

2º Congreso Latinoamericano de Comunicación de la UNVM. Instituto Académico Pedagógico de Ciencias Sociales. Universidad Nacional Villa María, Villa María, Córdoba, 2020.

# El virus de la incertidumbre.

Rodríguez, Eva Camila.

Cita:

Rodríguez, Eva Camila (2020). *El virus de la incertidumbre. 2º Congreso Latinoamericano de Comunicación de la UNVM. Instituto Académico Pedagógico de Ciencias Sociales. Universidad Nacional Villa María, Villa María, Córdoba.*

Dirección estable:

<https://www.aacademica.org/segundo.congreso.latinoamericano.de.comunicacion.de.la.unvm/89>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/enOb/Tpe>



Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons.  
Para ver una copia de esta licencia, visite  
<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.es>.

*Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite:*  
<https://www.aacademica.org>.

## *El virus de la incertidumbre*

**Línea temática 3:** Investigación.

**Autora:** Rodríguez, Eva Camila. (Universidad Nacional de la Patagonia San Juan Bosco, Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales) CP 9000. Comodoro Rivadavia, Chubut.  
Contacto: camirodz94@gmail.com

### **Resumen**

La incertidumbre, el caos, la soledad del aislamiento y los tiempos contraídos son característicos de esta nueva modalidad indefinida entre la virtualidad y la presencialidad que acarreó el coronavirus a nivel mundial. El trabajo es una de las actividades que más se vio trastocada por el revés pandémico, siendo los sectores vulnerables los especialmente afectados. Los diferentes modos mediante los cuales se modificaron las actividades laborales repercuten en las formas de ver la crisis sanitaria actual, afectando a la salud mental y física.

Los trabajadores sufrieron de diferentes maneras el aislamiento social, preventivo y obligatorio, de acuerdo al tipo de actividad económica en el cual se desarrollaron, generando “adaptaciones” para poder sobrellevar la situación. En el presente ejercicio de investigación realizada en el marco de una cátedra de la Licenciatura en Comunicación Social de la UNPSJB, se dan cuenta de 3 situaciones distintas, en la que les entrevistados desarrollaron su forma de afrontar la crisis sanitaria, cotejándolo con la mirada de una profesional de la salud mental para entender las modalidades de adaptación que llevaron adelante a partir de la crisis e incertidumbre generada por la pandemia del COVID-19.

Coinciden los relatos de los entrevistados en que la pandemia fue generadora de una situación caótica, caracterizada por la incertidumbre de no saber qué va a suceder en el futuro. En sus casos se vislumbró la soledad generada por el aislamiento, la identificación del tiempo como contraído y el aprendizaje como modalidad de distracción.

Los tiempos capitalistas apremian continuar con las rutinas desarrollando nuevas formas de hacerlo, reorganizando los plazos con los que se realizaban las distintas prácticas, replanteando paradigmas antiguos en los que la combinación de la presencialidad y la virtualidad –o la virtualidad total-, se presentan como nuevos modos de relacionarse con los demás.

**Palabras Claves:** Comunicación, Trabajo, Pandemia

### **Presentación**

El trabajo es una de las actividades que más se vio trastocada por el revés pandémico, siendo los trabajadores independientes especialmente afectadas, aunque también los trabajadores formales o en relación de dependencia tuvieron repercusiones.

En el presente texto, presentaremos tres casos particulares. El primero representa al sector de trabajadores esenciales (área de salud) que realizó jornadas presenciales, sumando tareas en el entorno virtual; el segundo a trabajadores independientes y el tercero a les empleades en relación de dependencia que migraron sus actividades por completo a la virtualidad (docencia).

A partir de los datos recolectados, les entrevistades, coinciden en que la pandemia fue generadora de una situación caótica, caracterizada por la incertidumbre de no saber qué va a suceder en el futuro próximo. Además, se vislumbró la soledad generada por el aislamiento, la identificación del tiempo contraído y el aprendizaje como modalidad de distracción.

Mientras tanto, los tiempos capitalistas exigen continuar con las rutinas, demandan nuevas formas de hacerlo, reorganizan los plazos con los que se realizaban las distintas prácticas y replantean la combinación en términos de presencialidad y virtualidad, de acuerdo a las posibilidades individuales.

