer, y es lo que les digo a los papás no puedes pedir que tu hijo lea, si él no te ve hacerlo, y mi slogan es “todos aprendemos con el ejemplo, por ejemplo y solo por el ejemplo” entiendo la preocupación de los papás porque sus hijos lean pero si ellos no lo hacen, sí está muy complicado.

Pregunta 9:

Hay un chico que entró al club de libros, que ya le gustaba leer, pero muy poco, y a su mamá también, pero libros de adultos como novelas y no de niños, y cuando este niño entró al club era muy participativo, y recuerdo que leímos “El único e incomparable Iván” y ese niño en específico me dijo muchas cosas en función al personaje, y fue que hablé con su mamá, porque noté que él no la estaba pasando bien en pandemia, hacía comentarios muy puntuales como “Iván está muy solito” y resultó que su papá es uno de los médicos de uno de los hospitales más importantes aquí en México, entonces el niño todos los días veía a su papá hablar por teléfono y escuchaba tragedia tras tragedia, y le di seguimiento en terapia, aunque pocas sesiones porque no era algo grave, su mamá sí estaba con él, le daba esa contención y su papá al final no iba a dejar de ser médico, pero seguimos trabajando a través de los libros en la consulta, él también se identificó con un personaje que era un gorila bueno, y también fue una identificación porque este niño es muy grandote para su edad y era claro de dónde venía el apego con el personaje, luego lo dejé de ver por más de 1 año, y hace unos días lo volví a ver y me dijo que sigue leyendo, de hecho me lo encontré una feria de libros y me decía que libros me recomiendas leer, llegó con 8, y me di cuenta que él seguía buscando esa identificación con esos primeros personajes que leímos, creo que estos libros le ayudaron a evolucionar. Entonces para los niños la lectura ayuda en la autoestima, ayudan al identificarte con los personajes y reconocer quién eres, qué te gusta, con qué puedes y no puedes.

Pregunta 10:

Conozco un poco porque ese fue mi gran descubrimiento de la red social, la verdad yo era bastante renuente a Instagram, pero en pandemia lo conocí, y sé que hay un montón de gente que tiene clubes de lecturas, y fuera de ellos yo participo en un grupo por parte de las mamás de la escuela de mi hijo, y ya llevamos como 5 años reuniéndonos una vez al mes para comentar libros. Y también con mi hijo recuerdo que conocimos un grupo de lectura en una librería de Gandhi cuando estaba muy chiquito, donde logramos conocer autores e ilustradores.

Preguntas 10.1

Creo que el concepto de un club de libros como tal es hacer comunidad, el hecho de conocer a otras personas, platicar con ellos, que te incluyan, siempre va a ser un impacto positivo, y con los niños también, pero va más allá de estar con otros niños, influye desde la selección del libro. Emocionalmente apoya a los niños a ver la lectura como una herramienta de empatía, de socialización, de conectar con otros a través de las historias, poder compartir tiempo y otras formas de aprendizaje, es un vínculo entre seres humanos.

REFERENCIAS

- Álvarez Álvarez, Carmen (2016). Clubs de lectura: ¿Una práctica relevante hoy? Información, cultura y sociedad: revista del Instituto de Investigaciones Bibliotecológicas, (35),91-105.[fecha de Consulta 3 de Mayo de 2022]. ISSN: 1514-8327. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=263048647005>
- Aramburo, U. N. I. (2020, junio). Efectos psicológicos de la literatura en mujeres de un club de lectura en Medellín. psicorevista. Recuperado marzo de 2022, de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-89612020000100127
- Ariza, M., & Velasco, L. (2015). Método cualitativo y su aplicación empírica: por los caminos de la investigación sobre migración internacional (primera ed., Vol. 1). El colegio de la frontera norte.
- Del Valle, M.J. (2012). Variables que inciden en la adquisición de hábitos de lectura de los estudiantes. Guatemala: Dirección General de Evaluación e Investigación Educativa, Ministerio de Educación.
- Flecha, R. 1997. Compartiendo palabras. El aprendizaje de las personas adultas a través del diálogo. Barcelona: Paidós. Carlino, P. (2006). Leer y escribir en la universidad, una nueva cultura ¿por qué es necesaria la alfabetización académica? Primer encuentro de Lectura y Escritura en la Educación Universitaria. Colombia: Universidad Autónoma de occidente.
- Halliday, M.A.K. (1978). El lenguaje como semiótica social. La interpretación social del lenguaje y del significado. Colombia: Fondo de Cultura económica.
- INEGI. (2021, abril). La lectura en formato digital de libros, revistas y periódicos registra los incrementos más altos desde 2016: molec 2021 (n.o 215/21). https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2021/EstSociodemo/MOLEC2020_04.pdf

- J.K., J. (2019, 17 septiembre). El maravilloso efecto que leer tiene en tu salud mental. La Vanguardia. Recuperado mayo de 2022, de <https://www.lavanguardia.com/cribeo/estilo-de-vida/20190310/47433529736/el-maravilloso-efecto-que-leer-tiene-en-tu-salud-mental.html>
- La lectura, elemento de gran importancia para la salud cerebral. (2020, 29 julio). SECTEI. Recuperado mayo de 2022, de <https://www.sectei.cdmx.gob.mx/comunicacion/nota/la-lectura-elemento-de-gran-importancia-para-la-salud-cerebral>
- Morandi, V. (2008). La logoterapia y la biblioterapia: descubriendo el sentido de la vida a través de la lectura. Uruguay: Universidad de Montevideo.
- Moreno, E. (2002). La familia como institución sociocultural: el papel en la adquisición de los hábitos lectores. Portularia. Revista de Trabajo Social, 2, 309-324.
- Naranjo Mora, K., Navarro Araya, G., & Zuñiga Seravalli, T. (2017). La biblioterapia como herramienta de ayuda aplicada en la biblioteca escolar: estudios de casos. e-ciencias de la información, 7(2). <https://www.scielo.sa.cr/pdf/eci/v7n2/1659-4142-eci-7-02-00019.pdf>
- Quiroga Noa, Yoennis, & Noa Monjes, Benigno Rolando (2007). Un acercamiento a los mecanismos que intervienen en la lectura. EduSol, 7(18),9-17. Fecha de Consulta 3 de mayo de 2022. ISSN: Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=475748657002>
- Sampieri, H. R., Collado, F. C., & Lucio, B. P. M. (2014). Metodología de la investigación (sexta ed., Vol. 736). McGraw-Hill Education.
- Sampieri, H. R., Collado, F. C., & Lucio, B. P. (2010). Metodología de la investigación (quinta ed., Vol. 736). McGraw-Hill Education.

Tomaino, V. (2012). Biblioterapia: una nueva herramienta para el profesional bibliotecario. Ponencia presentada en la II Jornada “Temas actuales en bibliotecología”, Centro Médico Mar del Plata, Argentina. Recuperado de http://eltopodealejandria.blogspot.com/2012_01_01_archive.html

Toro, C. (2010). Biblioterapia y tus necesidades. Horizontes, (102-103), 39-40.

Tovar, Kenia; Riobueno, María Carolina. (2018). El club de lectura como estrategia creativa para fomentar la lectura creativa en los estudiantes educación integral. Revista de investigación, Universidad Pedagógica Experimental Libertador Venezuela, 42(94).
<https://www.redalyc.org/journal/3761/376160142004/376160142004.pdf>