

Jairo Ramón Villasmil Ferrer

<http://dx.doi.org/10.35381/s.v.v4i8.930>

## EDITORIAL

A finales del año 2019 se conoció de personas enfermas en China de una nueva cepa del coronavirus surgida aparentemente en un mercado de la ciudad de Wuhan, pero tan solo tres meses después se convertiría en una pandemia, llegando a afectar a la mayoría de los países de mundo. Surgieron de allí las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS) haciendo un llamado a adoptar nuevas medidas drásticas para combatir la COVID-19, término con el que se nombró a la condición patológica asociada a este virus, caracterizada principalmente por trastornos respiratorios con mayor frecuencia de severas complicaciones. Se plantea el distanciamiento social como una práctica que posibilita la reducción del riesgo de contagio para poner freno a la dispersión de este virus.

Distanciarse de manera social implica hacerse un poco ermitaño, desarrollando las actividades preferentemente en los hogares y manteniendo un contacto mínimo con la gente cuando existe la necesidad de salir a sitios muy frecuentados. De tal manera que aquello que no es de urgencia ni esencial, tales como hacer un chequeo médico rutinario, debe posponerse.

Existen grandes áreas en las que se han producido cambios importantes:

- Las formas de interacción y contacto social.
- Las relaciones laborales y naturaleza de los trabajos.
- Los hábitos de consumo: se ha dejado de producir económicamente, pero también ha bajado el nivel de consumo; cuidar la salud.
- Las medidas para cuidar la salud.
- La movilidad.

Jairo Ramón Villasmil Ferrer

Uno de los aspectos comunes a estas cinco grandes áreas, tiene que ver con el confinamiento. Existe una notoria contradicción en el hecho de que aunque es necesario el “distanciamiento social” con la finalidad de evitar que el virus siga propagándose, sin embargo este aislamiento puede a la larga contribuir con problemas de salud, de allí la importancia de evitar que como efecto colateral se produzcan también la sensación de aislarse emocionalmente.

Es así la importancia de poseer rutinas que le da estructura y organización a nuestras vidas, con la consiguiente sensación de poseer control. De igual forma interactuar socialmente nos enriquecen en cuanto a experiencias, por lo que al limitar estas actividades se genera malestar con manifestaciones de distintas maneras dependiendo de las variaciones individuales.

Aunque muchas personas soñaban con la posibilidad de laborar desde sus hogares como una factibilidad, más a mediano que a corto plazo, con la contingencia de la pandemia la necesidad obligó a acelerar este proceso de manera más improvisada que planificada, pero lo cierto del caso es que muy probablemente es una realidad que llegó para quedarse.

Manifestaciones psicológicas subjetivas hartazgo, irritabilidad, angustia y sentirse aburrido, pueden ser reportadas mientras para algunos otros como la sensación de opresión, síntomas o dolores a nivel corporal y sentirse encerrados, son el trasfondo de manifestaciones psicológicas de la ansiedad, cuadros depresivos, fobias y temores, pensamientos obsesivos y conductas compulsivas.

Con esta compleja situación aflora la oportunidad de destacar el importante papel de las relaciones sobre la salud, para fomentar, usar y aprovechar las tecnologías para promover el bienestar, ya que paradójicamente la pandemia ha puesto en evidencia que, aunque la cercanía en las interacciones humanas contribuye a la propagación de ciertas enfermedades, también puede promover bienestar a nivel psicológico y social.

Jairo Ramón Villasmil Ferrer

Una revolución en el ámbito del trabajo, generada por un virus, en tiempos en los que las tecnologías estaban listas (o casi) para asumir el reto. No está de más mencionar ciertas ventajas del trabajo en casa tales como la relativa comodidad y flexibilidad para el trabajador, el aspecto económico y la reducción del impacto ambiental. Sin embargo no debe y tampoco olvidarse la real ampliación y diferenciación de una brecha económica para quienes no tienen estas competencias y acceso a la tecnología.

De esto podría destacarse un conjunto de nuevas y complejas competencias en el plano profesional y a nivel psicológico, que serán requeridas en una situación contextual donde los problemas globales tienen mayor vigencia: destrezas tecnológicas, adaptabilidad y flexibilidad, disposición a aprender, capacidad de emprender, sin desmerecer de su capacidad de ser solidario y su sensibilidad social. Orientar investigaciones a estas áreas, abre un abanico de posibilidades que por su pertinencia y necesidad contribuirán enriqueciendo la dinámica para poder afrontar la pandemia y su impacto.

*Dr. Jairo Ramón Villasmil Ferrer*

Instituto de Investigación y Estudios Avanzados Koinonía

<https://orcid.org/0000-0002-5535-3132>