## **Escenario**

El nuevo virus se extendió al mundo entero a una gran velocidad. En Argentina el primer caso confirmado fue el 5 de marzo del 2020 y a mediados de ese mes se implementaron diversas medidas, siendo el aislamiento social preventivo y obligatorio la más polémica, debido a que el país es uno de los que lleva una de las cuarentenas más largas. De acuerdo a datos recopilados al momento de escritura de este texto<sup>1</sup> sobre un total de 750 mil personas, 595 mil se recuperaron y hubo 16 mil decesos.

Las entrevistas fueron realizadas en marzo y abril, cuando las medidas de ASPO, fueron efectivas para reducir la circulación del virus y el crecimiento del índice de mortalidad. Aunque, la salud mental parecía socavada por la incertidumbre, la soledad y el miedo, consecuencias del confinamiento.

En este marco, se considera que las diferentes modalidades en las que se cumplieron jornadas laborales repercuten en las formas de ver la crisis sanitaria actual, afectando a la salud mental y física.

## **Contexto**

Al caracterizarse como pandemia, la crisis sanitaria se vuelve una referencia a un problema humano más profundo, que afecta a la humanidad como un todo y que se diferencia de las crisis regionales o locales, étnicas, de género, entre otras, que sólo aquejan a determinados grupos sociales o espacios geográficos.

El virus llegó a Argentina en un momento de crisis económica y fragilidad social, signado por el problema de la deuda externa, la devaluación de la moneda y la creciente inflación. “En este contexto de crisis económica, el mercado de trabajo de Argentina ya acusaba una situación de gran debilidad antes de esta emergencia sanitaria, con una tasa de desempleo

---

<sup>1</sup> Total de infectados al 5 de octubre en Argentina. Fuente: Reporte Diario Vespertino del Ministerio de Salud Nacional (disponible en <https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/informes-diarios>).

cercana a los dos dígitos y con más de 3 de cada 10 asalariados en una situación de no registro.” (Ernst y López Mourelo, 2020)

La actual, se trata de una crisis de salud que alcanza, aunque en diferente grado, a todas las clases sociales, ideologías y géneros y que ataca con más ímpetu a los adultos mayores por su situación de mayor vulnerabilidad etaria intrínseca. Aunque en apariencia la enfermedad no distingue entre sus víctimas, las crisis nunca golpean a todos por igual, ya que las posibilidades de contagio y curación de enfermedades infecciosas son muy diferentes en función de múltiples factores como las condiciones de vida y el desarrollo económico.

Lo anterior, se suma al contexto crítico que atraviesa Chubut desde hace algunos años. Ya que, la pandemia empeora la economía de la provincia con mayor producción de petróleo del país, que aunque genera un flujo enorme de dinero, el 70% de estas ganancias están comprometidas al pago de la deuda externa contraída por sus últimas administraciones gubernamentales. En estas condiciones se enmarcan la falta de pago de sueldos a les empleades estatales chubutenses, quienes perciben sus salarios de manera “escalonada” y con 3 meses de atraso, sin contar con los aumentos acordes a la inflación argentina. A ello, se agrega la situación de los comercios, les monotributistes y les trabajadores informales que no pueden desarrollar sus actividades laborales con regularidad, sumándose a la incertidumbre que genera la situación del COVID-19.

### **Trabajadores esenciales y no esenciales**

Se prevé que los canales a través de los cuales la pandemia afectará el desempeño económico tendrán un impacto diferenciado en cada uno de los sectores de actividad. Las industrias clave para enfrentar el brote son el sector salud; la industria alimentaria; la farmacéutica e higiene personal y de limpieza.

Las actividades comerciales consideradas esenciales son supermercados; farmacias; estaciones de servicio; ferreterías; veterinaria; lavanderías; servicios de entrega, y restaurantes (que cuenten con servicios de entrega). También hay otras excepciones, que incluyen: la industria alimentaria; la agricultura y la pesca; las telecomunicaciones y los

medios de comunicación; el transporte público de corta distancia; la electricidad; el gas natural, y la industria petrolera.

