

Joniel R. Pacheco Muñoz

Ciso 3011

Prof. Muriente

Tanto Tiempo en casa ¿Es saludable?

El ser humano es muy resistente a los cambios, tanto que se aferra a sus normativas y estilo de vida fuertemente. Muy pocas las veces las personas a nivel colectivo ceden a nuevos cambios, y en muchas ocasiones estos cambios son impuestos a través de la fuerza, el miedo u otras maneras. Jamás alguien pensaría, que un día para otro tuviese que dejar su normalidad, porque un virus apareciera, amenazando a toda la humanidad obligándonos a aislarnos. Pero eso es lo que sucede con el grandioso coronavirus, el cual nos obliga a dejar nuestra cotidianidad para estar “a salvos” pero ¿En realidad estamos a salvo? ¿Nuestra salud mental no se puede ver afectada? ¿Qué pasa con esas personas que no cuentan con hogar?

En mi caso personal, me sentí agobiado en el momento que avisaron la cuarentena, pues mi vida académica se iba a ver sumamente afectada. Muchos profesores no se comunican con los estudiantes, el mega papelón que sabía iba a crearse por los trabajos en línea, el no ver a mis amigos y las actividades extracurriculares iban a ser caos. La incertidumbre que llegó a mi mente fue horrible. El dejar la vida cotidiana no es fácil y más cuando viene con mil cosas por encima de

uno. Por otro lado, en el comienzo fue bastante tranquilo todos compartíamos en casa, comíamos juntos como de costumbre, pero mientras los días pasaron mi casa poco a poco se vuelve un caos. Mi madre no deja de pelear con su esposo, y eso me pone mal porque yo quiero estar tranquilo y esta gente peleando me dan ganas de irme, aunque se me pegue el virus. Otro aspecto que me da mucha ansiedad el pobre caso de mis hermanos. Mi hermano está en octavo grado y mi hermanita en sexto grado. Sus maestros decidieron inundarlos con trabajos, lo increíble es que además de los trabajos que le mandan como cinco o seis por día, les mandan unos módulos similares a las pruebas metas. Ellos tienen que hacer un módulo compulsorio por cada clase, pero estos no valen nota. Y me da ansiedad ver a mis hermanos con tan poca edad llenos de estrés porque tienen que contestar 40 premisas por clase, que no valen nota pero los profesores quieren que ellos los hagan. De hecho, que de las 40 premisas 30 son temas que los maestros no les han podido dar en clase, y pretenden que los estudiantes lo contesten sin tener el conocimiento ¿Acaso eso es manera de aprender? ¿Acaso no piensan en la salud mental de los menores? Esto no es fácil para ellos, y yo he dejado un poco mis estudios a un lado para ayudarlos y buscar información para educarme y enseñarles a ellos y podemos durar de tres a cinco horas que son exhaustivas.

Este tiempo en casa también es difícil porque, aunque seamos familia todos somos muy diferentes. Por más familia que uno sea, uno necesita reunirse con tribu, con las personas con quienes tienes cosas en común, con quienes temas de conversación y puedes tener un buen tiempo de ocio. Yo extraño mis amistades y estar en clases y estar de arriba para abajo por tener dos actividades y tres reuniones al día.

Mis hermanos extrañan tener su tiempo con sus amigos para hablar de sus intereses y de cosas que le gustan a los niños, y mi madre extraña no tenernos en la casa por tanto tiempo. Yo estaba en la universidad a las 7am y podía estar promedio como hasta las 7 o 9 de la noche entre actividades y reuniones. Este cambio de abrir los ojos y estar en mi casa es estresante, además de tener la incertidumbre de no saber cuánto tiempo voy a tener que soportar a esta gente (En verdad los amo). Es importante resaltar que, en esta sociedad la familia es por horas, pues a vida dentro del sistema capitalista nos impulsa a estar tan ajetreados y activos que no tenemos para compartir con la familia. Incluso en los momentos de llegar al hogar muchas veces es a seguir estudiante o trabajando por nuestras cuentas y en la misma casa no compartimos. Creo que es posible vivir con ellos, pero causa intranquilidad el no saber cómo nos sustentaremos en un futuro, si habrá comida, si estaremos más o menos expuestos a las enfermedades.

