

# La pandemia que transforma nuestras sociedades



**José Félix Tezanos**  
Director de *Temas*

**Las sociedades humanas**, tal como hoy las conocemos, son el resultado de largos procesos de ajuste y adaptación al medio que han dado lugar a una compleja evolución desde las primitivas comunidades cazadoras y recolectoras, hasta las sociedades más avanzadas de nuestros días, en una larga línea evolutiva que en nuestros días va a cobrar un nuevo impulso.

## Grandes ciclos de cambios societarios

A lo largo de la historia hemos tenido momentos de especial intensidad en los cambios de las estructuras sociales y en las formas de vivir, especialmente en el tránsito desde las sociedades cazadoras-recolectoras a las sociedades agrarias, y ulteriormente en la transición desde los modelos agrarios a las sociedades industriales. En ambos casos se trató de transiciones extraordinarias que implicaron cambios muy profundos en las relaciones sociales, en las formas de vida y trabajo, en los modelos de emparejamiento, en las pautas culturales, ideológicas, religiosas, políticas, etc., y hasta en las formas de entender lo social.

En los últimos lustros parecía que nuestras sociedades se estaban encaminando nuevamente a un gran ciclo de mutaciones sociales, debido a los impactos causados por la revolución tecnológica en las formas de trabajar, de comunicarnos, de informarnos y de disfrutar de nuevas experiencias de ocio y distracción.

Precisamente cuando este proceso estaba empezando a producir efectos palpables, la aparición de la pandemia de la Covid-19 nos ha situado súbitamente ante un escenario, que puede dar lugar a cambios adicionales de enorme importancia, que se solapan con las dinámicas adaptativas inducidas y posibilitadas por la revolución científico-tecnológica.

Ahora nos encontramos también ante situaciones que inciden en nuestros estados de ánimo y en nuestras formas y modelos de pensar, de actuar, de relacionarnos, y de estar con los demás, de disfrutar de

los tiempos de ocio, etc. En este sentido, cada persona, familia, grupo social, país, etc., está desarrollando estrategias adaptativas de diverso tipo para intentar mantener determinados usos, costumbres y prácticas sociales y de ocio y, al mismo tiempo, evitar los riesgos de contagio.

Por eso, en la medida que los riesgos de contraer la pandemia se relacionan con aspectos básicos de nuestro comportamiento social y conciernen a las esferas fundamentales de la actividad humana (en el trabajo, en la vida social y relacional, en el disfrute del ocio y en las actividades de esparcimiento, en las tareas educativas, etc.), puede decirse que tales adaptaciones van a suponer una revolución en las formas de entender nuestra sociedad y en la propia noción y práctica de lo social.

Los cambios actuales —además— están teniendo lugar en un contexto general de alta preocupación y emocionalidad, y se están produciendo con notable intensidad y de manera sumamente rápida. Casi súbita.