En el caso de los sectores más afectados, según la ONU, son los industriales de productos y comercios de productos “no esenciales”; la construcción; los trabajadores de casas particulares; la provisión general de servicios sociales; hoteles y restaurantes; actividades inmobiliarias y el transporte de media y larga distancia.

La división que introdujo el coronavirus fue entre trabajadores, caracterizando como esenciales a algunos, y no esenciales a otros. Esto conllevó que los considerados no esenciales no pudieran continuar con sus rutinas o debieran modificarlas –en algunos casos trasladándolas a lo virtual- generando graves perjuicios en sus ingresos económicos. Aquellas personas que se desempeñan laboralmente en los ámbitos considerados esenciales, sufrieron modificaciones en sus rutinas, ritmos y cantidad de actividades, ya que se vieron sobreexigidos en tareas diversas que se sumaron a las prácticas prepandémicas. Tal es el caso de los trabajadores de la salud, quienes se volvieron fundamentales en la tarea de combatir la propagación del virus, atender a los pacientes infectados y generar concientización en la población para evitar contagios, así como estar “atentos” a sus propias prácticas dentro de los establecimientos sanitarios para no contraer el COVID-19.

Para dar cuenta de la situación de los trabajadores de salud chubutenses, se entrevistó a una enfermera que se desempeña en el sector de Epidemiología y Prevalentes del Hospital Regional de la ciudad de Comodoro Rivadavia. Dicho sector se encarga del control, tratamiento y vigilancia de enfermedades infectocontagiosas transmisibles para las ciudades de Comodoro Rivadavia, Rada Tilly y Sarmiento. Su modalidad de trabajo combina tareas presenciales, así como remotas (cargando datos de los pacientes a sistemas virtuales nacionales<sup>2</sup>). Consecuentemente, se vio fuertemente implicado en el control del COVID-19 ya que, debió generar el protocolo (de manera espontánea y voluntaria) mediante el cual, Comodoro Rivadavia hizo frente a la transmisión y propagación del virus. Por lo que, las jornadas laborales se extendieron considerablemente, al estar abocado de lleno a generar estos mecanismos de protección, tanto para la población en general como para los trabajadores sanitarios, así como el cargado de datos dentro del SISA.

---

<sup>2</sup> Las tareas remotas se desarrollan en el SISA “Sistema Integrado de Información Sanitaria Argentino”

A esta trabajadora se le consultó qué vivenció al conocerse el aislamiento.

Nosotros mucho no pensamos, en realidad lo que hicimos fue un cambio de 360 grados en la forma de trabajar. Sobre todo en Prevalentes y Epidemiología que es donde yo trabajo que es el centro de todo esto, entonces nosotros pasamos de trabajar 6 horas a trabajar día y noche. Los primeros tiempos era caminar sobre lo desconocido porque nadie sabía de qué se trataba, nadie sabía absolutamente nada. Las informaciones llegaban de todos lados, que si tocas te contagias, que si no te contagias. (Entrevistada 1)

De acuerdo al testimonio, a la jornada extendida hubo que sumar formas de organización nuevas y maneras de comunicar lo que estaba ocurriendo.

Tuvimos que armar todo un contexto en dónde nos movíamos, cómo ibas a iniciar el trabajo porque nos teníamos que organizar. La verdad que fue re caótico para nosotros al principio. Hasta lo logramos entender mínimamente un poquito nosotros, para poder contarle después a los demás de qué se trataba. Hasta el día de hoy seguimos explicando porque es súper dinámico porque va cambiando todo el tiempo porque hoy se dice “contagia la superficie” mañana dicen que no, y así estamos. Es algo que no se conoce, no lo conoce nadie. (Entrevistada 1)

Para la entrevistada, el aprendizaje de los cuidados necesarios, así como contar con los materiales de protección para desempeñar la tarea laboral, se tradujeron en cierto grado de tranquilidad. Ramírez-Ortiz y otros (2020) encontraron, por ejemplo, que les profesionales y empleadas sanitarios se sienten más seguras cuando cuentan con los elementos de protección personal (EPP). La entrevistada hace referencia a dicha situación.

