

Pandemia de la covid-19/ UN AÑO DEL ESTADO DE ALARMA



En los meses de confinamiento, cualquier rincón al aire era aprovechado para mantener el contacto con el exterior. Los balcones se llenaron al sol.

ARCHIVO (MONTXO A.G.)

Al año del estado de alarma, que amparó el confinamiento domiciliario y anticipó una sucesión de restricciones por el bienestar de la salud pública, arrecian interrogantes sobre secuelas y modos de relacionarnos en una cultura que anhela el contacto

¿Dónde queda la libertad?

NATXO GUTIÉRREZ

Pamplona

Dónde queda la libertad? y ¿qué se entiende por libertad? cuando interviene un Estado ante una amenaza para sus ciudadanos. Como “ser social que es”, el ser humano necesita de los otros. La evidencia es coincidencia en su recuerdo por parte del doctor en Filosofía y profesor de Sociología en la Universidad de Navarra, Alejandro Navas García, y por el profesor de Filosofía en el IES Plaza de la Cruz Mikel Aranburu Zudaire. La declaración de la pandemia, y con ella la fijación de una serie de límites, acotó la libertad de movilidad al espacio de las cuatro paredes del hogar y determinó después la prudencia de mantener dos metros de distancia.

“¿Dónde está la libertad individual?”, se pregunta el abogado y también profesor de Derecho, Eduardo Ruiz de Erenchun, aludiendo a un principio básico que asiste a todo ciudadano. “Ha desaparecido bajo el paraguas de la salud, y la sociedad lo ha aceptado. La libertad individual en su concepto más amplio ha desaparecido. No puedo salir de Navarra desde el 26 de octubre prácticamente. Pensaba que para afectar a un derecho fundamental habría que decretar un Estado de Excepción o de Sitio. Pero los tribunales han avalado que se nos pueda coartar esta libertad con el Estado de Alarma. Y ciertamente es la única esperanza desde el punto de vista jurídico. Si el tribunal, que es el que vela por nuestros

derechos, lo da por bueno no queda otra que resignarse o luchar. Nuestra sociedad no está dispuesta a luchar ahora mismo por eso”. Sin que su respuesta pueda y deba interpretarse como alegato de revuelta, sino más bien obediencia a una opinión ante el dilema de la resignación o la rebelión que ha podido enquistarse tras un tiempo prolongado de limitaciones, cree Ruiz de Erenchun que existe “en muchas ocasiones la sensación de que somos una sociedad adormecida. Igual esto en los años ochenta no hubiese sido posible”.

David Brugos Miranda, psicólogo clínico y director del Centro de Salud Mental Milagrosa-Segundo Ensanche, diferencia “entre aceptación y resignación”. En un juego de palabras arroja luz sobre el sentido de la libertad en un momento especial, insólito y crucial en el que aún la amenaza de un patógeno invisible es latente. “Yo acepto libremente no ser libre porque puedo beneficiar a mi compañero, vecino o abuelo. Yo libremente decido no ser libre” por el bien del otro.

“La percepción que tenemos es que, en general, la mayor parte de la población ha mantenido las medidas sanitarias, ante la vivencia del riesgo para la salud que puede suponer no cumplirlas. La responsabilidad de cumplir con las medidas, en este sentido, puede ser una respuesta individual. Sin embargo, ante una situación de pandemia, comprender que nuestras acciones pueden afectar a otras personas nos lleva a desarrollar una mirada colectiva, asumiendo el cumplimiento de estas

medidas como una forma de protección ante esta situación de riesgo sanitario”. Quien así opina es Rosa de Cruz Alfageme, psicóloga general sanitaria, adscrita a Servicios Sociales de Burlada desde 2005.