En estos he descubierto que, como seres sociales, nos aferramos a nuestra rutina a un nivel que el cambiarla, puede afectarnos de manera física y emocional. También he descubierto que, aunque seamos familia necesitamos descansos de ciertos grupos sociales para desarrollarnos en otros, no solo para crecer, sino también para optimizar nuestro tiempo de ocio y no hartarnos unos a los otros. También descubrí que existe una problemática de roles familiares dentro de este núcleo. En mi caso como hermano mayor, me senté a estudiar con mis hermanos por la realidad, me daban pena, pero a un cierto punto es una obligación estipulada. Al ser mayor se me da la obligación de ser el ejemplo a mis hermanos y ayudarlos en lo que necesite. También otro rol es el tan aclamado del "Hombre de la casa". Desde pequeño me

acuerdo que mi madre fue una madre soltera, así que yo como hermano mayor tuve que tomar ciertas responsabilidades que se supone no me tocaran. Debido a esto estoy acostumbrado a hacer las cosas del hogar. Tuve que a temprana edad madurar, me crie solo en mi hogar, no tuve amigos, así que me crie entre gente vieja y crecí siendo lo que llaman “un nene amargao”. Debido a esto cuando mami comienza a convivir con su pareja, este como que rápido quiso tomar el papel de hombre de la casa, y para mi es un alivio el es quien lava los carros y la bañera ahora. Al suceder esto el constantemente siente que le falta el respeto a su autoridad, y a mi no me importa yo estaba primero, pero claro, intento respetarlo lo más que puedo, pero si me saca de quicio se lo digo.

Otra cosa que descubrí en este tiempo es que aunque mi familia me harte, me puedo llevar bien con ellos y sobrevivir esta cuarentena porque a pesar de, nos queremos, y aunque sea lo mínimo, tenemos unas condiciones de vida un poco estable. ¿Pero y aquellas personas que necesitan acomodos razonables? Ahora mismo muchas personas con diversidad funcional se están viendo afectadas, la comunidad sorda no es bien informada debido a la falta de intérpretes. Muchos estudiantes de la comunidad queer no pueden convivir con sus padres por diferencias ideológicas, lo cual les afecta incluso muchos jóvenes no fueron recibidos en sus hogares. También tenemos a los vagabundos, quienes no tienen donde aislarle para evitar el contagio, quedan expuestos y son vulnerables. Sin mencionar que ellos sobreviven con el dinero que le daban las personas en la calle, y ahora que estamos todos aislados ¿Con que dinero van a sobrevivir? ¿Qué van a comer? ¿Qué medidas ha tomado el gobierno? Nos hemos preocupado tanto por nosotros mismos que se nos ha olvidado que hay

personas en situaciones inhumanas. Que hay personas que no van a tener sueldo para sustentarse entre muchas otras situaciones.

Para concluir, podemos estar de acuerdo en que esta cuarentena, puede ser un espacio tanto positivo como negativo. Es un momento para compartir con nuestras familias, reflexionar sobre nuestra vida cotidiana y reformarla. También es un tiempo para pensar en todas aquellas situaciones que pueden tanto afectarnos como a nosotros como a otros. También sirve para auto conocernos y saber cómo somos diferentes e iguales a nuestros familiares como sobrevivir tanto tiempo con ellos. Es importante recalcar que no debemos olvidarnos de nuestra posición de privilegio. También es de suma importancia reconocer que somos seres sociales y que esta cuarentena ha cambiado y va a tener efectos duraderos en la manera en la que vamos a interactuar y crear relaciones interpersonales y grupales en un futuro.