El día que salimos por primera vez a hisopar, fue tremendo porque cuando agarramos el hisopo temblábamos un montón. Ese día nos quisieron dar herramientas de cuidado personal, que yo les dije “con eso no salgo, es mi salud así que no”. Nosotros estábamos preparados, así que nos debían proveer lo que correspondía, todos los elementos. Después de eso, mágicamente apareció todo. Hoy a nosotros no nos falta nada en cuanto a EPP. Porque no nos puede faltar, nosotros trabajamos en la boca de las personas, es lo más arriesgado que hay. (Entrevistada 1)

A la sobreexigencia laboral de los trabajadores sanitarios, se le suma la falta de recursos que presenta la salud en Argentina y sobre todo en Chubut, donde los materiales y el volumen de personal están mermados significativamente.

“Es previsible que esta sobrecarga emocional sin precedentes produzca, entre los profesionales sanitarios, reacciones y síntomas afectivos y de ansiedad, incluido estrés postraumático, en los 6 meses posteriores a la superación de la actual crisis sanitaria. Se estima que entre el 10 y 15% de las plantillas de los servicios críticos, con mayor prevalencia en enfermería, podrían verse afectados en alguna medida.”  
(Mira, 2020, p.134)

Los profesionales de la salud se vieron desbordados por la carga física y emocional que tienen que soportar y, particularmente, en soledad, ya que en muchos casos se aíslan de sus círculos inmediatos por miedo a contagiarlos. La entrevistada mencionó: “Ahora nos empezó a afectar a todos los trabajadores de la salud, la soledad en la que tenemos que estar. Porque yo no quiero ir a la casa de mis hijas, porque quizás yo me haya contagiado y les llevo el virus. (...) A todos los que trabajamos tan encima del virus nos pasa lo mismo. Eso si te afecta.”

Luego de relatar cómo fueron sus emociones y temores en el marco del desempeño laboral como servicio esencial, la entrevistada manifestaba que hubo asistencia psicológica virtual de parte de un grupo de profesionales, aunque el personal no pudo aprovecharlas al ciento por ciento por la falta de tiempo que les generó su trabajo. Dando cuenta sobre la preponderancia a sus tareas laborales, ante esos momentos que se le ofrece para poder tener una consulta psicológica que le aporten herramientas para afrontar la situación en la que se ve envuelta. Ramírez-Ortiz y otros (2020) desarrolla que, cuando el personal está demasiado ocupado o repetidamente “no disponible” para asistir a los espacios terapéuticos, puede ser signo de un síntoma de trauma vinculado a la crisis contextual.

Todo esto genera un contexto de incertidumbre, donde se desconoce la duración de la situación crítica, generando aún más estrés en los trabajadores del ámbito sanitario. La falta de previsiones a futuro hace que la carga psicológica de la sobreexigencia del puesto laboral “esencial” se vuelva muy pesada para estos trabajadores. La entrevistada refiere a ello diciendo que su sensación es que “(...) esto va a seguir, es lo peor. De acá hasta que

salga la vacuna, vamos a llevar esta vida. Esta vida que llevamos, no es vida. Por eso de no poder salir a la puerta de tu casa porque no sabes si pisaste ahí, entraste el virus.”

## **Pasaje a la virtualidad**

El efecto de la pandemia de coronavirus sobre el empleo será "devastador" y superará lo sucedido durante la crisis financiera mundial de 2008-2009, según un informe de la Organización Internacional del Trabajo<sup>3</sup>. El daño es muy pronunciado y se registró en muy poco tiempo, según la OIT, se caracteriza como la crisis más severa desde la Segunda Guerra Mundial, que terminó en 1945. El caso particular de Argentina, el 41,8% de sus trabajadores están en sectores de mayor riesgo.

Como consecuencia de la pandemia y del aislamiento obligatorio, que llevaron a gran parte de la población a migrar sus actividades a la virtualidad; a partir de marzo de 2020 se actualizaron informes relacionados al teletrabajo.