Desde su perspectiva como filósofo y educador de esta disciplina académica, Mikel Aranburu no puede separar el concepto de libertad de “la fraternidad, justicia y solidaridad”, en un período de la historia que, como aventura, será objeto de estudio en años venideros. E incluso acude a una observación realizada en una entrevista por Yuval Noah Harari, historiador y filósofo israelí, quien anticipa el riesgo del libre albedrío, diferente a la libertad, en la pospandemia. “La creencia en el libre albedrío es más peligrosa hoy que nunca antes”, observa Yoal Noah Harari, sin dejar de lado la suposición de un mayor control y vigilancia institucional.

El profesor de Sociología Alejandro Navas se escuda en la evolución de los dos últimos siglos “en el ámbito político” para corroborar que como reacción “a cada guerra o crisis” sucede un “mayor crecimiento y ascenso del Estado”.

El punto de partida

Pero no hay una respuesta única para comprender la repercusión que el año de confinamiento y restricciones ha tenido en las relaciones sociales. “Todos los estudios apuntan a que hay secuelas graves pero a la vez reflejan que hay diferencias. Somos dice el propio profesor de Sociología- mu-

chos millones de personas y cualquiera en su entorno cercano encuentra situaciones muy distintas. Hay matrimonios y abuelos que se han quedado en casa y que incluso cuando se levantan las restricciones, no van a salir porque están asustados. Otra gente ha hecho vida casi normal, incluso saltándose a la torera las medidas. La evidencia lo que permite decir es que hay secuelas. El problema se agudiza en la cultura mediterránea. Aquí, como se dice en Navarra, somos *roceros*. En el primer viaje a Noruega me dieron un folleto que explicaba rasgos de su cultura. Estaba escrito en clave humorística. A los noruegos les llama la atención del sur de Europa donde la gente se reúne sin ningún motivo específico. ‘En Noruega si quieres decir algo, escribe una carta y envíalo al periódico’. Aquí, somos gente sociable por definición. Necesitamos la reunión familiar, la cuadrilla, los amigos... Y por eso llevamos mal el confinamiento prolongado” y el toque de queda nocturno.

La variable cultural es también incorporada en su reflexión por el profesor e investigador de Sociología en la UPNA, Sergio García Magariño: “Empezando por la mediatización de los objetos, ya hay un problema. Tenemos que tener mascarillas y guardar una distancia. Y luego depende de la cultura, afecta más o menos la distancia social. Las culturas más distantes en sus relaciones, como pueden ser los países nórdicos, se ven menos afectadas. Es la pauta natural. Hay un chiste sobre los suizos, que dice: ‘A ver si acaban las restriccio-

Pandemia de la covid-19/UN AÑO DEL ESTADO DE ALARMA

nes de dos metros para que volvamos al estado natural de las restricciones de los tres metros”.

Las relaciones ya sean en el entorno familiar más amplio como también en el trabajo o en los estudios “se han visto afectadas profundamente”. La alternativa digital “no permite que se den esos procesos de socialización naturales y necesarios. Y afectan a las personas, generando cansancio y falta de ilusión”. Además “ha surgido el miedo al otro en situación de ambivalencia: ‘Quiero estar con la gente pero me da miedo’. A los que están en círculos no tan cercanos se les mira con recelo”.

La relación interpersonal “se ha transformado en una relación virtual, a través del teléfono o de las videollamadas. No es lo mismo estar en una sobremesa hablando de muchísimos temas que haciéndolo a través de una videollamada”, entiende Eduardo Ruiz de Erenchun. Coincide con Sergio García en que se aprecia “al prójimo como un posible foco de contacto. No hay apretones de manos ni abrazos. No sé cuanto tiempo durará todo esto, pero puede que la forma de abrazarse genere desconfianza. Recuerdo hace años que me decía un profesor que la costumbre occidental de darse la mano era un foco de contagio. En otras culturas no había eso. No descarto que nos pongan las mascarillas para una gripe. Como profesor, una de las cosas que más pena me ha dado es no poder ver la cara a mis alumnos. No voy a poder reconocer su sonrisa”.