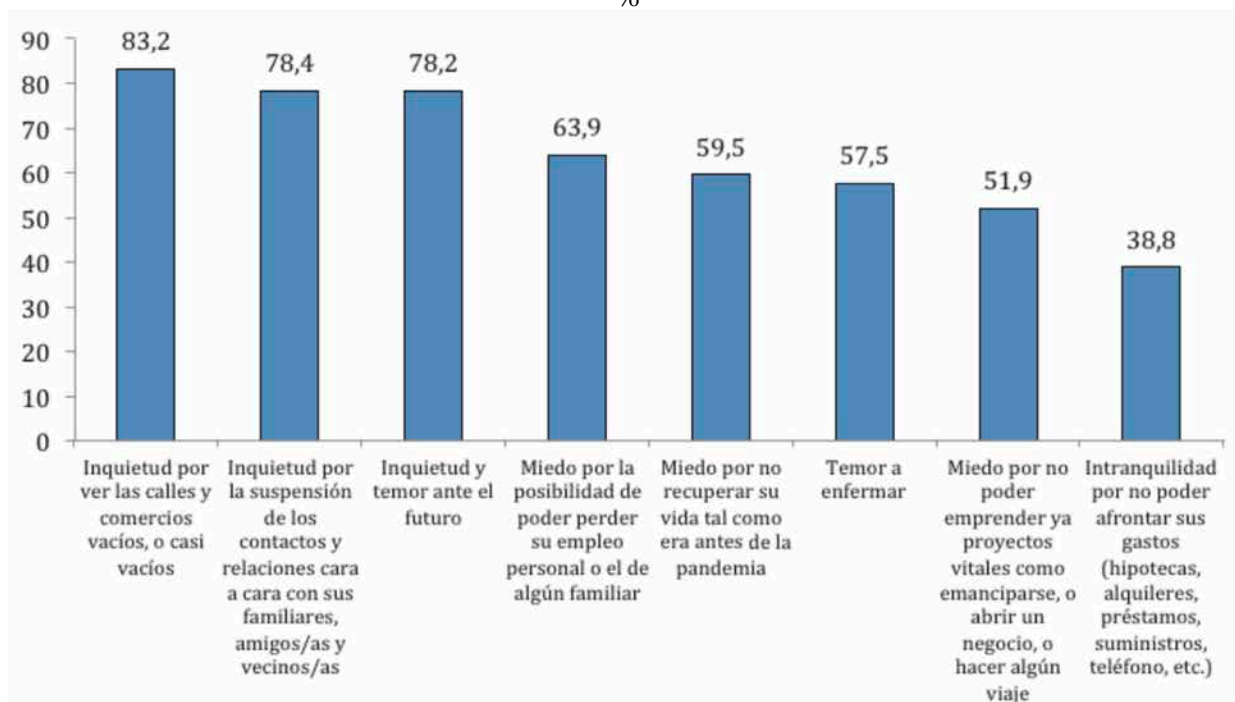
De ahí que las adaptaciones conectadas con la pandemia se encuentren teñidas por un alto grado de reflexividad y de conciencia ciudadana sobre lo que está ocurriendo y sobre cómo está ocurriendo. Especialmente en las sociedades más desarrolladas, que tienen una ciudadanía más culta y consciente.

## Nuevos datos de la realidad

Ante una tesitura de esta naturaleza, y ante tal crisol de cambios y procesos adaptativos, es importante que se emprendan análisis multidisciplinares de cierta entidad sobre la manera en la que discurren todos estos acontecimientos y sobre el grado de conciencia con el que son vividos.

En España, las tareas analíticas e interpretativas cuentan con algunas informaciones empíricas procedentes de investigaciones rigurosas. En concreto, las encuestas que el CIS está realizando sobre tales cuestiones y, muy en particular, la *"Encuesta sobre Efectos y consecuencias del*

GRÁFICO 1

Temores y sentimientos que están afectando a las personas en el contexto de la Covid-19  
%

Fuente: CIS, Encuesta sobre efectos y consecuencias del coronavirus (I), noviembre 2020.

Pregunta: La pandemia de la COVID-19 ha dado lugar a diversas situaciones que pueden afectar a la salud de las personas, ¿podría decirme si desde que se declaró el estado de alarma por el coronavirus ha sentido Ud....?

coronavirus (I)", realizada en los últimos días de octubre y publicada en los primeros días de noviembre.

Los datos de esta encuesta permiten verificar, en primer lugar, el alto grado de preocupación que existe entre la opinión pública sobre los efectos y riesgos del coronavirus, hasta el punto que el 93,5% de los españoles se declaran muy preocupados o bastante preocupados por la situación que se está viviendo, con un 55,1% que están muy preocupados.

Es importante destacar que tal preocupación no se refiere solamente a los problemas de salud física y emocional, sino también a los dilemas e incertidumbres que están planteándose en el ámbito de la economía y el empleo, dando lugar a un complejo haz de incertidumbres sobre el futuro.

Los temores y preocupaciones abarcan múltiples aspectos de la vida y de las prácticas de la convivencia social (vid., gráfico 1), que conciernen al futuro de los empleos, a la situación en las ciudades, a las condiciones de vida y bienestar, a las posibilidades de reducción de la vida social y relacional, etc. Todo lo cual revela el carácter multidimensional de los impactos de la actual crisis de salud en la conciencia de los ciudadanos.

El hecho es que estamos ante una crisis que no es solo sanitaria, sino que afecta —está afectando— a

muchos planos de las relaciones sociales, según declaran los propios encuestados, desde el ámbito de la familia y la pareja, hasta las relaciones de vecindad y amistad, amén de a los entornos profesionales, académicos y laborales.; incluso a las propias prácticas de alimentación, de cuidado personal, de actividad física y deportiva, etc.

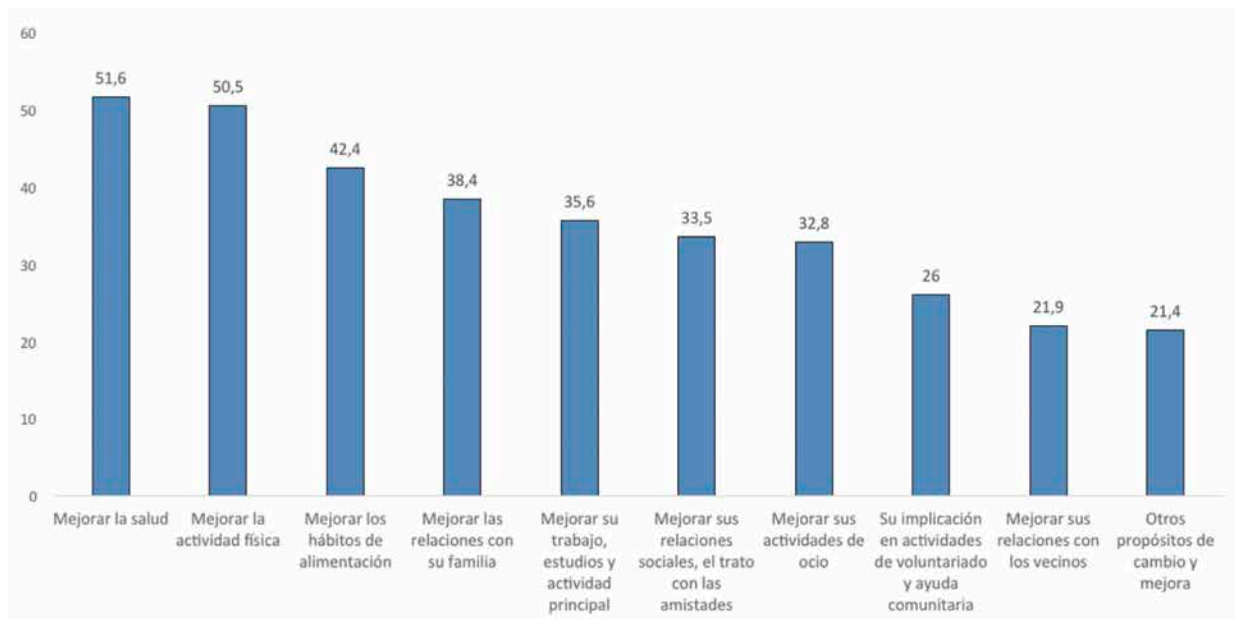
De ahí la importancia de lo ocurrido durante estos meses de pandemia, entendidos por muchas personas como un momento pertinente para reflexionar y hacer determinados propósitos de cambio y mejoras en asuntos que van desde los propios cuidados de salud, de la realización de actividades físicas, de mejora de los hábitos alimenticios, de cambios en la propia actividad laboral, y en las relaciones con la familia, con los amigos y los vecinos, de implicación en actividades comunitarias y de voluntariado, etc. (vid. gráfico 2). Cambios y mejoras que algunos plantean en términos de "ser mejor persona", "dar prioridad a lo importante", "disfrutar de la vida", "priorizar valores", "consumir menos y mejor", "vivir de manera sencilla y tranquila", "aprender cosas nuevas", "disfrutar de la naturaleza", etc.

Una dimensión especial de la pandemia es la que concierne a la propia manera en la que los ciudadanos hacen frente a los problemas de su salud física y

GRÁFICO 2

Propósito de mejora sobre diversos aspectos de la vida que algunas personas se han planteado durante la pandemia

%



Fuente: CIS, Encuesta sobre efectos y consecuencias del coronavirus (I), noviembre 2020.

Pregunta: A lo largo de estos meses de pandemia hay personas que han estado reflexionando o pensando sobre los distintos aspectos de su vida. Me gustaría saber si Ud. personalmente en estos meses ha tomado decisiones y ha hecho propósitos para mejorar...

emocional, habiendo llegado a una cifra significativa aquellos que dicen que han tenido que recurrir –ellos directamente o sus familiares cercanos– a los servicios de psicólogos, psiquiatras, terapeutas, etc.: un 7,3% de los propios encuestados, entre los que un 12,8% refiere a su vez que también lo ha hecho alguna persona de su familia.

En particular, un 38,3% reconoce que durante los últimos meses se ha sentido preocupado/a siempre o la mayor parte del tiempo, un 25,7% ha estado especialmente tenso/a o ansioso/a, en tanto que un 16,9% ha estado triste en todo el tiempo, y otro 16,2% enfadado/a (vid. tabla 1).

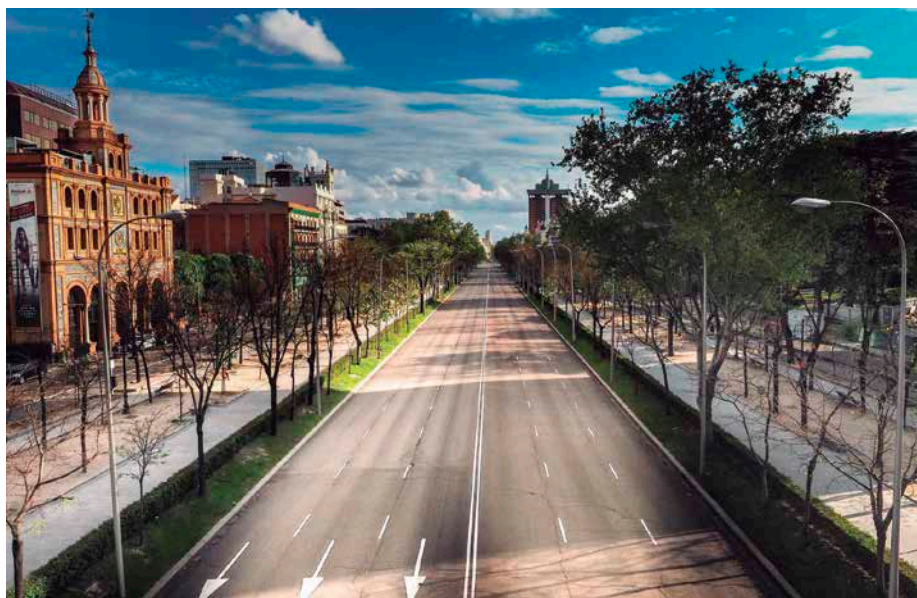
Estas situaciones se conectan con la vivencia de malestares generales que conciernen a distintos tipos de actividades y vivencias, y que hacen que bastantes personas hayan realizado durante el período de la pandemia, como ya hemos apuntado, propósitos de intentar mejorar su salud (51,6%), su actividad física (50,7%), sus hábitos de alimentación (42,4%), sus relaciones con la familia (38,4%), o su actividad principal (estudios, trabajo, etc.). A lo que hay que añadir otra serie

de propósitos adicionales relacionados con el cambio de casa, de autonomía, de características de la residencia, de actividad laboral, de actitudes y comportamientos, etc.

A todas estas facetas, sentimientos y proyectos conectados con los estados de ánimo y las situaciones emocionales, hay que añadir que el 53,9% de la población se declara bastante o muy pesimista (o poco o nada optimista, tal como se formulaba en la pregunta). Tal estado de ánimo llega al extremo de que el 58,4%

*Los efectos sociales y las exigencias adaptativas ante los retos de la pandemia están dando lugar a que nuestras sociedades se estén convirtiendo en un crisol de cambios, procesos reactivos, modificaciones de los papeles y las funcionalidades sociales, y alteraciones en los comportamientos, en las emociones y en los sentimientos, que exigen un esfuerzo analítico concordante con la magnitud de los retos evolutivos a los que nos enfrentamos.*

de los españoles mayores de 18 años afirma que en algún momento han pensado que ellos podían ser una de las víctimas mortales de la pandemia, al tiempo que un 66,9% señala que han pensado que ya “no podrán



realizar alguno de los proyectos, viajes, o actividades que les hubiera gustado realizar". Todo ello en un contexto más general de apreciaciones pesimistas sobre las posibilidades de duración de la pandemia y sus efectos, siendo un 85,7% los que creen que esta situación va a durar "mucho más tiempo".

### Horizontes de aislamiento social

Desde la perspectiva relacional, un aspecto que destaca en los datos de esta investigación del CIS es la conciencia del enclaustramiento vivido como necesidad por buena parte de los españoles. Conciencia que incluso va más allá de las disposiciones establecidas por las autoridades. Así, un 78% señala que desde que se inició la pandemia de la Covid-19 permanecen bastante o mucho más tiempo en sus casas que antes. Especialmente las personas de más edad. De hecho, según las informaciones sociológicas preliminares de las que

disponemos, los tiempos medios de permanencia fuera de casa, al margen de momentos dedicados al trabajo, o los destinados a efectuar actividades de compra, diversión y ocio, gestiones, relaciones familiares y de amistad, etc., antes de la pandemia se estimaban por el conjunto de los encuestados en 3,7 horas diarias (entre los jóvenes 4,9 horas). Sin embargo, en los últimos meses de la pandemia el

promedio ha sido de 2 horas, con un 53,1% que solo han estado fuera de sus casas como promedio una hora o menos diarias. En particular, las personas mayores de 65 años han pasado de las 3,6 horas antes de la pandemia, a solo 1,9 horas después. Reducción que también ha sido muy drástica entre los que tienen entre 18 y 24 años, que han pasado casi súbitamente de estar fuera de casa 4,9 horas de promedio diarias a únicamente 2,8 (y solo 2 entre los que tienen entre 25 y 35 años).

Progresivamente es posible que vayamos viendo cómo las nuevas experiencias vivenciales y societarias de la pandemia afectan también al plano de la política. De momento, lo que se está constatando es que tiende a afianzarse entre la población una mayor demanda de seguridad y protección, en especial en relación con las instituciones y prestaciones propias del Estado del Bienestar; sobre todo en el campo de la salud y los cuidados personales.

Por lo tanto, nos encontramos ante la perspectiva de unos horizontes societarios bastante abiertos a nuevas formas y modalidades de entender lo social, con incidencia de unos procesos de transformación y de adaptaciones y readaptaciones que en algunos momentos podrán adquirir —están adquiriendo— un ritmo vertiginoso y, en determinados aspectos, difícil de predecir y anticipar. **TEMAS**

TABLA 1  
Sentimientos que declaran haber tenido últimamente los españoles  
%

	Siempre	La mayor parte del tiempo	Total
Preocupado/a	12,3	26,0	38,3
Especialmente tenso/a o ansioso/a	7,5	18,2	25,7
Triste	5,0	11,9	16,9
Enfadado/a	4,5	11,7	16,2
Solo/a	3,3	6,8	10,1
Deprimido/a	3,1	6,9	10,0

Fuente: CIS, Encuesta sobre efectos y consecuencias del coronavirus (I), noviembre 2020.  
Pregunta: ¿Con qué frecuencia: siempre, la mayor parte del tiempo, a veces o nunca, se ha sentido Ud. últimamente...?