De acuerdo a datos del Ministerio de Producción<sup>4</sup> en 2017, el total de personas laboralmente activas representó casi un 8%<sup>5</sup>, mientras que al inicio de la década el porcentaje rondaba el 2%. En el mismo contexto se señaló que cumplidas esas condiciones, el perfil del teletrabajo en el futuro superaría cómodamente el 50% de la población asalariada profesional, aunque solo un 10%<sup>6</sup> de la mano de obra no calificada, a lo que se sumó que había más varones teletrabajadores que mujeres, a partir de desigualdades sociales y culturales que iban más allá del trabajo remoto. Las condiciones de posibilidad para la expansión de la modalidad remota también pueden asociarse a brechas preexistentes, tales como, la geográfica y la relacionada a competencias y conocimientos que demanda la práctica en situaciones específicas.

---

<sup>3</sup> Datos de la Evaluación Preliminar de la OIT: <https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/>

<sup>4</sup> Datos del Libro blanco del teletrabajo: <https://www.argentina.gob.ar/trabajo/teletrabajo/libro>

<sup>5</sup> Siete de cada diez trabajadores en el mismo período eran varones.

<sup>6</sup> Estimaciones realizadas a partir de los datos del tercer trimestre 2019 de la Encuesta Permanente de Hogares.

“La crisis sanitaria del COVID-19 afecta las tendencias vigentes en los mercados laborales – muchas de ellas, si bien no todas, relacionadas con el cambio tecnológico caracterizado por la digitalización –tanto en el corto como en el largo plazo. En el corto plazo (durante la vigencia de fuertes medidas de contención) destacan la destrucción de empleos, la transformación de la manera de trabajar, sobre todo la aplicación del teletrabajo, y la generación de empleo, sobre todo en actividades que cubren necesidades básicas, algunas de ellas facilitadas por plataformas digitales. Muchos de estos cambios profundizan la desigualdad, pues hay mayores riesgos de perder el empleo para personas con menores niveles de educación, miembros de hogares de bajos ingresos y de minorías étnicas, etc., tal como la digitalización amenaza abrir y profundizar brechas laborales entre personas de diferentes niveles de habilidades digitales.”(Weller, 2020)

La migración de tareas que en la prepandemia se realizaban de manera presencial, luego de la crisis sanitaria, se vieron volcadas al trabajo remoto. Las profesiones y puestos laborales que pudieron realizar el cambio a esta modalidad vislumbraron modificaciones en las jornadas laborales. La tecnología interviene de esta manera en lo que Richardson (2006) denomina “contracción del tiempo”, producida por las demandas competitivas del mercado y el trabajo, generando el conflicto de múltiples roles y la sobrecarga de éstos.

El entrevistado 2 se desempeña como docente, en el ámbito estatal, dentro de una escuela secundaria dando clases a alumnos de cuarto año y el en ámbito privado, en el segundo año de un Instituto terciario. Dicho caso, da cuenta de las diferencias entre ambas organizaciones, en cuanto a la continuidad y la organización de las actividades.

Yo laboralmente, tengo dos realidades distintas. Por un lado trabajo en un terciario, que es privado, básicamente ahí no se cortó en ningún momento. Desde que nos enteramos que no se iba a poder ir más al Instituto, se llevó todo a lo digital. En un principio cada uno se acomodaba como podía (...) En la secundaria que es pública, ahí si se cortó todo. Si bien ya las clases estaban medias raras por todo el contexto que se está viviendo en Chubut, se terminó de cortar. (...) Entonces son como dos realidades distintas. (Entrevistado 2)

Lo que deja entrever que las adaptaciones que se debieran hacer para desarrollar el teletrabajo implicaban saberes y competencias vinculadas a esta nueva modalidad, que no están aseguradas desde las organizaciones y que recaen en el mismo trabajador.