Mikel Aranburu habla de “la importancia del contacto físico, visual y verbal. Sin tapujos. Sin taparse. Eso de estar con la mascarilla es una distorsión cognitiva. El rostro no se ve completo. ‘Cuando salga de ésta no os voy a conocer’, les digo a los alumnos. Igual es el momento de nuevas miradas, de oír y ver mejor”.

“Las nuevas tecnologías -añade- nos han aliviado, pero nos han metido en una irrealidad, en un mundo distópico”. “El uso de lo *on line* -constata el psicólogo David Brugos- nos ha ayudado mucho, nos ha sostenido y comunicado entre nosotros -el contacto sin tacto- y en algunos casos, si no cometemos excesos, nos ha ayudado. Sobre todo, en el caso de las personas jóvenes, que dominan y se relacionan con estos nuevos códigos, mucho más que nosotros”.

Lo positivo y negativo

“Se nos ha pedido cosas como aislarnos en casa y lo hemos hecho. Creo que la familia (familias en todas sus variantes) ha demostrado ser una institución central de cohesión del individuo. Nos hemos apoyado entre nosotros”, agrega el psicólogo. Pero descubre un polo negativo. “Hemos visto -indica- que tenemos muchas familias que tienen muchos problemas de recursos: psicológicos, con problemas de violencia machista, económicos, o situaciones de hacinamiento y muchas más que se podrían mencionar”, advierte quien es además miembro de la junta directiva del Colegio de Psicólogos de Navarra. “También se nos ha pedido distanciarnos de nuestros seres queridos, dejar solos a nuestros mayores..., y hemos podido hacerlo, en gran medida. Si bien eso ha tenido una parte buena, de sacrificio, diría que ha habido otra mala: ha demostrado que no teníamos establecidos protocolos de actuación previos para que no tuviera que ser tan duro. A ver si aprendemos de ello y podemos pensar qué hacer antes de la próxima vez que nos que ocurra algo parecido”.

Su homóloga Rosa de Cruz piensa también en un lado positivo del confinamiento, al haber permitido “más tiempo convivencia y crianza en familias con hijos e hijas menores, fortaleciendo los vínculos afectivos”. Pero desde la atención que dispensa, no puede olvidar que “en los Servicios Sociales se han incrementado las demandas por parte de familias con mayor vulnerabilidad social, al aumentar los factores estresantes en el contexto familiar o económico/laboral. Algunas familias han vivido situaciones difíciles, como la pérdida de seres queridos, pérdida de empleo, agra-

vamiento de una economía precaria, aumento de conflictos familiares, violencia, problemas relacionados con la vivienda, al compartir varias familias un mismo domicilio, etc. Todo esto ha aumentado el estrés familiar en estos casos, repercutiendo inevitablemente en la gestión emocional y en las relaciones familiares”.

“La pandemia -añade la propia psicóloga- ha sido una situación extraordinaria ante la que hemos tenido que actuar, adaptándonos, desarrollando mecanismos de afrontamiento, gestionando lo emocional, etc. La población en general ha asumido que las medidas establecidas están orientadas a la protección, aunque suponen un cambio en nuestro día a día: llevar mascarillas, limitar el contacto a grupos reducidos, acceso limitado a lugares, menos desplazamientos... La percepción de las limitaciones, el modo en que interiorizamos las medidas establecidas, cómo asumimos la propia responsabilidad en esta situación, la respuesta del contexto en que vivimos y nos relacionamos son factores que influyen en el modo en que actuamos ante lo que estamos viviendo”.

¿Y todo será igual?

Establecido el contexto social por un mal tan inesperado como sorprendente, asoman dos cuestiones: ¿Nos hemos acostumbrado a vivir con restricciones? y, cuando desaparezcan, ¿el modo de relacionarnos será igual?

