

Adolescencia, sociabilidad y pandemia: implicaciones en el bienestar socioemocional*

Adolescence, sociability and the pandemic:
implications for socio-emotional well-being

*Adolescência, sociabilidade e pandemia: implicações
para o bem-estar socioemocional*

Gonzalo A. Saraví*

Centro de Investigaciones y Estudios Superiores en
Antropología Social, Ciudad de México

Cómo citar: Saraví, G. (2023). Adolescencia, sociabilidad y pandemia: implicaciones en el bienestar socioemocional. *Revista Colombiana de Sociología*, 46(1), 93-116.

DOI: <https://doi.org/10.15446/rcs.v46n1/100877>

Este trabajo se encuentra bajo la licencia Creative Commons Attribution 4.0.

Artículo de reflexión

Recibido: 3 de febrero del 2022 Aprobado: 17 de septiembre del 2022

* Profesor-investigador del Centro de Investigaciones y Estudios Superiores en Antropología Social (Ciesas), Ciudad de México; miembro del Sistema Nacional de Investigadores, con el máximo nivel (3); antropólogo por la Universidad de Buenos Aires; maestro en Ciencias Sociales por Flaco-México; doctor en Sociología por la Universidad de Texas en Austin, EE.UU. Ha sido investigador visitante en el Centro de América Latina (LAC) de la Universidad de Oxford, Inglaterra (2012-2013) y en la Escuela Interdisciplinaria de Altos Estudios Sociales (Idaes), de la Universidad Nacional de San Martín, Argentina (2019-2020). Sus áreas de especialización son los estudios sobre juventud, desigualdad y exclusión social, sociología de la educación y estudios urbanos en América Latina.

Correo electrónico: gsaravi@cieras.edu.mx -ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2753-9802>

Resumen

La pandemia por covid-19 y las medidas de confinamiento aplicadas en la mayor parte del mundo alteraron radicalmente la vida cotidiana de millones de personas. Dos aspectos fueron especialmente afectados por estas medidas: la sociabilidad y la salud mental. Este artículo analiza la relación entre estas dos variables en un período clave de la vida como lo es la adolescencia. En esta etapa del curso de vida las relaciones e interacciones sociales entre pares y más allá del núcleo familiar resultan esenciales para el desarrollo psicosocial de las personas. Los hallazgos aquí presentados sugieren que las restricciones a la sociabilidad adolescente que impuso la pandemia, como el cierre temporal de las escuelas, la intensificación de la convivencia familiar y las limitaciones a la movilidad urbana, tuvieron impactos significativos en el bienestar socioemocional de los adolescentes. Estos malestares están asociados a la supresión de la experiencia adolescente, que parece haber sido cancelada para esta generación, siendo que esta dimensión social es esencial para la adolescencia misma. Las conclusiones enfatizan y revalorizan la centralidad de la sociabilidad, la presencialidad y la corporalidad en la vida social y para el bienestar emocional e indican la incapacidad de las modernas tecnologías de la información y la comunicación para sustituirlas. La información empírica que sustenta este artículo proviene de una investigación participativa, de tipo cualitativo, con adolescentes de sectores populares en México. El trabajo de campo se realizó en pleno período de confinamiento, entre octubre de 2020 y agosto de 2021, y participaron 61 adolescentes que cursaban en ese momento el último año de la educación media superior.

Palabras clave: confinamiento, emociones, juventud, México, salud mental, sociabilidad.

Descriptores: juventud, México, pandemia, salud mental.

Abstract

The Covid-19 pandemic and the lockdown measures applied in most countries have disrupted the everyday life of millions of people around the world. These conditions have affected two main aspects: sociability and mental health. This article analyzes the relationship between these two variables during a critical period of life: adolescence. In this stage of the life course social relations and peer interactions outside the inner family circle are essential for the person's psychosocial development. Our findings suggest that restrictions on adolescent sociability due to lockdown, as temporary school closure, intensified family life, and limited urban mobility, have severe impacts on adolescent socioemotional wellbeing. This emotional distress stems from a sense of a lost "adolescence experience" since sociability is a constitutive part of adolescence. The conclusion highlights the core importance of sociability, face-to-face encounters, and corporality in social life and emotional wellbeing, and the insufficient capacity of the modern Information and Communication Technologies to replace them. The empirical data for this article come from a qualitative and participatory research with low-income adolescents in Mexico. Fieldwork was carried out in the middle of the lockdown period, from October 2020 to August 2021, and 61 high school students were the main participants in this project.

Keywords: emotion, lockdown, mental health, Mexico, sociability, youth.

Descriptors: youth, Mexico, pandemic, mental health.

Resumo

A pandemia da covid-19 e as medidas de confinamento aplicadas na maioria dos países interromperam a vida cotidiana de milhões de pessoas em todo o mundo. Dois aspectos foram especialmente afetados por essas medidas: a sociabilidade e a saúde mental. Este artigo analisa a relação entre essas duas variáveis durante um período crítico da vida: a adolescência. Nesta fase do curso de vida, as relações sociais e as interações com os pares fora do círculo familiar interno são essenciais para o desenvolvimento psicossocial das pessoas. Nossos resultados sugerem que as restrições à sociabilidade dos adolescentes devido ao confinamento, como o fechamento temporário das escolas, a intensificação da convivência familiar, e as limitações à mobilidade urbana, têm impactos severos no bem-estar socioemocional dos adolescentes. Esse sofrimento decorre de uma sensação de “experiência da adolescência” perdida, uma vez que a sociabilidade é parte constitutiva da adolescência. As conclusões destacam a importância central da sociabilidade, dos encontros face a face e da corporalidade na vida social e no bem-estar emocional, e a insuficiente capacidade das modernas Tecnologias da Informação e Comunicação (TICS) para substituí-las. Os dados empíricos para este artigo provêm de uma pesquisa qualitativa e participativa com adolescentes de setores populares no México. O trabalho de campo foi realizado em pleno período de confinamento, de outubro de 2020 a agosto de 2021, e 61 alunos do ensino médio foram os principais participantes deste projeto.

Palavras-chave: confinamento, emoções, juventude, México, saúde mental, sociabilidade.

Descritores: juventude, México, pandemia, saúde mental.

La pandemia por covid-19 y las diferentes medidas que se tomaron desde inicios de 2020 para enfrentarla alteraron de manera radical la vida cotidiana de millones de personas en el mundo. Múltiples e, inicialmente, cambiantes recomendaciones de cuidado trastocaron nuestros hábitos más arraigados, como, por ejemplo, las formas de consumo, la movilidad en la ciudad, las formas de presentación y encuentro con los otros, la comunicación, las prácticas de aseo personal, y muchos otros. Estas medidas también incluyeron, en la mayor parte del mundo, disposiciones oficiales más drásticas y severas de confinamiento. Entre las más importantes: el cierre de actividades económicas no esenciales, la suspensión de las clases presenciales en todos los niveles educativos y las restricciones impuestas a la circulación y uso del espacio público. En conjunto, la pandemia y las respuestas implementadas, especialmente las medidas de confinamiento, tuvieron un impacto superlativo y directo en los patrones de sociabilidad que estructuraban hasta entonces nuestra vida en sociedad.

Más allá de las implicaciones estrictamente biomédicas del virus, especialmente en lo relativo a las condiciones de salud-enfermedad y mortalidad de la población, las primeras evaluaciones de la pandemia (descontando los numerosos ensayos especulativos sobre el futuro del capitalismo) se focalizaron en sus efectos en el desempeño del comercio global, el comportamiento de los mercados y el estancamiento y recesión de las economías nacionales, con sus consecuentes crisis en el bienestar económico y social de muchísimos hogares en el mundo, especialmente de los más vulnerables (Cepal, 2020a; OECD, 2021a; Oxfam, 2021). Más recientemente, otros estudios comenzaron a explorar las consecuencias de la pandemia, especialmente en sus dimensiones médicas, económicas y sociales, sobre la salud mental y el bienestar socioemocional de la población (OECD, 2021b; OPS, 2021). El miedo al contagio, las dificultades económicas y de trabajo, la incertidumbre sobre el futuro, la propagación de información falsa y el confinamiento y aislamiento social se asociaron con diferentes manifestaciones, más o menos graves, de malestar psicoemocional, como desánimo, ansiedad o depresión.

Este artículo se propone explorar específicamente la relación entre sociabilidad y bienestar socioemocional en adolescentes de sectores populares. Como es ampliamente sabido en el campo de los estudios sobre niñez y adolescencia, la sociabilidad ocupa un lugar preponderante en el desarrollo psicosocial de los individuos durante estas etapas de la vida; su disrupción, por tanto, nos exige volver la mirada hacia estos grupos y examinar las posibles consecuencias de las restricciones a la sociabilidad. En particular, nos interesa responder cuáles han sido las repercusiones de las medidas de confinamiento y de la pandemia en general en las relaciones, interacciones y vínculos sociales de los y las adolescentes, y cómo este trastocamiento de los patrones de sociabilidad repercutió en su bienestar socioemocional.

Con este objetivo en mente, el artículo está estructurado en cinco apartados, además de esta introducción. En el siguiente, a modo de una

revisión de los antecedentes a este tema, presentamos un conjunto de estudios muy recientes que esbozan algunos primeros hallazgos sobre el problema que nos ocupa y que nos permiten avanzar en el conocimiento del mismo a partir de nuestras propias contribuciones. A continuación, describimos con cierto detalle la metodología que hemos seguido en la investigación de la cual emerge este artículo, enfatizando el carácter participativo de la misma y el tratarse de una investigación cualitativa desarrollada en pleno confinamiento (ambos, atributos poco habituales). El cuarto apartado desarrolla los principales resultados de la investigación en torno a este tema, organizados en tres categorías que corresponden a tres formas de sociabilidad adolescente afectadas por la pandemia: a) las relaciones entre pares, b) la convivencia con la familia y c) el encierro y asilamiento social. Luego, en el siguiente apartado discutimos y reflexionamos a partir de estos insumos empíricos sobre la relación entre las alteraciones a la sociabilidad y diferentes formas de malestar socioemocional experimentadas por los adolescentes durante la pandemia. Finalmente, las conclusiones destacan, de forma muy breve y concisa, las principales implicaciones que podemos derivar del análisis previo para el presente y futuro de nuestra sociedad.

Antecedentes: estudios emergentes sobre adolescencia y pandemia

Las afectaciones de la pandemia, tanto médicas y económicas como sociales, no fueron homogéneas. Las experiencias de la pandemia y el confinamiento estuvieron atravesadas por múltiples desigualdades categoriales, como la clase social, la etnia, el lugar de residencia, el género, y muchas otras. Sobre estas desigualdades, especialmente aquellas de tipo socioeconómico que dividen individuos, hogares, barrios o ciudades y escuelas, se viene gestando una prolífica reflexión (Oxfam, 2021; Cepal, 2020a; Lustig *et ál.*, 2020). Entre estas categorías, y en intersección prácticamente con todas ellas, una particularmente importante, pero al mismo tiempo relativamente subestimada, es la edad o, más específicamente, las etapas del curso de vida.

Gracias a los estudios sobre curso de vida, sabemos que eventos iguales en una misma sociedad (i.e. una guerra, una crisis económica, un desastre natural) afectan diferencialmente a sus miembros dependiendo de la etapa de la vida en que se encuentren (Elder, 2000). En este mismo sentido, los efectos de la pandemia de covid-19 y las respuestas implementadas por los gobiernos no fueron independientes del momento de nuestras vidas en el que nos encontrábamos.

Sin embargo, las preocupaciones sobre la pandemia y sus efectos prestaron escasa atención a las diferencias y desigualdades generadas por esta dimensión etaria. Esto fue especialmente así durante las etapas iniciales de la pandemia, debido, entre otros factores, a la centralidad casi excluyente que se les dio a los adultos y, sobre todo, a los adultos mayores, debido a que presentaban los mayores niveles de morbilidad y mortalidad provocados por el nuevo virus. La preocupación pública, gubernamental y médica se concentró en este sector de la población, diluyendo cualquier

otra especificidad etaria. Paulatinamente, comenzó a repararse en otras etapas del curso de vida, como, por ejemplo, la niñez. Pero, en este caso, la preocupación no dejaba de tener cierta impronta adultocéntrica: la suspensión de clases presenciales y su reemplazo por la virtualidad visibilizó y replanteó las tareas de cuidado, la estructuración de la dinámica del hogar y la compatibilidad del trabajo y las actividades económicas con la atención requerida por infantes y niños (Cepal 2020b; Observatorio Género y Covid-19 en México); es decir, se trató de una preocupación más bien indirecta ligada a su interdependencia con otras etapas del curso de vida, en especial con la adultez.

Pero ¿qué sucedía con los y las adolescentes? Por un lado, no se ubicaban entre los principales grupos de riesgo y, por otro, ya gozaban de cierta independencia y autonomía, que liberaba en gran medida a los adultos de su cuidado. En este sentido, se trata de un grupo cuya experiencia de la pandemia y el confinamiento ha permanecido fuertemente invisibilizada. Tal como señalan Mora y Urbina, las juventudes han figurado como un referente deficientemente situado en la discusión y preocupación sobre el covid-19, y añaden que, en el mejor de los casos, su presencia ha sido “casi de manera anecdótica [...] señalados constantemente por su presunta irresponsabilidad y su renuencia a acatar el llamado de las autoridades para seguir cabalmente con las principales prácticas preventivas de contagio” (2021, p. 109).

Independientemente de esta extendida estigmatización de los jóvenes y adolescentes, que los propios autores se encargan de poner en cuestionamiento, lo cierto es que sabemos muy poco sobre las repercusiones de la pandemia en sus vidas, más allá de lo estrictamente médico. Y también es cierto que hemos escuchado y visibilizado muy poco la voz y el sentir de los propios adolescentes (ver, al respecto, el apartado metodológico).

Este es el caso, por ejemplo, en relación con el bienestar socioemocional de los adolescentes y las transformaciones en sus pautas de sociabilidad cotidiana. Varios autores han llamado la atención sobre este aspecto: mientras diversos informes internacionales y algunos incipientes estudios académicos reportan un efecto negativo de la pandemia y el confinamiento en el bienestar psicológico de los individuos, hay todavía una ausencia notable de investigaciones focalizadas específicamente sobre estos efectos en adolescentes y jóvenes (Marchini *et ál.*, 2021; Branquinho *et ál.*, 2020). Al respecto, Orgilés *et ál.* señalan en un artículo reciente que, “al día de hoy, ningún estudio ha examinado cómo la cuarentena declarada a raíz del Covid-19 puede estar afectando el bienestar emocional o conductual de niños y adolescentes en los países occidentales”, y añaden que “algunos estudios previos sugieren que sus efectos pueden ser significativos” (2020, p. 2). Desde entonces, han comenzado a emerger algunos estudios exploratorios en diversos países.

La Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OECD, 2021b), por ejemplo, reporta en un informe que datos provenientes de Bélgica, Francia y Estados Unidos muestran que el porcentaje de

jóvenes que experimentaban síntomas de ansiedad y depresión durante la pandemia es más del doble del porcentaje registrado antes de que iniciara la crisis de covid-19. Estos datos no solo sugieren un incremento muy sustantivo de estos padecimientos entre los más jóvenes a raíz de la pandemia, sino que, además, evidencian que se trata de un segmento de la población particularmente sensible a este malestar emocional. El nivel de prevalencia de síntomas de “ansiedad” y “depresión” en jóvenes resultó ser en estos mismos países entre un 30 % y un 80 % más alto que en la población general (OECD, 2021b). Según Marchini *et ál.* (2021), datos para Italia muestran que en este país no parece haberse dado mayor prevalencia de miedo y ansiedad entre los jóvenes, pero sí claramente de sentimientos de soledad y aburrimiento. Para América Latina, los estudios son aun más escasos, pero datos preliminares brindados por Sanabria *et ál.* (2020) sobre los efectos de la pandemia en la salud mental de la población colombiana indican que los jóvenes (en especial de bajos ingresos) se encuentran entre los perfiles más vulnerables, e incluso que los adultos jóvenes son el grupo que reporta mayores porcentajes de depresión (48 %) y ansiedad (37 %).

Incipientes referencias de estudios sobre el tema parecen sugerir que los factores asociados a la pandemia que inciden en el bienestar emocional de los adolescentes y jóvenes están principalmente relacionados con sus dimensiones sociales (derivadas del aislamiento) más que médicas (como el miedo al contagio o la muerte) o económicas (pérdida de trabajo o pobreza), como suele suceder en la población adulta. En particular, la alteración y, en ocasiones, la supresión de las prácticas de sociabilidad e interacción social y de las rutinas cotidianas que implicaron las medidas de confinamiento tienden a asociarse con el sentimiento de soledad, el cual a su vez tiene una incidencia crítica en la salud mental. Al respecto, Panarese y Azzarita (2021) señalan que es muy probable que el cierre de las escuelas y las medidas de distanciamiento físico hayan tenido un impacto muy significativo en los jóvenes, especialmente en los adolescentes, debido directamente a la ausencia de interacciones cara a cara con pares e indirectamente al incremento del estrés familiar. Branquinho *et al.* (2020), citando un estudio de *The Lancet*, también ponen énfasis en los posibles efectos negativos en el bienestar emocional de los adolescentes producto de las restricciones a las interacciones cara a cara entre pares.

Por otro lado, otros estudios han llamado la atención sobre el potencial efecto de los cambios que supuso el confinamiento y, especialmente, el cierre de escuelas en los hábitos y rutinas diarias, que se vieron radicalmente alteradas. La desestructuración de las actividades diarias, la intensificación del uso de redes sociales y las nuevas modalidades de educación a distancia pueden haber tenido un efecto negativo sobre el bienestar psicológico (Aymerich, 2020; Panarese y Azzarita, 2021; OECD, 2021b).

En América Latina, los estudios sobre estos aspectos son aún muy escasos. Sin embargo, en algunos países de la región el cierre de escuelas fue de los más extensos del mundo. En México, por ejemplo, la suspensión de clases presenciales inicio el 23 de marzo de 2020 y recién en septiembre-octubre

de 2021 se comenzó a un retorno gradual a la presencialidad (algunos días a la semana) y solo en algunos niveles (a inicios de 2022 la universidad aun permanecía sin clases presenciales). Por otro lado, las profundas brechas socioeconómicas que predominan en la región (entre las más desiguales del mundo) hacen que las condiciones y posibilidades de confinamiento difieran sustancialmente entre distintos sectores de la población. Este estudio pretende contribuir a esta exploración de las relaciones entre las alteraciones y restricciones a la sociabilidad de la pandemia y el confinamiento y sus efectos en el bienestar socioemocional de adolescentes de sectores populares en México.

Metodología: una estrategia participativa

Reglamentaciones tanto internacionales (como la Convención sobre los Derechos del Niño de la ONU) como nacionales (como la Ley General de Niños, Niñas y Adolescentes del Gobierno de México) reconocen el derecho de niños y adolescentes no solo a ser escuchados, sino a que sus opiniones sean tomadas en cuenta en decisiones sobre temas que les competen. A pesar de ello, tal como señalan Branquinho *et ál.* en un artículo elocuentemente titulado “Hey, we also have something to say”¹, “todavía, numerosas decisiones referidas a la vida de los jóvenes son tomadas sin considerar ningún aporte de los propios jóvenes” (2021, p. 2742). Exactamente esta misma percepción fue la que nos guio al momento de diseñar la estrategia metodológica en que se basó esta investigación. Nos propusimos explorar la experiencia de la pandemia en los adolescentes a partir de sus propias voces. Pero, además, a diferencia de otros estudios, no nos limitamos a consultar y escuchar a los jóvenes a través de encuestas y/o entrevistas, sino que les propusimos que ellos mismos se expresaran en sus propios lenguajes en diferentes productos de su autoría, siguiendo los lineamientos metodológicos desarrollados por Bertely *et ál.* (2011).

En colaboración con un docente de educación media superior de una escuela del municipio de Ciudad Nezahualcóyotl, ubicado en la periferia oriente de la ciudad de México, invitamos a los estudiantes de cuatro grupos (de aproximadamente 50 alumnos cada uno) a participar en esta investigación. El proyecto consistiría en desarrollar ellos mismos una investigación sobre la experiencia adolescente de la pandemia; es decir, se trataba de una investigación participativa. Con el asesoramiento del autor de este artículo y el acompañamiento del docente, a lo largo de varias sesiones por videoconferencia y comunicaciones por diferentes plataformas, los estudiantes que voluntariamente decidieron participar siguieron un proceso de tres etapas: 1) selección del tema, las preguntas y las técnicas de investigación; 2) aplicación de las técnicas de investigación, recopilación y análisis del material obtenido; y 3) diseño y elaboración de un producto de autoría adolescente en el que expresaran los resultados en sus propios lenguajes.

1. Eý, nosotros también tenemos algo que decir [traducción propia].

Luego de las sesiones introductorias, finalmente decidieron participar un total de 61 adolescentes, los cuales se organizaron en 13 equipos diferentes (2 estudiantes trabajaron de manera individual). Todos ellos tenían en aquel momento entre 17 y 19 años de edad, 25 varones (41 %) y 36 mujeres (59 %), y cursaban el último año de bachillerato². El trabajo se extendió de octubre de 2020 a agosto de 2021, período durante el cual las escuelas en México permanecieron cerradas y las clases se impartieron a distancia.

Algunos de los temas seleccionados por los 13 equipos fueron: “Adolescentes y las relaciones con la familia en pandemia”, “Adolescentes y la vida social durante la pandemia”, “Sentimientos, emociones y estados de ánimo de los adolescentes durante la pandemia” y “La experiencia de los adolescentes con las clases no presenciales”, entre otros. Para investigar sobre estos temas, cada equipo aplicó diferentes técnicas de investigación a amigos, compañeros y/o conocidos adolescentes, que incluyeron, entre otras, pequeñas encuestas a través de Google Forms, entrevistas grabadas, cartas individuales y fotografías. Finalmente, cada equipo elaboró un producto en diferentes lenguajes expresando los resultados de su investigación; entre estos productos hubo videos, teatro, podcast, literatura, muestras fotográficas y música.

A lo largo de este proceso los estudiantes fueron asesorados y capacitados en algunas habilidades básicas respecto a cómo definir un problema de investigación y elaborar guías de entrevista, cuestionarios de encuestas y otras técnicas de recopilación de información, y cómo elaborar y editar sus productos. Al concluir cada una de estas tres etapas los equipos compartieron con los coordinadores del proyecto los resultados obtenidos, es decir: la definición y justificación de su problema de investigación, el material obtenido a través de las técnicas aplicadas y los productos de autoría adolescente. Este artículo se basa en el análisis de todo ese material empírico obtenido por los propios adolescentes sobre los adolescentes, el cual resultó de una riqueza y una diversidad realmente sorprendentes.

Para este artículo nos basamos principalmente en la codificación y análisis del material escrito, el cual incluye textos de los propios equipos de adolescentes (como la justificación de sus temas), entrevistas y cartas obtenidas a lo largo de sus investigaciones, y la transcripción de algunos de sus productos, como rap, videos, podcasts y diarios. La diversidad de los materiales supuso un complejo proceso de clasificación y sistematización de los mismos. Esto implicó la transcripción previa de aquellos materiales que no tenían un formato en texto (como podcast y canciones, por ejemplo). Finalmente, la codificación se realizó siguiendo los lineamientos clásicos de la teoría empíricamente fundamentada (*grounded theory*) de Glazer y

-
2. Cabe señalar que todos los nombres de las y los adolescentes citados en este artículo son ficticios, para preservar su anonimato. Para la realización de la investigación se contó con la autorización de la escuela, la colaboración como cocoordinador del proyecto de M. O. Q., docente de la escuela, y la disposición voluntaria de los mismos adolescentes a participar y/o retirarse cuando así lo desearan.

Strauss (1967), partiendo de algunas categorías básicas iniciales y creando nuevas categorías a partir de la propia información empírica en proceso de codificación.

Rupturas en la sociabilidad adolescente

La sociabilidad entre pares

Aunque pueda parecer obvio, es importante comenzar por señalar que el tema que emerge en primer lugar en la voz de los propios adolescentes ligado a la pandemia es la suspensión de las clases presenciales y su reemplazo por modalidades virtuales o a distancia. No se trata de un dato menor, dado que la preeminencia atribuida en sus discursos y lenguajes a este tema, por sobre otras dimensiones, como las médicas o económicas que han concentrado la preocupación del mundo adulto, denota un claro posicionamiento de la experiencia juvenil adolescente frente a la pandemia. El cierre de las escuelas en su formato tradicional basado en la presencialidad es tematizado atendiendo a múltiples aristas diferentes: las limitaciones que significó en el proceso de enseñanza-aprendizaje, las restricciones y desigualdades tecnológicas que puso en evidencia, la desorganización de escuelas y directivos para adaptarse a la nueva situación, las escasas habilidades de los docentes para adecuarse a la virtualidad, el exceso de trabajo que se exigía, y muchos otros aspectos que no trataremos en este artículo, porque nos desviarían del interés principal. Pero, entre todos ellos, uno, particularmente relevante y de los más destacados por los adolescentes, es precisamente la cancelación de un espacio clave de interacción entre pares que significó el cierre de las escuelas.

Durante la pandemia nos hemos dado cuenta de que las relaciones entre amigos se han visto afectadas debido a la distancia, porque generalmente nuestra convivencia se basaba en ir a la escuela y disfrutar los tiempos libres en conjunto. Ahora ya no nos vemos todos los días, con algo de suerte cada dos meses y en videollamadas, que no necesariamente son para vernos y hablar de nosotros, sino que eran videollamadas por trabajos en equipo, lo que resulta bastante estresante, ya que no tenemos el tiempo que teníamos para disfrutar de la compañía, ni siquiera [de la] compañía a distancia. (Equipo 6, varios adolescentes, justificación del problema de investigación, enero 2021)

La escuela representa en la adolescencia un espacio fundamental de encuentro entre pares y de construcción de relaciones de amistad, de noviazgo, de compañerismo o simplemente de interacción con un otro equivalente. La escuela, aun para los sectores populares, constituye parte de la institucionalización de la adolescencia. De la cita previa emergen dos aspectos interesantes: uno de ellos es la referencia al tiempo libre *en* la escuela y el otro es el cuestionamiento a las videollamadas o la comunicación por redes sociales en general.

La mención del tiempo libre en la escuela es un primer dato que permite cuestionar una apreciación extendida en el sentido común que contrapone la escuela al tiempo libre. Lo que la cita pone en evidencia es que hay tiempo libre *en* la escuela. Y a lo que se refieren con ello es no solo a los períodos de descanso (recreos), sino a múltiples y microintersticios situados entre las prácticas estrictamente académicas y que también forman parte de la experiencia escolar. Luis se refiere a ellos de manera aún más explícita:

Las clases virtuales fueron un desastre total y es feo, ya que se extrañaba la compañía de las amistades, el relajo que se hacía, las bromas que nos hacíamos, el cotorreo, entre otras cosas; poco a poco nos fuimos separando, gente empezó a caer en depresión, en ansiedad, por lo mismo del encierro [...] vi cómo compañeros, amigos y familiares se perdían de su graduación, que muchos habían soñado con ese momento, el cual la pandemia les quitó. (Equipo 6, Luis, carta, enero 2021)

El *cotorreo*, las bromas y el relajo son parte esencial de la sociabilidad adolescente y es uno de los aspectos que el cierre de escuelas canceló radicalmente de manera abrupta. La virtualidad, además, parece incapaz de sustituir o replicar este aspecto de la sociabilidad. Las videollamadas en diferentes plataformas fueron exaltadas inicialmente como la gran solución y se emplearon en exceso a lo largo de la pandemia. Sin embargo, si bien permitieron suplir, parcialmente, las clases en su dimensión académica, fueron incapaces de hacer lo mismo con su dimensión social: “no necesariamente son para vernos y hablar de nosotros” decían los integrantes del Equipo 6. La presencialidad deja intersticios para la sociabilidad que la eficiencia de la virtualidad suprime.

La tecnología nos ha mantenido en contacto con nuestros amigos y compañeros, sin embargo, obviamente, no es igual; ahora te mandan un *sticker* diciendo “abrazo virtual” y al inicio se sentía bonito, como es que desde la distancia el afecto se puede seguir mostrando, pero, como era de esperarse, con el tiempo eso no sería suficiente. Los abrazos son especiales, el hecho de sentir como una persona te rodea con tus brazos y no te quiere soltar es un sentimiento muy muy muy agradable y es un sentimiento que hace un año no siento. No he visto a mis amigos, no he visto a mi novio, son personas importantes para mi vida y siento muy feo en el pecho, porque *esta etapa se va a terminar antes que la pandemia*. Todos y todas tomaremos caminos separados. (Equipo 6, Ana Laura, carta, enero 2021)

La virtualidad no solo suprime esos intersticios, sino también otro de los aspectos esenciales de la sociabilidad, como es la corporalidad. La corporalidad, tanto en lo que refiere a la presencia física frente al otro como al contacto físico con el otro, se ve suprimida o por lo menos fuertemente limitada y trastrocada. Si este aspecto, directamente ligado a la afectividad, es central a la condición humana, resulta determinante en la adolescencia,

debido a su importancia para el desarrollo psicosocial adolescente: en la construcción identitaria, de vínculos afectivos, de subjetivación, etcétera.

Empiezan a emerger aquí algunos elementos que permiten trazar cierta vinculación entre las limitaciones a la sociabilidad entre pares y el bienestar socioemocional de los adolescentes. En las siguientes citas esta asociación aparece enunciada aún con más transparencia: “lo que más me pasa es que me aburro; no es lo mismo platicar con una persona frente a frente que platicar con una persona a través de la pantalla de tu celular o computadora” (Equipo 11, Alejandra, notas de campo, enero 2021).

Durante estos meses, casi un año que ha durado la pandemia, ha sido una ruleta rusa de emociones para mí, ya que el hecho de estar todos los días solo en mi casa es muy frustrante, porque suelo ser una persona que le encanta convivir con las personas, ya que soy demasiado sociable, y aunque existan las redes sociales y pueda hablar por ese medio con mis amigos, no es lo mismo que estar con ellos físicamente. (Equipo 10, Fernando, carta, enero 2021)

Nuevamente se marca la diferencia que genera la presencia física. No solo no es lo mismo que la comunicación virtual, sino que la ausencia de estos espacios de sociabilidad en los que se pone en juego la interacción cara a cara y la corporalidad repercute en sentimientos y estados de ánimo diversos, como el aburrimiento, la soledad y, en ocasiones, la depresión. Al mismo tiempo, un aspecto que también aparece asociado al encierro es el sentimiento de impotencia, que en muchas ocasiones los adolescentes expresan como frustración. En parte, estos sentimientos son los que pueden explicar las transgresiones al confinamiento. “Días de desesperación, estrés; días que necesitábamos de ese abrazo físico de los amigos, de hablar con ellos de algo que no fueran trabajos, proyectos, tareas y exámenes”, dice Nacho, como para intentar justificar algunos encuentros: “ante tanta necesidad es que decidimos hacer algunas reuniones físicas, cuidando siempre el hecho de nuestra salud y la de nuestras familias” (Equipo 6, Nacho, carta, enero 2021). Estas voces nos permiten imaginar otras interpretaciones alternativas a la simple irresponsabilidad juvenil como causa de estas transgresiones a las medidas de aislamiento social.

La sociabilidad familiar

La contracara del cierre de las escuelas y su reemplazo por las clases a distancia desde casa ha sido una intensificación de la convivencia en el hogar, mayoritariamente con otros miembros de la familia, como padres y hermanos. Tal como lo marcan los propios adolescentes, el confinamiento ha significado un cambio sustancial en términos de las rutinas cotidianas y la dinámica familiar: los horarios y actividades fuera de casa de todos los integrantes del hogar se alteraron y, en términos generales, se vieron limitados, lo que a su vez implicó nuevas experiencias, y negociaciones, de convivencia. La obligada copresencia de la familia durante la mayor parte del día significó para muchos adolescentes una situación inédita con diversas repercusiones.

En los sectores populares, las jornadas de trabajo fuera de casa suelen ser extensas. Las distancias y traslados en grandes conglomerados urbanos, como la Ciudad de México, además, suelen demandar varias horas, que obligan a salir muy temprano y regresar muy tarde. Es decir, en la cotidianidad prepandemia los encuentros familiares durante la semana eran, para muchos hogares, escasos, pero el confinamiento alteró esto e impuso una intensa convivencia. Para algunos, como en el caso de Johanna y Rubí, ello significó un redescubrimiento de los vínculos familiares e incluso afianzar y mejorar la relación y diálogo con padres, hermanos u otros miembros del hogar.

Personalmente, creo que aprendí a convivir más con las personas [con las] que vivo, porque antes yo era más antisocial, no hablaba con nadie, ni con mis papás ni con mis hermanos, con nadie; entonces creo que hasta cierto punto he aprendido a dialogar más con ellos, trabajar más la confianza y comunicarme más. (Equipo 5, Johanna, entrevista, abril 2021)

Bueno, sí, un poco. Con mi abuelita no platicaba mucho la verdad, y con esta pandemia hemos unido más esa comunicación con ella. [...] Con mi mamá siempre ha sido así, siempre hemos estado muy comunicadas al 100%, es mi mejor amiga también. [...] Y pues mis hermanos un poco [...] la verdad estar unidos todos así no es cosa de nosotros, y pues sí había a veces peleas y cosas así. (Equipo 5, Rubí, entrevista, abril 2021)

La última cita de Rubí insinúa sutilmente que una convivencia de tal intensidad puede tener también sus matices negativos, especialmente para quienes no estaban acostumbrados a ella. En otra de las entrevistas realizadas, Naomi señaló: “yo creo que lo que más me ha afectado [el confinamiento] ha sido en la tolerancia”; y luego añade, en la misma línea que Rubí:

Pues yo creo que es por lo mismo de estar todo el año con las mismas personas y no poder salir, ni ver otras personas [...] es como que ya tanta convivencia me agobió. De estar encerrada tanto tiempo hay momentos en los que ya convivir tanto te agobia [...] pues hay peleas y muchas cosas. (Equipo 5, Naomi, entrevista, abril 2021)

La intensificación de la convivencia puede desencadenar hastío y agobio y, además, conflictos. Según una encuesta reciente, el 34,2% de los hogares que tienen entre sus miembros a niños, niñas y/o adolescentes reconocieron un incremento de las discusiones y tensiones durante la pandemia (48,5% dijo que se mantienen igual y 16,2% que disminuyeron) (Encovid-19, 2021). Por su parte, la Secretaría de Gobernación del Gobierno de México reportó que de marzo a junio de 2021 se registraron máximos históricos de violencia familiar. Según este informe, la cantidad de carpetas de investigación por violencia familiar presentadas en el primer semestre de 2021 tuvo un incremento de 24% respecto al mismo periodo del año anterior (Segob, 2021).

En relación con las tensiones por convivencia en el hogar debemos tomar en cuenta otros dos aspectos que aportan cierta especificidad a nuestro caso de análisis; me refiero a la condiciones social y etaria. Por un lado, la precariedad de las condiciones habitacionales de los sectores populares se traduce, entre otras características, no solo en situaciones de más o menos hacinamiento, sino también en limitaciones en la disponibilidad de espacios, verdes, abiertos, independientes y confortables. Estos rasgos de la vivienda popular acentúan los encuentros e interacciones, constriñen la autonomía individual, aumentan las interferencias recíprocas y multiplican las posibilidades de conflicto.

Estamos pasando por una variedad de emociones encontradas: feliz por dormir, estresados de las tareas y clases en línea, los deberes de la casa, los gritos o peleas de nuestros familiares, que hacen que nos frustremos. Nos ponemos tristes por no salir y ver a nuestros amigos e incluso extrañar nuestra escuela. (Equipo 11, varios adolescentes, justificación del problema de investigación, enero 2021)

También creo que me afecta con las personas de mi alrededor, porque, por lo mismo del estrés o la frustración, llego al enojo como tal; entonces luego yo llego a desquitarme con las personas de mi alrededor y entonces... mi entorno, como que sí se torna en esta pandemia un poco negro, por así decirlo, porque [me embarga] pues la misma frustración [y] luego no tienes como sacarla [...]; yo, por ejemplo, que soy una persona muy temperamental, sí me frustro, y entonces estallo, entonces yo siento que... (Equipo 4, Evelyn, entrevista, abril 2021)

Nuevamente comienzan a emerger asociaciones entre este patrón de sociabilidad familiar, producto de la pandemia y el confinamiento, y determinadas emociones y estados de ánimo en los adolescentes: frustración, intolerancia, hastío, enojo o malhumor y, en algunos casos, tristeza.

Pero, como dije antes, hay una segunda especificidad en nuestro caso, que debemos considerar, y se refiere a la misma condición adolescente. Es decir, así como en esta etapa cobran preeminencia las relaciones entre pares, también suelen tensionarse las relaciones con la familia, especialmente con los padres. El proceso mismo de subjetivación, es decir, de posicionamiento en el mundo y reconocimiento de uno mismo como sujeto autónomo implica cierto distanciamiento con respecto al núcleo familiar y, de manera concomitante, la búsqueda de interacción con pares y con otros adultos significativos. El confinamiento en el hogar con el núcleo familiar censuró estas posibilidades.

Con mi familia he tenido sí un acercamiento, pero al mismo tiempo un distanciamiento. Aunque sí he logrado conectar un poquito más con mi familia, pero sí considero que el hecho de estar diariamente viendo a tu familia, conviviendo con ella, llega un momento [en el] que, como todo, hay un límite. Entonces, como tienes que estar cerca, también llega un momento que debes pensar

en ti mismo, en que no siempre vas a estar cómodo con tu propia familia. A veces necesitas un momento en que estar solo, es un buen momento; no sé... un descanso, más que nada, porque sí es muy bonito tener el apoyo de tu familia, que esté conviviendo contigo y todo, pero llega un momento que también la rutina de eso hostiga un poco. Entonces nunca es malo también retirarte tantito de ese núcleo familiar, aunque sea un día, y darte tiempo a ti mismo. (Equipo 4, Paul, entrevista, abril 2021)

La cita de Paul es elocuente respecto a esta necesidad de los adolescentes de un relativo distanciamiento de la familia, pero también de la demanda por un espacio y un tiempo de intimidad o encuentro con ellos mismos. Sin implicar un rechazo a la familia, la excesiva convivencia puede terminar siendo percibida como un hostigamiento. Obviamente, las connotaciones negativas de esta situación efectivamente pueden acentuarse en contextos autoritarios, conflictivos o en los cuales los y las adolescentes se sienten poco reconocidos/as o respetados/as, o simplemente mantienen una relación tensa con el resto de la familia.

Si han cambiado [...] un ejemplo, si antes tenía 10 amigos ahora les hablo a dos o tres; entonces sí ha cambiado mucho. Nunca hablé mucho con mis seres queridos, ni antes de la pandemia ni después, así que eso no es problema, porque nunca hablé con ellos, no me llevo [bien] con mi familia, y con mis amigos dejé de hablarles a varios, pero quiero creer que seguimos siendo amigos. (Equipo 5, Maica, entrevista, abril 2021)

En un acto que casi podría interpretarse de resistencia, Maica señala que la situación descrita en la relación con su familia no ha sido un problema. Sin embargo, poco más adelante, confiesa: “hay momentos en los que me siento vacía... y muy triste”. Y vuelve a destacar desde otra perspectiva la importancia de los vínculos familiares y/o afectivos: “en esos ratos tengo que platicar mucho con mi hermana o acariciar a mi perro, hasta el momento de tranquilizarme” (Equipo 5, Maica, entrevista, abril 2021).

La sociabilidad urbana

Finalmente, una tercera dimensión, vinculada a la sociabilidad, que emerge en el discurso de los y las adolescentes es la referencia al “encierro”. Si bien este aspecto está directamente relacionado con el cierre de las escuelas, que suprimió una de las actividades diarias más importante fuera de la vivienda, hace referencia también a las alteraciones de lo que podríamos denominar la “sociabilidad urbana”: la interacción casual con otros conocidos y desconocidos.

Muchos de los adolescentes que participaron en la investigación, principalmente varones, destacaron el cierre de gimnasios, espacios públicos y otras actividades deportivas. Miguel señala: “me he sentido desesperado, ya que por la pandemia se cancelaron los partidos y el gimnasio, y en ellos

era donde pasaba una parte de mi tiempo fuera de la escuela” (Equipo 11, Miguel, notas de campo). En muchas de las fotografías tomadas por los adolescentes como parte de este proyecto se presentan calles vacías, parques con zonas y bancas clausuradas, juegos desolados y áreas deportivas en la noche, lo que refleja la importancia atribuida a la vida en la ciudad. Estas restricciones a la sociabilidad urbana repercutían en la sensación de encierro, aburrimiento y tedio y la acentuaban:

Pues [acerca de] el estrés, me estreso demasiado. ¿Pero qué crees que lo cause? Pues fíjate que al principio te dijeran “no puedes salir” [...] yo estoy acostumbrado a andar mucho en la calle porque [...] me iba a la prepa y veía a mis amigos, salía y me venía con ellos [...]; después, con lo del trabajo estoy acostumbrado a convivir con mucha gente, demasiada gente, entonces cuando llega esto y te dicen “no puedes salir” [...] “¿pero cómo? estoy acostumbrado [a salir]”, y literal me quedaba en mi casa, por un problema muy grande, que me dijeron no puedes salir durante tanto tiempo. “Ok, está bien”, pero era raro, porque si acaso podía salir solo por las tortillas o por el agua [...] y era muy raro para mí: me sentía como un león enjaulado. (Equipo 5, Agustín, entrevista, abril 2021)

Esta última expresión se repite en otras entrevistas. Esteban, por ejemplo, señaló: “las emociones y sentimientos más persistentes en mi cuarentena son: ansiedad, tristeza, frustración, desespero [...]; como me dice mi mamá: parezco león enjaulado”. La metáfora en cuestión parece hacer referencia a la energía, potencia e ímpetu de la adolescencia reprimida por las medidas de confinamiento asociadas a la pandemia. El redescubrimiento del mundo exterior como ser autónomo (ya no niño/a) resulta cancelado o al menos suspendido. La ansiedad, por lo tanto, se presentaba como uno de los estados anímicos emergentes más frecuentes en este contexto. Pero, además, Esteban añadió enseguida una observación muy interesante asociada al encierro: “Me di tiempo de conocerme a profundidad y ya hasta me caí mal” (Equipo 11, Esteban, notas de campo, enero 2021). Es decir, no solo se trataba de ansiedad, sino que esta última frase insinuaba una relación entre el encierro y la depresión.

Uno de los equipos de adolescentes que participaron en esta investigación concluyeron luego de haber realizado entrevistas y encuestas con amigos, compañeros y conocidos:

Algunos sufrimos ansiedad e incluso depresión. Se fueron desarrollando con todo esto y nos dimos cuenta, gracias al formulario [encuesta] que hicimos a nuestros compañeros e incluso a otras personas, y lo que pudimos observar [es] que la mayoría de los jóvenes piensan lo mismo: extrañan su vida de antes, el poder salir, el ir a la escuela, ver a sus amigos, tener realmente una vida, porque la pandemia nos trajo un giro radical, la situación más complicada de nuestras vidas. (Equipo 11, varios adolescentes, justificación del problema de investigación, enero 2021)

La contracara de la cancelación de estas formas de sociabilidad urbana fue el encierro. La clausura en el hogar está fuertemente asociada en la voz de los adolescentes a una reconfiguración radical de sus rutinas cotidianas. Sin embargo, me interesa destacar que no se trata solo de un cambio, del reemplazo de unos hábitos por otros, sino de que la dimensión del “encierro” le atribuye a esta nueva cotidianidad una particularidad: la monotonía, el tedio y el aburrimiento:

Ahora todo es distinto: lo único que hacemos es despertar, limpiar, bañarnos y no salir de casa. Nos sentamos en una mesa todo el día para hacer nuestras cosas, vemos alrededor, vemos los materiales que nos rodean, ya casi cumplimos un año de estar así encerrados, la rutina se ha vuelto muy complicada. (Equipo 11, varios adolescentes, justificación del problema de investigación, enero 2021)

Miguel y Alejandra asocian esta desestructuración de las rutinas cotidianas, pero sobre todo la monotonía y falta de sociabilidad derivada del encierro, con un sentimiento de tristeza: “en ocasiones me siento triste, ya que extraño a mis compañeros; también me he sentido encerrado, ya que siento que mis días se hicieron rutinarios: todos los días repito lo mismo” (Equipo 11, Miguel, notas de campo, enero 2021); “me he sentido encerrada. Siento que perdí tiempo de mi vida, me sentí triste en muchas ocasiones, y creo que lo más importante es que me sentí triste la mayor parte del tiempo” (Equipo 11, Alejandra, notas de campo, 2021).

Es importante detenerse en lo que expresa Alejandra en la última cita: la idea de que la pandemia significó restarle tiempo a sus vidas. Parece tratarse de la suspensión de un tiempo histórico-social que se combina con la continuidad de un tiempo cronológico y biológico. Los propios adolescentes sentían que la misma adolescencia se les escapaba sin haberla vivido.

Sociabilidad, bienestar socioemocional y adolescencia

Estudios cuantitativos basados mayoritariamente en encuestas autoaplicadas comienzan a mostrar que la pandemia por covid-19 y las medidas de contención implementadas, principalmente de confinamiento, repercutieron en la salud mental de la población. Estas mismas fuentes sugieren que adolescentes y jóvenes fueron un segmento particularmente afectado: por un lado, con incrementos significativos en este tipo de padecimientos respecto a datos prepandemia y, por otro lado, con tasas de afectación mayores a las del resto de la población. Los resultados de nuestra investigación vienen a enriquecer y complementar estos hallazgos previos, a partir de una perspectiva cualitativa que permite construir ciertas conexiones de sentido entre estas dos variables: la pandemia, por un lado, y los malestares socioemocionales, por otro. ¿Cómo y por qué se relacionan una con otra? La hipótesis que nos interesa explorar apunta a la sociabilidad adolescente como una, aunque no la única, de las dimensiones clave afectadas por la pandemia, con consecuencias en el bienestar

socioemocional. Los resultados expuestos en la sección previa parecen avalar este carácter mediador y central de la sociabilidad.

La pandemia y el confinamiento significaron un cambio drástico en las rutinas y hábitos cotidianos de la población en general (Aymerich, 2020). El trabajo de campo con los y las adolescentes, y todas las fuentes de información empírica generadas a lo largo de ese trabajo, muestran que, en el caso específico de la adolescencia, uno de los ámbitos más importantes afectados por esta ruptura de la cotidianidad fue el de la sociabilidad. En particular, tres esferas de sociabilidad se vieron afectadas: la sociabilidad entre pares, la sociabilidad familiar y la sociabilidad urbana.

Cada una de estas tres esferas resulta especialmente importante en el desarrollo y bienestar socioemocional de los adolescentes. La adolescencia es una etapa en la cual la relación con pares y con otros adultos ajenos a la familia de origen es fundamental en el proceso de subjetivación y construcción identitaria. El distanciamiento respecto a los padres en la búsqueda de autonomía emocional para la toma de decisiones y la formación de un posicionamiento propio en el mundo social es igualmente esencial para esta etapa de la vida (Crosnoe y Kirkpatrick, 2011). Ambas dimensiones, el distanciamiento o búsqueda de autonomía respecto al núcleo familiar, por un lado, y la integración en grupos de pares, y la interacción con ellos y otros adultos, por otro, se complementan en este proceso de desarrollo psicosocial. Las dos, sin embargo, se vieron clausuradas o, al menos, alteradas sustantivamente debido a las medidas de confinamiento implementadas para contener la pandemia.

El cierre de escuelas en su modalidad presencial resultó ser un aspecto crítico en esta alteración de la sociabilidad entre pares y en la salud mental de adolescentes y jóvenes (OECD, 2021a). La suspensión de la escolaridad tradicional nos hizo ver con toda claridad que la escuela no solo es relevante en su función académico-cognitiva, sino también para el desarrollo y bienestar psicosocial de niños y adolescentes en su proceso de construcción identitaria y de subjetivación. Sintetizando un conjunto de estudios realizados por miembros de su equipo en escuelas de educación media superior, Eduardo Weiss señalaba que la escuela es sobre todo un *espacio de vida juvenil*, de encuentro con pares, amigos y novios, y luego añadía: “este espacio juvenil no es sólo un espacio lúdico y de diversión; a través de sus prácticas y las conversaciones sobre ellas, los jóvenes también aprenden de sus experiencias en un amplio registro y forman sus identidades” (2012, p. 135). En este sentido, aquello que hemos denominado “intersticios” de la experiencia escolar adquieren plena centralidad y se constituyen en uno de los aspectos más sentidos por los adolescentes.

La interacción cara a cara y la corporalidad de la copresencia y del contacto físico resultan además esenciales a esta sociabilidad de pares en el espacio escolar. Tal como señala Vargas (2021), “no se puede negar que poner el cuerpo en el encuentro con otros cuerpos en la actividad educativa es parte fundamental del hacer Escuela”. Las identidades y el reconocimiento de uno mismo, la construcción de vínculos afectivos, las estéticas juveniles,

los gustos y preferencias independientes del núcleo familiar y muchos otros aspectos del desarrollo adolescente son dependientes de esta sociabilidad entre pares. La clausura de la sociabilidad e interacción se asocia con sentimientos de soledad y aislamiento, que a su vez son precursores, para los jóvenes, de otros problemas de salud mental (Orgilés *et ál.*, 2020). Pero nuestra investigación sugiere que la cancelación de la presencialidad y de la consiguiente sociabilidad entre pares también se asoció con la tristeza y depresión. Los propios adolescentes percibieron que la pandemia y el confinamiento implicaban la pérdida de la escuela como espacio de vida juvenil y, por ende, de aspectos esenciales del desarrollo adolescente. “Como ya había mencionado, *la vida se siente estancada*, y aunque es muy probable que acabemos la preparatoria, no es tan satisfactorio, ya que no es la misma experiencia” (Equipo 9, Javier, diciembre 2020). En otros términos, la tristeza derivaba de la sensación de una adolescencia perdida como resultado de un tiempo cronológico que avanzaba y un tiempo social que había quedado suspendido.

La virtualidad, más allá de sus aportes a la continuidad escolar en su faceta académica, resultó incapaz de suplir esta dimensión social. La pandemia nos enseña que las redes sociales pueden ser un nuevo espacio de relaciones, vínculos e interacciones sociales que complementan o añaden nuevas formas de sociabilidad, pero no sustituyen la sociabilidad presencial entre pares. Martuccelli incluso argumenta que esto significa una regresión en términos de sociabilidad, en la medida en que trastoca la naturaleza misma de las actividades sociales, que ahora se realizaban virtualmente: “solo en el imaginario de Facebook un ‘amigo’ es un enlace” (2020, p. 11).

Si bien algunos estudios (Orben *et ál.*, 2020) sugieren que los jóvenes pueden haber sido más resilientes al confinamiento que los adultos, gracias a su condición de nativos digitales, otros, en línea con nuestros propios hallazgos, señalan que esta mitigación fue parcial. Panarese y Azzarita (2021), por ejemplo, afirman que, en realidad, la intensa actividad en línea de los jóvenes puede interpretarse más bien como una “respuesta” a una situación excepcional. Incluso esta intensificación del uso de redes sociales y medios digitales no impidió que los jóvenes fueran más propensos que los adultos a padecer aburrimiento, soledad, impaciencia o ansiedad.

Tal como vimos en la sección previa, algunos jóvenes identificaron, en cambio, las relaciones con los miembros del hogar o con algunos de ellos como un factor de resiliencia al confinamiento. Muchos adolescentes destacaron el intercambio de experiencias y sentimientos, la compañía o las manifestaciones de afecto con hermanos, abuelos o padres, e incluso de manera reiterativa con mascotas. Pero la intensificación de la convivencia también alteró, no siempre positivamente, la sociabilidad familiar.

Si a la limitada sociabilidad entre pares y la saturación de la comunicación digital sumamos la convivencia continua con padres y otros familiares, la supervisión constante, intencional o no, de estos últimos y la falta de espacios y momentos de intimidad, el resultado es la manifestación de nuevos malestares emocionales. En efecto, el confinamiento puede haber

generado el fortalecimiento de ciertos lazos familiares, pero también, y aparentemente de manera mayoritaria, conflictos y otras alteraciones de la sociabilidad familiar. Es decir, la familia puede ser un soporte, pero también representar para los adolescentes un entorno estresante (Panarese y Azzarita, 2021). Los resultados presentados en la sección anterior mostraron que, efectivamente, los conflictos, peleas y tensiones familiares, de las cuales los adolescentes eran parte o testigos involuntarios debido al confinamiento, fueron motivo de preocupación y estrés. La convivencia en exceso y la falta de intimidad, además, hicieron del hogar un espacio asfixiante, por momentos agobiante. Estas situaciones pueden agudizarse muchísimo en espacios familiares donde priman relaciones conflictivas o de violencia, en particular para las mujeres, minorías u otras identidades juveniles que muchas veces son rechazadas en el seno de sus propias familias.

En este sentido son interesantes los resultados de una encuesta realizada por Panarese y Azzarita (2021) en Italia, que muestra que los jóvenes menores de 25 años son más propensos que el resto de la población a manifestar que la privacidad personal ha disminuido y que tanto las tensiones dentro del hogar como las interferencias y molestias recíprocas se incrementaron, todo a consecuencia de la pandemia y el confinamiento. Estos resultados son consistentes con nuestros hallazgos y refuerzan la importancia que adquiere el distanciamiento del núcleo familiar en esta etapa de la vida.

Los malestares socioemocionales derivados de la intensificación de la sociabilidad familiar mantienen, sin embargo, una relación directa con las condiciones socioeconómicas de habitabilidad. En los sectores populares, como es nuestro caso de análisis, las condiciones de la vivienda suelen caracterizarse por el hacinamiento, la precariedad y la ausencia de espacios independientes y abiertos. Todos estos factores acentúan las posibilidades de conflicto, limitan la privacidad y derivan, a su vez, en mayor estrés.

Esto nos conduce a reparar en los efectos asociados al encierro. El confinamiento y las restricciones de muchísimas actividades desencadenaron una sustancial limitación de la sociabilidad urbana. Para los adolescentes de sectores populares el espacio público urbano sigue teniendo un peso significativo en sus experiencias cotidianas, tanto de manera voluntaria (actividades deportivas, de ocio o sociabilidad entre pares) como involuntaria (trabajos, traslados, consumo). En muchas colonias populares, gran cantidad de actividades cotidianas transcurren en el espacio público barrial, en parte debido a la misma precariedad habitacional. El encierro, derivado de todas estas limitaciones, no solo significó una alteración radical de las rutinas cotidianas, sino también sentimientos de frustración, ansiedad e impotencia.

Algunos estudios encontraron indicios que sugieren que las mujeres jóvenes serían más propensas que los varones a expresar sentimientos de ansiedad y depresión (Branquinho *et ál.*, 2020); complementariamente, los resultados de nuestra investigación parecen sugerir que la frustración y la desesperación estarían especialmente presentes entre los varones, lo que puede estar ligado a un patrón tradicional de mayor presencia en el espacio público o fuera del hogar. En cualquier caso, se requiere profundizar en

el tema de las diferencias de género en cuanto a la forma como se altera la sociabilidad familiar, urbana y entre pares, y la manera como ello afecta el bienestar socioemocional de los adolescentes, pues nuestra investigación no brinda suficiente información al respecto.

Conclusión

La pandemia por covid-19 y, especialmente, las medidas de confinamiento tuvieron un efecto significativo, inicialmente poco reconocido, en la salud mental de los individuos. Nuestros hallazgos contribuyen a brindar una interpretación de esta asociación para una etapa específica de la vida como es la adolescencia. Las medidas de confinamiento alteraron radicalmente las prácticas de sociabilidad adolescente (familiar, urbana y entre pares) con repercusiones en su bienestar socioemocional. La sociabilidad tiene tal centralidad en esta etapa de la vida que su cancelación no solo causa ansiedad, depresión o tristeza, sino también la percepción de que la adolescencia misma ha sido suprimida. Cuando los adolescentes afirmaron que “esta etapa se va a terminar antes que la pandemia”, “siento que perdí tiempo de mi vida” o “la vida se siente estancada”, denotaban la sensación de una experiencia juvenil y de un tiempo biográfico no vividos, a pesar de que el tiempo cronológico seguía transcurriendo. Estos malestares, a su vez, pueden estar asociados a los múltiples indicios que comienzan a emerger respecto a un incremento en el consumo de sustancias adictivas (legales e ilegales) que proveen un efecto evasivo.

La centralidad de la sociabilidad y de otras dimensiones asociadas, como la presencialidad o la corporalidad, nos conducen finalmente a reflexionar sobre el futuro. “La sociabilidad no es un lujo, es una dimensión constitutiva de los seres humanos”, dice Danilo Martuccelli (2020, p. 9). Nuestro análisis previo pretendió ser una contribución a la demostración empírica de esa centralidad y, a la vez, una invitación a revalorizar lo social de la vida en sociedad.

Referencias

- Aymerich-Franch, L. (2020). Covid-19 lockdown: impact on psychological well-being and relationship to habit and routine modifications. PsyArXiv Preprints. DOI: <https://doi.org/10.31234/osf.io/9vm7r>
- Bertely, M., Saraví, G. y Abrantes, P. (2011). *Voces de jóvenes indígenas: adolescencias, etnicidades y ciudadanías en México*. Unicef México.
- Branquinho, C., Kelly, C., Arévalo, L. C., Santos, A. y Gaspar de Matos, M. (2020). “Hey, we also have something to say”: A qualitative study of Portuguese adolescents’ and young people’s experiences under Covid-19. *Journal of Community Psychology*, 48(8), 2740-2752. <https://doi.org/10.1002/jcop.22453>
- Cepal–Comisión Económica para América Latina y el Caribe (2020a). El Covid-19 y la crisis socioeconómica en América Latina y el Caribe. *Revista Cepal*, 132, edición especial, 9-295. <http://hdl.handle.net/11362/46821>

- Cepal–Comisión Económica para América Latina y el Caribe (2020b). *Cuidados y mujeres en tiempos de covid-19: la experiencia en la Argentina*. ONU. https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/46453/1/S2000784_es.pdf
- Crosnoe, R. y Kirkpatrick, M. K. (2011). Research on adolescence in the twenty first century. *Annual Review of Sociology*, 37, 439-460. DOI:<https://doi.org/10.1146/annurev-soc-081309-150008>
- Elder, G. (2000). The life course. En E. Borgatta y R. Montgomery (eds.), *Encyclopedia of Sociology* (pp. 1614-1622). MacMillan.
- Encovid-19 (2020). Encuesta de seguimiento de los efectos del covid-19 en el bienestar de niños, niñas y adolescentes [PowerPoint]. <https://www.unicef.org/mexico/media/4131/file/Resultados%20de%20mayo.pdf>
- Glazer, B. y Strauss, A. (1967). *The discovery of grounded theory*. Aldine.
- Lustig, N., Martínez-Pabón, V., Sanz, F. y Younger, S. D. (2020). The impact of Covid-19 lockdowns and expanded social assistance on inequality, poverty and mobility in Argentina, Brazil, Colombia and Mexico. Center for Global Development. <https://www.cgdev.org/publication/impact-covid-19-lockdowns-and-expanded-social-assistance-inequality-poverty-and-mobility>
- Marchini, S., Zaurino, E., Bouziotis, J., Brondino, N., Delvenne, V. y Delhaye, M. (2021). Study of resilience and loneliness in youth (18-25 years old) during the Covid-19 pandemic lockdown measures. *Journal of Community Psychology*, 49(2), 468-480. DOI: <https://doi.org/10.1002/jcop.22473>
- Martuccelli, D. (2021). La gestión anti-sociológica y tecno-experta de la pandemia del covid-19. *Papeles del CEIC*, 1(246), 1-16. DOI:<http://dx.doi.org/10.1387/pceic.21016>
- Mora Salas, M. y Urbina, G. (2021). Las juventudes populares mexicanas frente a la covid-19: estigmas, apremios y prácticas de prevención. *Última Década*, 29(56), 104-148. <https://ultimadecada.uchile.cl/index.php/UD/article/view/65233>
- OECD–Organization for Economic Cooperation and Development (2021a). *Covid-19 and Well-being. Life in the pandemic*. DOI:<https://doi.org/10.1787/1e1ecb53-en>
- OECD–Organization for Economic Cooperation and Development (2021b). Supporting young people mental's health through the Covid-19 crisis. OECD Policy Responses to Coronavirus (Covid-19), 12 de mayo. <https://www.oecd.org/coronavirus/policy-responses/supporting-young-people-s-mental-health-through-the-covid-19-crisis-84e143e5/#contactinfo-d7e2442>
- Observatorio Género y Covid-19 en México. <https://genero-covid19.gire.org.mx>
- OPS–Organización Panamericana de la Salud (2021). *Covid-19. Mitigar las consecuencias directas e indirectas de la covid-19 en la salud y el bienestar de la población joven de la región de las Américas*. https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/55303/OPSPFLHLCovid-19210037_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Orben, A., Tomova, L. y Blakemore, S. (2020). The effects of social deprivation on adolescent development and mental health. *Lancet. Child Adolescent Health*, 4(8), 634-640. DOI: [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(20\)30186-3](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(20)30186-3)
- Orgilés, M., Morales, A., Delvecchio, E., Mazzeschi, C. y Espada, J. P. (2020). Immediate psychological effects of the Covid-19 quarantine in youth from Italy and Spain. *Frontiers in Psychology*, 11, 579038. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.579038>
- Oxfam (2021). *The inequality virus. Bringing together a world torn apart by coronavirus through a fair, just and sustainable economy*. Oxfam GB. DOI: <https://doi.org/10.21201/2021.6409>
- Panarese, P. y Azzarita, V. (2021). The impact of the Covid-19 pandemic on lifestyle: How young people have adapted their leisure and routine during lockdown in Italy. *Young*, 29(4), 35-64. DOI: <https://doi.org/10.1177/11033088211031389>
- Sanabria-Mazo, J. *et ál.* (2020). Efectos en la salud mental de la población colombiana durante la pandemia del Covid-19. DOI: <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.33334.52805/4>
- Segob–Secretaría de Gobernación del Gobierno de México (2021). Impacto de la pandemia en niños y niñas [PowerPoint].
- Vargas Pellicer, J. (2020). Una reflexión sobre la escuela en tiempos de covid desde la mirada de Arendt, Meirieu, Simons y Masschelein. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*, 50, 195-216. DOI: <https://doi.org/10.48102/rlee.2020.50.ESPECIAL.102>
- Weiss, E. (2012). Los estudiantes como jóvenes. El proceso de subjetivación. *Perfiles Educativos*, 34(135), 134-148. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=13223042009>