La flexibilización de los horarios, así como la sensación de “contracción del tiempo” es el impacto más sobresaliente que dejó la pandemia en sus puestos laborales, según el entrevistado:

Lo que sí, en un principio lo que costaba mucho era el tema de los horarios. Enseguida, creo que la primera semana, una de las cosas que se definió es que los profesores mantengan y respeten sus días y horarios de cursada. Eso también se lo transmitieron a los chicos para que no estuvieran preguntando o enviando cosas fuera del horario establecido. (...) Aunque estoy acostumbrado a estar mucho tiempo en la compu, me di cuenta que los tiempos o ratos que tenía de ir a dar clases eran como mi distracción o desenchufe con lo tecnológico. Eso también se me sumó a lo digital, y de repente estaba casi todo el día sentado enfrente de la computadora y me agotaba mucho, terminaba con los ojos cansados y con dolores de cabeza. (Entrevistado 2)

Mónica González, Licenciada en Psicología, que se desempeña laboralmente en psicología clínica en el ámbito privado, así como en orientación y apoyo a las trayectorias escolares en el ámbito público, aporta que una de las cuestiones recurrentes y prioritarias es el hecho de tener que encontrar nuevas modalidades para permanecer “activos laboralmente”. Lo que desafía la estructura organizativa personal, familiar y lo que provoca que la jornada se transforme, por definición, en flexible por temor a perder el empleo o a ver disminuidos los ingresos. Lo que genera, a su vez, impacto en el área física y mental.

Para el entrevistado, el pasaje de lo presencia a lo virtual en su ejercicio docente, significó “replantear todo. Al principio buscaba los trabajos prácticos que ya tenía armados y me daba cuenta que ninguno funcionaba, todos tenían alguna parte que no podían desarrollarse virtualmente. (...) fue bastante caótico.”

Las “nuevas modalidades” al dar clases, en este caso, implicaron sensación de soledad ya que, como refirió el entrevistado, “El hecho de estar hablando hacia una computadora, era

muy raro porque en el aula tenés algún tipo de relación con los chicos, los ves, están ahí. En este caso, te sentís como hablando solo.”

### **Imposibilidad de trabajar**

“Si bien en Argentina la mayoría de los trabajadores todavía cuenta con un empleo en relación de dependencia, se observa desde finales de 2017 una importante caída del porcentaje de trabajadores asalariados en favor del aumento de otras figuras laborales como el trabajador independiente o monotributista. Esta caída en el empleo asalariado ha estado acompañada por un aumento del porcentaje de trabajadores no registrados, que alcanza al 35,9 por ciento de los asalariados. La tasa de informalidad tiene su mayor incidencia en aquellos sectores especialmente afectados por las medidas de aislamiento adoptadas con motivo de la crisis sanitaria” (Ernst y López Mourelo. 2020)

Los sectores que no están comprendidos como “esenciales”, sufrieron la imposibilidad de continuar trabajando. La mayoría de las instituciones laborales están diseñadas para cubrir a los trabajadores formales, haciendo que el impacto económico de la crisis sanitaria golpee fuertemente la situación de aquellos que no quedan amparados dentro de ellas.

Picco y otros (2020) consideran que la situación económica es un factor estresante de gran importancia ya que la imposibilidad de generar ingresos durante el confinamiento ocasiona estrés socioeconómico, pudiendo generar angustia y ansiedad.

La entrevistada 3, se desempeña como Perforadora Corporal de manera independiente. Al consultarle qué vivenció al conocerse el aislamiento.

Cuando recibí la noticia fue como “Uy”. O sea, es mi trabajo y es mi fuente de ingresos diaria, vivo de eso. También lo pensé desde el lado de que nuestro trabajo no está amparado legalmente todavía. Es un rubro que está muy en el aire (...) enseguida pensé, qué voy a hacer con mi trabajo. Yo vivo con mi pareja que por suerte tiene un trabajo que está regularizado, así que le estaban pagando el sueldo. El 70%, pero le estaban pagando y nos acomodamos con eso. (Entrevistada 3)

Así, se impone alteridad en lo laboral dentro de la pandemia, lo que causa la prioridad de revisar desde los gastos económicos, psicológicos, hasta de índole social.

La disrupción de la rutina de la entrevistada 3 fue total. Para sobrellevar la situación caótica que presentó el ASPO, relató que como medida para hacer frente al problema, se amparó en el aprendizaje como método de “escape” y en mantener una rutina para “no caer en esa de estar boicoteándome sola.”