“Nos hemos habituado a hacerlo. Nos hemos habituado porque creemos que es lo necesario y porque si no lo hacemos vamos a tener consecuencias. Y estamos pensando en cuando todo esto termine. Lo pensamos desde el primer día del confinamiento”, aprecia el sociólogo Sergio García. La expectativa de ver el final del túnel crece con la esperanza de las vacunas. Sobre la segunda incógnita, aún es temprano para adivinar un cambio. “Hay pronósticos -apunta- que van en la línea de que las cosas no van a ser iguales. Es cierto que hemos incrementando el nivel de conciencia sobre la higiene y sabemos más sobre los virus, pero no creo que vaya a haber una alteración en la manera de socializarnos, más allá del teletrabajo y la digitalización. Son tendencias que se han acelerado y se van a quedar. No ha pasado tanto tiempo para predecir que vamos a ser una sociedad totalmente diferente”. Con todo, se aventura a pronosticar “el auge de lo local. Creo que va a ser distinto. Valorar lo local. La pandemia ha puesto de relieve que el sistema económico deslocalizado es frágil. Necesitamos tener unas industrias básicas y una producción agropecuaria básica para tener resiliencia ante futuros envites”.

Ante la prolongación de las medidas de contención, en tanto en cuanto no hay garantía plena para la salud, “hay gente que ha desarrollado ciertas rutinas. Y es lo deseable para poder aguantar”, entiende el también experto en el campo de la Sociología, Alejandro Navas. “Hay cierta inercia, también con miedo y pereza. Para gente mayor salir de casa supone cierto esfuerzo, que luego tiene su compensación. Puede haber que un porcentaje considerable de personas vaya a tardar en arrancar y recuperar la situación anterior. Hay gente que está un poco enquistada en su nido, claro está, si dispone de una casa cómoda, con espacio suficiente”.

No pierde la perspectiva de futuro, cuando desaparezca el riesgo para la salud pública, y la convivencia se regule por su propia inercia sin ningún tipo de control de orden sanitario. Caídas las barreras de la vigilancia, puede abrirse la puerta “del desfogue. Me han contado que en Madrid los fines de semana hay 300 fiestas en pisos. La gente joven no aguanta. En una entrevista para justificar las fiestas, una chica daba una excusa: ‘Es que somos jóvenes’. Entre adultos y gente mayor puede haber un sector que quede recluido”.

Visto en clave de aprendizaje, la pandemia y con ella el cambio comportado en el ámbito personal y en el de las relaciones sociales, David Brugos saca sus propias conclusiones: “Se ha puesto de manifiesto la importancia de lo preventivo, de una actitud proactiva general. Tenemos que tener pla-



Mikel Aranburu Zudaire

PROFESOR DE FILOSOFÍA
EN EL IES PLAZA DE LA CRUIZ

“La libertad no se puede separar de la fraternidad, la justicia y la solidaridad”



Sergio García Magariño

INVESTIGADOR Y PROFESOR
DE SOCIOLOGÍA EN LA UPNA

“No ha pasado tanto tiempo para que podamos pensar que seremos una sociedad totalmente diferente”



Rosa De Cruz Alfageme

PSICÓLOGA GENERAL SANITARIA

“Hemos aprendido a adaptarnos en nuestro día a día siguiendo las medidas sanitarias, aunque es evidente el desgaste que produce”



Eduardo Ruiz de Erenchun

ABOGADO

“La libertad individual ha desaparecido bajo el paraguas de la salud, y la sociedad lo ha aceptado”



Alejandro Navas García

DOCTOR EN FILOSOFÍA Y PROFESOR
DE SOCIOLOGÍA EN LA UN

“Puede suceder que un porcentaje considerable de personas tarde en arrancar y recuperar la situación anterior a la pandemia”



David Brugos Miranda

PSICÓLOGO. DIRECTOR DEL CENTRO DE SALUD MENTAL MILAGROSA-SEGUNDO ENSANCHE

“Puedo decidir aceptar libremente no ser libre porque, de esa manera, beneficio en la salud a mi compañero, vecino o abuelo”

nes previos, nos hemos de preparar por si acaso vuelve a ocurrir algo parecido. Y no parece tan raro que así sea algún día. Lo preventivo tiene que tener un sitio central en las instituciones sanitarias -la importancia de fortalecer la Atención Primaria comunitaria-, y en todos los demás agentes participantes: instancias sociales, educativas, políticas. ¿Qué importante sería la coordinación de todos los agentes, que ha faltado muchas veces, también en este caso de la covid?”.

“Entre las acciones preventivas” que sugiere, conviene pensar en “qué puede cambiar en nuestro entramado social y qué falta para que sea más resiliente. Sobre todo, asumir que hay que estar preparado, que no hay que pedir tanto, no esperar tanto que me den, sino pensar qué puedo hacer yo por el otro. La libertad de elegir no ser libre”. Como “reflexión para el futuro”, la situación creada “ha demostrado la importancia de la responsabilidad individual en la propia salud física y emocional. Estas últimas décadas aprendimos a creer que la institución pública resolvería todas nuestras necesidades, y lo demandamos como un derecho, pero se ha visto que no podemos depender del todo de ello y que todos somos parte central de las soluciones. Tenemos que trabajar en nuestros recursos de afrontamiento de las cosas y ser responsables de nosotros mismos y corresponsables con los demás. Dependemos unos de otros, y nos necesitamos unos a otros”.

Las relaciones importan

Rosa de Cruz no duda de que “hemos aprendido a adaptarnos en nuestro día a día, siguiendo las medidas sanitarias ante esta pandemia, entendiendo que estas medidas nos protegen, aunque es evidente el desgaste que esta situación nos está produciendo”. La fragilidad de la pandemia ha aportado una lección. “Hemos aprendido -dice- a valorar lo que tenemos, las relaciones con las personas que nos importan, la salud o el poder disfrutar de la libertad que teníamos cuando todo esto pase”. Como en toda crisis, también ésta ofrece “una oportunidad para crecer. Entender lo que estamos viviendo puede aumentar nuestra capacidad de resiliencia y salir fortalecidos de esta situación, que, inevitablemente nos habrá cambiado”.

Piensa, a su vez, Mikel Aranburu que “hemos estado muy dóciles como sociedad. Ha habido también voces críticas, desde el negacionismo, pero también otro sector se ha mostrado acomodado ante un Estado intervencionista y un Estado de derecho social que, a mi parecer, debía intervenir”. Hay un pero en su opinión: “La clase política ha dejado mucho que desear en lo que está pasando. No hay un liderazgo ético, creo, un liderazgo que permita crear confianza pública. Es cierto que tenemos responsabilidad individual, pero tiene que estar alineada con la responsabilidad de las organizaciones públicas”. Para Eduardo Ruiz de Erenchun, los partidos políticos, en líneas generales, “han actuado con muchísima prudencia y cautela” ante la disyuntiva de la resignación o la rebelión social como posibilidades de respuesta a la sucesión de medidas administrativas.

Con esa dualidad de fondo, el sociólogo Sergio García habla también del “caldo de cultivo” que se está creando en torno a las dificultades que encuentran los jóvenes, cada vez más formados, para labrarse un futuro prometedor en el mercado laboral. “La crisis -señala- está agravando el problema económico que ya teníamos. El paro de los jóvenes es muy alto. Ver a los jóvenes sujetos a restricciones fuertes es una especie de bomba de relojería. Lo mismo pasa cuando la gente interpreta que las medidas públicas no son racionales y que puede haber otras formas de actuar o cuando no hay buena comunicación o la desinformación es tal diversa que no permite ver cuál es la correcta o incorrecta. Ahí, en esos instantes, se abre la veda de movimientos que cuestionan las normas”. Las opiniones de los entendidos surgen al año de la sacudida que hizo tambalear los cimientos de las relaciones sociales y de la libertad individual bien entendida.