Muñoz-Fernández y otros (2020) ven estos mecanismos como adaptativos, como una especie de puente entre las personas que logran adaptarse a la nueva condición y las que se sienten sobrepasadas por lo que está aconteciendo y desarrollan trastornos psiquiátricos.

En esa línea, la entrevistada agregaba “Yo trataba las primeras dos semanas de tener mínimamente una rutina. Como, me levanto, leo algo, ordeno mi casa”.

### **Incertidumbre generalizada**

Entendiendo la incertidumbre como la antítesis de certeza, por algo de lo que no se tiene una respuesta posible. En dicho escenario, lo común de los tres relatos, es que la situación sanitaria es generadora de incertidumbre, como expresa la entrevistada 1:

Nosotros bromeamos con que tenemos coronavirus psicológico, porque cuando terminamos de hisopar gente y nos vamos con dolor de garganta y de cabeza. En realidad no es coronavirus, es el cansancio. Llegas a tu casa, tenés una charla con alguien y a los 10 minutos no tenés nada. Es el contexto el que te agota psicológicamente. (Entrevistada 1)

A ello se le suman los problemas estructurales que se presentan en el área estatal o pública, que acrecientan la falta de seguridad en el escenario venidero.

Yo creo que todos los problemas que ya veníamos teniendo en cuanto a la educación, se duplicaron o triplicaron. Hace un año ya empezaban los paros por la falta de pagos y hoy estamos muchísimo peor. Estamos en la incertidumbre. (Entrevistado 2)

Rafael Penadés (2020), explica que la crisis del coronavirus afecta tanto y genera preocupación porque impacta en el área del miedo, una emoción muy básica y contagiosa. Nuestro cuerpo está preparado para actuar de esa forma, ya que posee una base psicofisiológica. Penadés expresa que “en el caso de la incertidumbre, además de la base fisiológica hay también un componente social y cultural”.

El contacto con otros –aunque sea en la virtualidad-, el ocupar el tiempo en actividades que distraen, como estudiar, hizo que la entrevistada 3 pudiera hacerle frente al aislamiento, “al ser algo que ya entendí que sobrepasa de mí y que no voy a poder controlar ni darle forma, trato de acomodarme a lo que va pasando.” La adaptación se genera a partir de entender la situación como algo externo e inmodificable.

Lo desconocido es uno de los miedos más comunes que comparten los seres humanos, por lo que animarse a salir de sus hogares es un riesgo y un desafío. El debate actual se localiza entre el miedo y el cuidado. Concluye la psicóloga consultada:

“Ante este panorama de caos y desorganización resulta prioritario poder organizar el tiempo de modo equilibrado para conservar nuestra salud. Cabe mencionar que para algunas personas el hecho de “no hacer nada” puede ser estresante dado su estilo activo con lo cual es importante considerar que ese tiempo “libre” o disponible para el disfrute, consiste igualmente en “hacer algo”, aunque diferente. Nos hemos visto invadidos por preocupaciones –reales o fantaseadas- que contribuyeron a generarnos incluso más estrés que situaciones habituales. No estamos acostumbrados a aburrirnos, a experimentar el mundo con una velocidad menor sino a producir hasta el cansancio, a saturarnos de todo.”

En esa misma línea, el entrevistado 2 recomienda: “El consejo más importante es delimitar tiempos” para poder continuar la rutina de manera que no afecte la salud física y mental. A ello apunta la entrevistada 3 cuando señala que “aprender a relajarme, a respirar, a estar más tranquila creo que me ayudó bastante.” Al incorporar hábitos que ayuden a focalizar los pensamientos de forma positiva que permitan la resiliencia ante la emergencia sanitaria.

La relación con los demás es fundamental a la hora de afrontar las situaciones adversas, a lo que la entrevistada 1 apunta cuando expresa: “Yo te cuido, vos me cuidas. Eso diría, es la clave de todo. La clave está en la solidaridad”. Poniendo en relieve la interdependencia

social, ya que “en esta valorización y reconocimiento de las personas como seres sociales se destacan los valores de solidaridad, empatía, unión y conciencia social.” (Johnson, Saletti-Cuesta y Tumas, 2020, p.2454).

### **Consideraciones finales**

El trabajo es una de las actividades que más se vio trastocada por el revés pandémico, siendo los trabajadores independientes los especialmente afectados, aunque también los trabajadores en relación de dependencia tuvieron repercusiones. El objetivo del presente ejercicio de investigación fue dar cuenta de las modificaciones que sufrieron las formas de afrontar la demanda laboral de 3 empleadas de diferentes ámbitos en el marco de la crisis sanitaria por COVID-19.

A partir de los datos recolectados, les entrevistados, coinciden en que la pandemia fue generadora de una situación caótica, caracterizada por la incertidumbre de no saber qué va a suceder en el futuro próximo. Además, se dio cuenta durante las entrevistas que se generan visiones desde lo positivo y lo negativo de la situación, el primer caso a partir de la tendencia a valorar positivamente los lazos sociales y comunitarios, generando conciencia social para sostener las medidas sanitarias; en contraposición a la sobreexigencia y los tiempos contraídos o pausas repentinas que provocó la pandemia.

Como ejercicio de indagación, el número de entrevistas fue limitado, por lo que, para futuras investigaciones en relación al tema aquí abordado, se podría ampliar la cantidad de casos relevados, como también abarcar otros ámbitos laborales y si sufrieron –o no– modificaciones vinculadas al ASPO. Además, se podría continuar indagando sobre los casos aquí seleccionados, generando un seguimiento para conocer si presentan transformaciones a medida que avanza la cuarentena argentina en relación a las modificaciones del trabajo. Esto podría dar cuenta qué cambios se sostuvieron y cuales no, en lo aquí percibido.

## **Bibliografía**

Domínguez Chávez, J. (2020) Entendiendo el teletrabajo.

Johnson, M., Saletti-Cuesta, L. and Tumas, N., 2020. Emociones, preocupaciones y reflexiones frente a la pandemia del COVID-19 en Argentina. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25(suppl 1), pp.2447-2456.

Mira, J. (2020). Pandemia COVID-19: y ahora ¿qué?. *Journal Of Healthcare Quality Research*, 133-135.

Muñoz Fernández, S., Molina Valdespino, D., Ochoa Palacios, R., Sánchez Guerrero, O. and Esquivel Acevedo, J., 2020. Estrés, respuestas emocionales, factores de riesgo, psicopatología y manejo del personal de salud durante la pandemia por COVID-19. *Acta Pediátrica de México*, 41(4S1).

Ernst, C. y López Mourelo, E. (2020). La COVID-19 y el mundo del trabajo en Argentina: impacto y respuestas de política. Disponible en [https://www.ilo.org/buenosaires/publicaciones/documentos-de-trabajo/WCMS\\_740742/lang--es/index.htm](https://www.ilo.org/buenosaires/publicaciones/documentos-de-trabajo/WCMS_740742/lang--es/index.htm)

Picco, J., González Dávila, E., Wolff, S., Gómez, V., & Wolff, D. (2020). Aspectos psicosociales de la pandemia COVID-19 en la población de la ciudad de Mendoza. *Revista Argentina De Cardiología*, 88, 207-210. doi: 10.7775/rac.es.v88.i3.17925

Ramírez-Ortiz, J., Castro-Quintero, D., Lerma-Córdoba, C., Yela-Ceballos, F., & Escobar-Córdoba, F. (2020). Consecuencias de la pandemia COVID 19 en la salud mental asociadas al aislamiento social.

Richardson, Helen (2008) Una "casa inteligente" no es un hogar: La domesticación de las TIC. En Springer Science + Business Media número especial sobre Adopción y uso de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) en el contexto residencial y de los hogares (véase el editorial de Dwivedi y otros, 2008).

Rius M. Consejos para lidiar con la incertidumbre personal y laboral que ocasiona la crisis del Covid-19. (2020) Disponible en:

<https://www.lavanguardia.com/vivo/psicologia/20200311/474087418640/coronavirus-gestionar-incertidumbre-miedo.html>

Weller, J. “La pandemia del COVID-19 y su efecto en las tendencias de los mercados laborales”, Documentos de Proyectos (2020), Santiago, Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL).