

# IMPACTO OCUPACIONAL POR CUARENTENA OBLIGATORIA: EL CASO DE LA REGIÓN DE MAGALLANES Y ANTÁRTICA CHILENA

## OCCUPATIONAL IMPACT DUE TO MANDATORY QUARANTINE: THE CASE OF THE MAGALLANES AND CHILEAN ANTARCTIC REGION



**Melissa Andrea Flores Águila\***

Graduada de terapia ocupacional por la Universidad de Chile. Master en Sostenibilidad y Responsabilidad Social Universitaria por la Universidad de Jaume I. Candidata a Doctora en Filosofía, desarrollo Local e innovación territorial por la Universidad de Alicante. Personal Docente e investigador de la Universidad de Magallanes, Chile. ORCID: 0000-0001-6176-140X

E-mail de contacto [melissa.flores@umag.cl](mailto:melissa.flores@umag.cl)

\*autora para correspondencia



**Wilson Alex Verdugo Huenumán**

Graduado de terapia ocupacional por la Universidad de Chile. Magíster en Educación por la Universidad de Magallanes. Máster en Educación Inclusiva por la Universitat de Les Illes Balears. Personal Docente e investigador y Director del Departamento de Terapia ocupacional de la Universidad de Magallanes, Chile. ORCID: 0003-3913-958X



**Carolina Andrea Vásquez Oyarzún**

Graduada de terapia ocupacional por la Universidad de Magallanes. Magíster en Educación por la Universidad de Magallanes. Personal Docente e investigador de la Universidad de Magallanes, Chile. ORCID: 0003-4429-0954



**Daniela Mandiola Godoy**

Graduada de terapia ocupacional por la Universidad de Magallanes. Magíster en docencia para la Ed. Superior por la Universidad Andrés Bello. Personal Docente e investigador de la Universidad de Magallanes, Chile. ORCID: 0000-0003-0001-7235



**Melissa Hichins Arismendi**

Graduada de terapia ocupacional por la Universidad de Magallanes. Estudiante de Magíster en Ciencias Sociales en la Universidad de Magallanes. Personal Docente e investigador de la Universidad de Magallanes, Chile. ORCID: 0000-0001-9961-9695

**DeCS** Terapia ocupacional; Cuarentena; Pandemia y Coronavirus. **Palabras Clave** Covid-19; Aislamiento Social; Equilibrio Ocupacional; Adaptación Ocupacional.

**MeSH** Occupational therapy; Quarantine; Pandemics and Coronavirus infection. **Key Words** Covid-19; Social Isolation; Occupational Balance; Occupational Adaptation.

**Objetivos:** describir el comportamiento ocupacional en tiempos de pandemia, específicamente durante el aislamiento social obligatorio, e identificar su impacto en el equilibrio ocupacional de la población estudiada. **Métodos:** investigación de tipo cualitativa, con un diseño descriptivo exploratorio, se realizó entrevistas semiestructuradas a personas de diversos rangos etarios subdivididos en infancia, jóvenes, personas adultas y personas mayores, todas habitantes de la ciudad de Punta Arenas que estuvieron en cuarentena total obligatoria en los meses de abril y mayo de 2020. **Resultados:** se identificaron dos grandes categorías: primero: Adaptación ocupacional/satisfacción y bienestar, a partir de las cuales se generaron las siguientes subcategorías: Exploración ocupacional, balance ocupacional, elección ocupacional, eficacia, calidad de vida y aprendizajes; la segunda categoría se denomina desequilibrio ocupacional/insatisfacción o ausencia de bienestar, que incluye subcategorías tales como: tipo y cantidad de ocupaciones, desestructuración de patrones de ejecución, privación ocupacional, infraocupación, sobreocupación. **Conclusión:** frente a la situación de confinamiento en pandemia, las personas pueden tener una respuesta adaptativa o desadaptativa dependiendo de sus recursos personales, contextuales, sociales y emocionales. La terapia ocupacional puede aportar estrategias para mejorar la calidad de vida de las personas en crisis sanitarias como la que se vive en la actualidad.

**Objective:** To describe the occupational behavior in a time of pandemic, especially during compulsory social isolation, and to identify its impact on the occupational balance of the population under study. **Methods:** Qualitative research with a descriptive exploratory design. Semi-structured interviews were carried out among people of different age ranges sub-divided into childhood, youth, adults and the elderly, all inhabitants of the city of Punta Arenas, who were in mandatory total quarantine during the months of April and May 2020. **Results:** Two main categories were identified being the first one: occupational adaptation / satisfaction and well-being, from which the following subcategories were generated: occupational exploration, occupational balance, occupational choice, efficacy, quality of life and learning. The second category was called occupational imbalance / dissatisfaction or absence of well-being, which included subcategories such as: type and number of occupations, disruption of performance patterns, occupational deprivation, underemployment, over-employment. **Conclusion:** Faced with the confinement situation in a pandemic, people can have an adaptive or maladaptive response depending on their personal, contextual, social and emotional resources. Occupational therapy can provide strategies to improve the quality of life of people in health crisis like the one we are living today.

Texto recibido:

18/10/2020

Texto aceptado:

28/11/2020

Texto publicado:

30/11/2020

Derechos de autor



**COTOGA**  
COLEGIO OFICIAL  
DE TERAPEUTAS OCUPACIONALES  
DE GALICIA

## INTRODUCCIÓN

El año 2020 se enfrenta una de las mayores crisis sanitarias que haya tenido la humanidad, y con ello muchos desafíos personales y colectivos. Para las y los terapeutas ocupacionales implica analizar esta situación desde la perspectiva de los derechos de las personas como seres ocupacionales y responder a las necesidades que les demanda la sociedad afectada por la pandemia. No contamos con precedentes, de una medida de protección de la salud que implique un aislamiento social y una privación ocupacional generalizada, con modificaciones a las ocupaciones, actividades y vida cotidiana, por lo que las reflexiones y acciones disciplinares en esta área pasan a ser un elemento prioritario en el desempeño de la terapia ocupacional<sup>(1)(2)</sup>. Recientemente la Organización de Estados Americanos (OEA)<sup>(3)</sup> plantea que la pandemia del COVID-19 puede afectar gravemente la plena vigencia de los derechos humanos de la población en virtud de los serios riesgos para la vida, salud e integridad personal. La pandemia puede generar impactos de corto, mediano y largo plazo sobre las sociedades, y particularmente sobre las personas y grupos en situación de especial vulnerabilidad. Frente a esto, las y los terapeutas ocupacionales poseen una formación que les proporciona habilidades y conocimientos para trabajar con aquellas personas o grupos de población, que, debido a alguna condición de salud, social o contextual, pueden experimentar limitaciones en su participación<sup>(4)</sup>.

Un concepto utilizado por la terapia ocupacional y que ha sido base a lo largo de este estudio, es el de equilibrio ocupacional (EO), definido como aquel equilibrio de compromiso en la ocupación que conduce al bienestar<sup>(5)</sup>. Cabe señalar que el equilibrio no implica la misma cantidad de tiempo en la realización de distintas actividades, sino que hace referencia al uso del tiempo, las personas en su vida diaria se comprometen en ocupaciones de diversa índole y éstas varían en cantidad, calidad, grado de compromiso e identidad en el transcurso de la vida<sup>(6)</sup>. El equilibrio puede estar entre ocupaciones físicas, mentales y sociales; entre ocupaciones elegidas y obligatorias; entre ocupaciones extenuantes y relajantes, o entre hacer y ser<sup>(7)</sup>. Se debe considerar que el equilibrio ocupacional es subjetivo e individual y supone desarrollar una rutina diaria equilibrada, con ocupaciones significativas ajustadas a las capacidades y necesidades de cada persona, relacionadas con sus intereses, y a su vez, con las demandas impuestas por su entorno<sup>(8)</sup>. Es la experiencia subjetiva de la persona de tener un "right mix" o "combinación correcta", es decir, de tener una cantidad y variación de ocupaciones en su patrón ocupacional, pudiendo usarse esta definición desde varias perspectivas: áreas ocupacionales, ocupaciones con diferentes características y uso del tiempo<sup>(9)</sup>. Es importante tener en cuenta que el equilibrio ocupacional es dinámico, ya que puede variar en diferentes circunstancias y cambia a lo largo del ciclo vital, de forma que la persona está constantemente adaptándose y reequilibrándose<sup>(6)</sup>.

Ann Wilcock planteó como una de las bases de la terapia ocupacional, la perspectiva ocupacional de la salud, que consiste en un equilibrio de bienestar físico, mental y social, alcanzada a través de ocupaciones significativas, individual y socialmente valoradas<sup>(5)</sup>. En la literatura de terapia ocupacional también se hace énfasis en la importancia de la participación, teniendo la ocupación un rol central para darle significado a la vida de las personas<sup>(4)</sup>. Hoy, y frente al contexto que gran parte de la sociedad, cabe relevar conceptos tan importantes como los roles ocupacionales, la identidad ocupacional y las expectativas actuales y futuras en torno a las ocupaciones individuales y colectivas<sup>(10)(12)</sup>.

Finalmente, Kielhofner plantea que la ocupación es "*todo comportamiento motivado intrínsecamente, consciente de ser efectivo en el ambiente, encaminado a satisfacer roles individuales formados por la tradición cultural y aprendidos a través del proceso de socialización.*" El Modelo de Ocupación Humana de Kielhofner, interpreta a las personas como sistemas abiertos y dinámicos, resaltando el comportamiento ocupacional como un proceso organizador<sup>(11)</sup>. En este mismo sentido, el entorno juega un rol importante, y hace referencia al contexto físico o social, teniendo una estrecha relación con la conducta y bienestar de las personas. El espacio físico mantiene una importante influencia tanto en el tipo y nivel de actividad de las personas que allí conviven, como las relaciones interpersonales que ellas mantienen<sup>(11)</sup>. Varios estudios describen el entorno como un factor determinante del equilibrio ocupacional, reconociendo la importancia de los recursos económicos, influencia de la vida familiar o cultural en el planteamiento y ejecución de las diversas actividades<sup>(7)</sup>.

### Objetivo de la investigación

Analizar el impacto que el aislamiento social tuvo sobre el equilibrio ocupacional de las personas que vivieron confinamiento obligatorio.

### Objetivo de la investigación

Identificar impactos negativos que el aislamiento social tiene sobre el equilibrio ocupacional de las personas que



han estado en periodo de confinamiento.

Identificar impactos positivos que el confinamiento ha generado sobre el equilibrio ocupacional de las personas que han debido cumplirlo como medida de prevención.

Describir elementos diferenciadores del impacto del aislamiento social sobre el equilibrio ocupacional considerando la edad de las personas participantes.

## MÉTODOS

### Diseño y participantes

Esta investigación de tipo cualitativa<sup>(13)</sup>, con un diseño descriptivo exploratorio, consideró la participación de personas de diversos rangos etarios sub divididos en infancia, jóvenes, adultos y personas mayores, todos habitantes de la ciudad de Punta Arenas en la Patagonia Chilena, que estuvieron en cuarentena total obligatoria entre el 01 de abril y 07 de mayo de 2020. La región posee un clima húmedo frío con condiciones de aislamiento del resto del territorio nacional <sup>(14)</sup> <sup>(15)</sup>.

### Acceso al campo de investigación

Las personas participantes fueron informadas del estudio en forma verbal, telefónica y/o escrita. Quienes aceptaron, firmaron un consentimiento informado.

### Validación del instrumento

Se realizó una validación de expertos, en la que terapeutas ocupacionales evaluaron de manera independiente la relevancia, coherencia, suficiencia y claridad del instrumento antes de ser aplicado. Por otra parte, se aplicó una prueba piloto durante las 2 primeras semanas de abril, a un grupo de 10 personas que cumplían con las características de la muestra. Se capacitó al equipo que realizó las entrevistas en las características y puntos clave del instrumento a aplicar.

**Tabla 1:** Características de los participantes.

| Etapa del ciclo vital<br>OMS       | Rango etario<br>(años) | Nº de<br>participantes | Sexo    |         |
|------------------------------------|------------------------|------------------------|---------|---------|
|                                    |                        |                        | Hombres | Mujeres |
| <b>Infantes<br/>(Cuidadores)</b>   | 6 a 11                 | 12                     | 5       | 7       |
| <b>Adolescencia y<br/>juventud</b> | 12 a 26                | 6                      | 3       | 3       |
| <b>Adultos</b>                     | 27 a 5                 | 9                      | 3       | 6       |
| <b>Adultos mayores</b>             | 60 a 80                | 10                     | 4       | 6       |
| <b>Total</b>                       |                        | <b>37</b>              | 15      | 22      |

Fuente: Elaboración propia 2020.

### Herramientas de recolección y análisis de datos

El trabajo de campo se realizó entre el 20 de abril y 01 de mayo del 2020, a través de una entrevista semi estructurada, la que se aplicó con estudiantes de 2º año de la carrera de terapia ocupacional de la Universidad de Magallanes. Se utilizó muestreo no probabilístico intencionado, solicitando la participación a personas del entorno cercano de los estudiantes que cumplían con el criterio de haber vivido a cabalidad el período de confinamiento obligatorio. Se realizaron 37 entrevistas (ver tabla 1). El número final de participantes se definió en torno a la saturación de información según los objetivos propuestos en esta investigación, momento en que la información recolectada deja de aportar nuevos datos para la comprensión del fenómeno de estudio <sup>(16)</sup>.

La información recogida de las entrevistas fue transcrita, los datos de las personas participantes codificados para resguardar la confidencialidad y se realizó un análisis de contenido a partir del cual se definieron categorías y subcategorías<sup>(17)</sup>.

### Consideraciones éticas

Este trabajo de investigación no tiene informe de comité de ética, pero se siguieron las recomendaciones de los principios éticos de la declaración de Helsinki. Además, todas las personas participantes fueron informados y tuvieron la posibilidad de revocar su participación en cualquier fase del estudio. En esta misma línea se ha respetado el anonimato y confidencialidad de todos los participantes en el estudio, atendiendo a la ley orgánica 15/1999 de protección de datos de carácter personal.

## RESULTADOS



Se identificaron dos grandes categorías: Adaptación ocupacional/satisfacción y bienestar, que da cuenta de la capacidad de responder adecuadamente al desafío provocado por el aislamiento social, observándose cierta resiliencia al enfrentar la pandemia y Desequilibrio ocupacional/ Insatisfacción o ausencia de bienestar, da cuenta de un impacto negativo de la pandemia en su patrón de ocupaciones previo.

A continuación, se presentan los resultados a través de las categorías y subcategorías identificadas. La Tabla 2 define los códigos de la categoría adaptación ocupacional/satisfacción y bienestar.

**Tabla 2:** Codificación multidimensional del contenido temático "Adaptación ocupacional/satisfacción y bienestar"

| Sub categorías                 | Definición  | Ejemplos   |
|--------------------------------|---|--|
| <b>EXPLORACIÓN OCUPACIONAL</b> | Da cuenta de acciones tendientes a realizar ocupaciones nuevas o retomar ocupaciones no ejecutadas durante un tiempo prolongado.  | "Sí, ahora comenzó a retomar algunas actividades como por ejemplo pintar y tocar la flauta, ya que eso la entretiene y desestresa" (E7, 9 años)  |
| <b>BALANCE OCUPACIONAL</b>     | Da cuenta de la percepción subjetiva de una correcta combinación en las ocupaciones ejecutadas.   | "A pesar de no poder salir o juntarme con amigos he podido mantener mi rutina haciendo cosas que me gustan, pude alquilar elementos para hacer ejercicios y adaptar otros que tengo en casa, me siento bien porque he mantenido la constancia y tengo mi mente ocupada en algo." (E24, 27 años)  |
| <b>ELECCIÓN OCUPACIONAL</b>    | Incorpora aquellos elementos relacionados con la capacidad individual o colectiva de decidir qué ocupaciones realizar.  | "Retomé cosas como dibujar, pintar, cocinar y tocar violín que antes por falta de tiempo no hacía. Y cosas nuevas como maquillarme, teñirme, bailar y hacer ejercicio". (E6, 15 años)  |
| <b>EFICACIA</b>                | Incluye aspectos de satisfacción con los resultados de actividades realizadas, evidenciando concordancia entre expectativas individuales y colectivas y el desempeño ocupacional. | "Sí, a mi cocinar, me mantiene feliz, me mantiene súper ocupada, me gusta sentirme como ocupada, y útil en realidad. Así que por eso todos se burlan acá en mi casa porque yo estoy todo el día cocinando (Se ríe). Pero eso me mantiene súper ocupada y feliz en realidad... como que reemplaza de cierta forma las otras cosas" (E26, 28 años) |
| <b>CALIDAD DE VIDA</b>         | Da cuenta de la apreciación dinámica de satisfacción y equilibrio en el bienestar físico, mental y social, alcanzado a través de la ejecución de ocupaciones significativas.      | "Lo más importante ha sido pasar más tiempo en casa y mis hijas están contentas, porque les cocino, además de jugar juntas y bailar" (E23, 49 años)  |
| <b>APRENDIZAJES</b>            | Evidencia elementos relacionados con la incorporación de nuevos conocimientos o competencias, para el desarrollo de ocupaciones individuales o colectivas.                        | "Si se mantiene el tema de la cuarentena nos va a pillar ya el tema del invierno, así que va a estar más encerrado en la casa y sería bueno probar cosas nuevas, actividades más lúdicas aprender a jugar otros tipos de juegos, juegos de tableros, nintendo, bailar y hacer ese tipo de cosas" (E1, 10 años)                                   |

Fuente: Elaboración propia, 2020.

A continuación, se presenta el análisis de contenido para la categoría adaptación ocupacional/satisfacción y bienestar.

**Exploración Ocupacional:** Para niños y niñas, el realizar nuevas actividades entrega sensación de bienestar y está considerada como un aspecto positivo del confinamiento. Para los adolescentes, la incorporación de ocupaciones nuevas, el cambio de co-ocupaciones con mayor interacción social entre pares a actividades con la familia, y la incorporación de actividades recreativas, deportivas y artísticas, en el contexto hogar. Personas adultas se han dedicado a recuperar y explorar ocupaciones, incorporando actividades como tejer, leer, ver películas y series, arreglos en casa, preparación de recetas. A las personas mayores han podido retomar actividades previas o experimentar nuevas como soldar, tejer, cocinar, ver televisión o bordar. Estas resultan satisfactorias y planean incluirlas en su futura rutina.

**Balance ocupacional:** Las personas adultas buscan la combinación entre lo que necesitan y pueden realizar, con adaptaciones del contexto o en las actividades, mientras unos disfrutaban del tiempo en el hogar, compatibilizando trabajo, esparcimiento y vida familiar, otras personas han presentado dificultades para adaptarse y ejercer sus roles. En el caso de las personas mayores, el confinamiento les ha permitido incluir nuevas actividades o retomar otras que habían abandonado. Algunas personas mayores han logrado un equilibrio ocupacional y satisfacción con sus ocupaciones, se evidencia flexibilidad para incorporar nuevas actividades.



**Elección ocupacional:** Para las personas adultas, la elección ocupacional ha sido autónoma y determinada por el contexto. En algunos casos, el teletrabajo no ha sido una decisión personal sino de sus empleadores, otras personas manifiestan que las adaptaciones que han podido realizar les ha generado una sensación de empoderamiento sobre sus vidas. Las personas mayores han modificado la cantidad de ocupaciones, incorporando nuevas ocupaciones y abandonando otras.

**Eficacia:** Infantes y adolescentes, consideran sentirse eficaces con las actividades que han podido desarrollar, la mayoría de ellas son adaptadas, principalmente el juego y la educación. En los casos en que disponen de los recursos y adaptación necesarios, la satisfacción es alta, en caso contrario es baja. Personas adultas han buscado la eficacia a través de adaptaciones como teletrabajo y relaciones sociales a través de la virtualidad. La sensación de eficacia se relaciona con la posibilidad de mantener actividades productivas y cuidado de otros, relacionando la sensación de "sentirse útil" con el área productiva. Las personas mayores, logran sentirse eficaces en las acciones que realizan, principalmente con el cuidado del hogar.

**Calidad de Vida:** Para las personas adultas, la percepción de calidad de vida ha ido fluctuando a lo largo del confinamiento. Manifiestan que la sensación de bienestar se relaciona con mantener la salud y continuar actividades laborales, de esparcimiento y familiares. Para las personas mayores, el confinamiento ha disminuido las oportunidades de participación, lo que ha implicado un impacto negativo en su calidad de vida.

**Aprendizajes:** Para infantes y adolescentes, los aprendizajes han sido en actividades de carácter artístico y deportivo, recreación, actividades familiares y virtuales. En el caso de algunas personas adultas, han aprendido cosas nuevas. Un grupo de personas adultas por estado anímico, falta de motivación o sobreocupación, no pudo utilizar el confinamiento para aprender cosas nuevas o mejorar su desempeño ocupacional. Las personas mayores han logrado establecer nuevas rutinas y actividades.

La Tabla 3 esquematiza y define los códigos de la segunda categoría de análisis denominada desequilibrio ocupacional/insatisfacción o ausencia de bienestar.

**Tabla 3:** Codificación multidimensional del contenido temático "Desequilibrio ocupacional/insatisfacción o ausencia de bienestar"

| Sub categorías                                    | Definición   | Ejemplos   |
|---|--|--|
| <b>TIPO Y CANTIDAD DE OCUPACIONES</b>             | Da cuenta de aquellas ocupaciones que se mantuvieron o perdieron durante el tiempo de cuarentena.  | "Dentro de mis actividades he podido seguir cuidando a mi padre, pero de una manera más limitada y con permiso de salvoconducto, dentro de lo que no puedo hacer es poder juntarme con mis amigas o salir a ciertos lados" (E21, 31 años)  |
| <b>DESESTRUCTURACIÓN DE PATRONES DE EJECUCIÓN</b> | Evidencia aquellas rutinas diarias que no alcanzan el equilibrio en función de cantidad, tiempo y satisfacción con ocupaciones realizadas.   | "El tener que adecuar mi vida diaria en la casa, el horario de levantarme, de comer, el tener que trabajar desde la casa, también el organizar para pasear la perra, en general mis horarios se han desordenado, ya que, antes se adecuaban a mi horario laboral" (E20, 31 años) |
| <b>DEPRIVACIÓN OCUPACIONAL</b>                    | Incluye elementos relacionados con limitaciones o circunstancias que interfieren en la ejecución y disfrute de la actividad.   | "...ella casi siempre salía jugar al parque de al frente, o a andar en bici aunque sea de una esquina a otra. Pero ahora con todo esto, sólo se queda acá en la casa." (E7, 9 años)  |
| <b>INFRAOCUPACIÓN</b>                             | Incorpora elementos de percepción de escasa concordancia entre la cantidad de ocupaciones y las expectativas personales y colectivas, de acuerdo a roles. Tendiendo a la falta de ocupaciones. | "Ahora ya no salgo a trabajar y no puedo tampoco salir más allá, tengo que estar en cuarentena acá en la casa" ... "el deseo mío era seguir trabajando..., para mí era muy importante" (E32, 65 años)  |
| <b>SOBRECUPACIÓN</b>                              | Incorpora elementos de percepción de escasa concordancia entre la cantidad de ocupaciones y las expectativas personales y colectivas, de acuerdo a roles. Tendiendo al exceso de ocupaciones.  | "Me duermo y despierto tarde, no he hecho todas mis tareas, porque me mandan muchas y me estreso, aparte dan una fecha y no se alcanzan a hacer todas las tareas" (E4, 12 años)  |

Fuente: Elaboración propia, 2020.

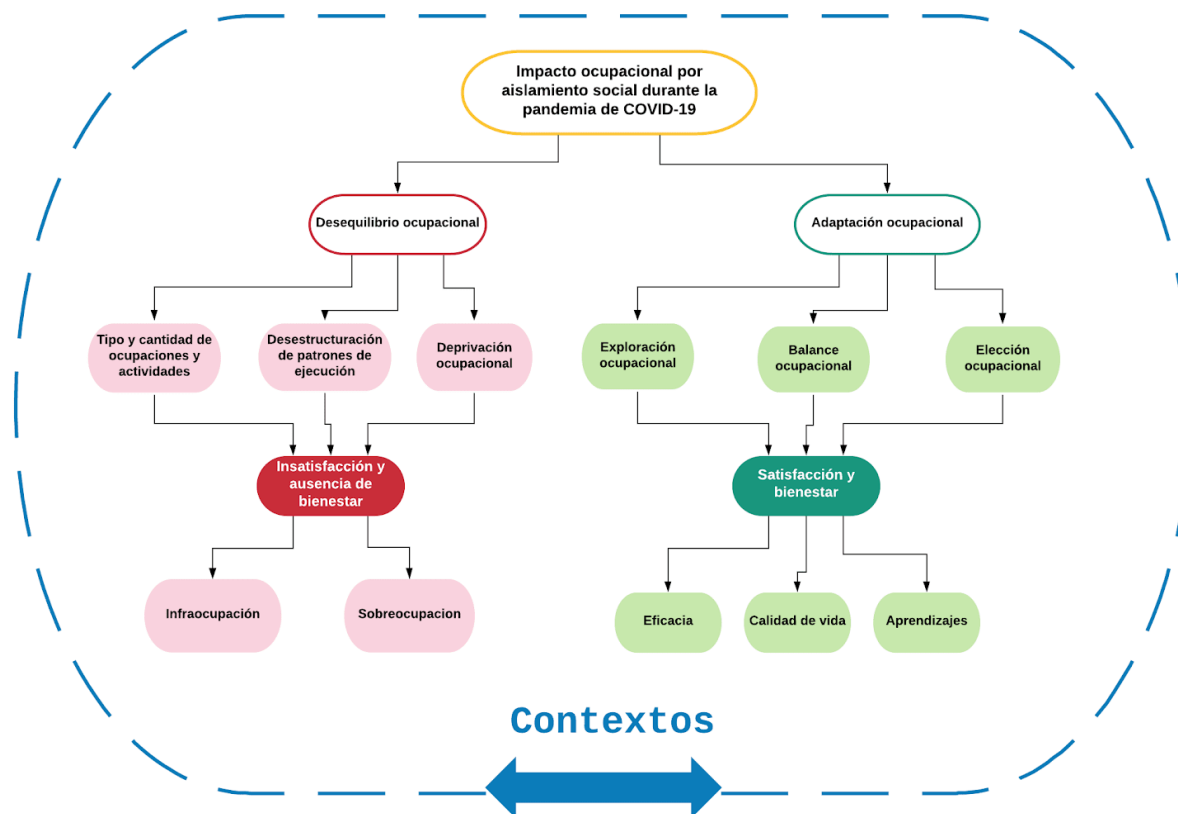
A continuación, se presenta el análisis de contenido para la categoría desequilibrio ocupacional/insatisfacción o ausencia de bienestar en cada uno de los grupos de personas entrevistadas.

**Tipo y cantidad de ocupaciones:** Para infantes y adolescentes, la actividad educativa ha debido realizarse de

manera virtual o no realizarse; las actividades de tiempo libre con amistades y familiares se desarrollaron a través del medio digital. En el caso de personas adultas, se mantuvieron actividades relacionadas con el rol productivo y el cuidado de otros y se limitaron actividades de tiempo libre y participación social, que les impactó emocionalmente de manera negativa.

**Desestructuración de patrones de ejecución:** En la infancia y adolescencia se afectan horarios de sueño, alimentación y tareas escolares y actividades con pares. En personas adultas, las jornadas laborales se tornaron más extensas, el trabajo doméstico se entrelaza con la actividad laboral y el cuidado de terceros. En personas mayores, las actividades familiares, de la vida diaria y participación en la comunidad se afectan ostensiblemente.

**Figura 1:** Impacto ocupacional por aislamiento social durante la pandemia de COVID-19



Fuente: Elaboración propia, 2020.

**Deprivación Ocupacional:** Las personas entrevistadas refieren que el confinamiento restringe la realización de ocupaciones significativas, aquellas que han sido modificadas a un contexto virtual no son plenamente satisfactorias. En infantes y adolescentes, por ejemplo, actividades deportivas y sociales no pudieron realizarse. En el caso de las personas adultas, refieren sentirse poco eficaces ya sea por no poder realizar sus actividades productivas o actividades con hijos y padres. Las personas mayores han perdido la participación en reuniones sociales y clubes de adulto mayor, así como actividades de ocio y tiempo libre en espacios abiertos.

**Infraocupación:** La población adolescente es la que presenta menos actividades en su rutina diaria producto del confinamiento, tienen mayor tiempo de ocio que no pueden ocupar con sus pares. Esto cobra sentido entendiendo que la adolescencia se caracteriza por la interacción social. La infraocupación en estos casos, tuvo como consecuencia alteraciones del ciclo sueño-vigilia.

**Sobreocupación:** Personas adultas dedicaron más horas de supervisión y apoyo a los hijos con sus tareas escolares, además de preocuparse de tareas domésticas, las cuales aumentaron. Las clases virtuales de los escolares demandan mayor participación de padres o tutores. Un factor adicional fue la responsabilidad de cuidar a personas mayores, debieron asumir actividades instrumentales de la vida diaria para evitar que las personas mayores realizaran compras y otros trámites con el fin de evitar el contagio.

En la Figura 1 se presenta un esquema elaborado por la autoría de este trabajo, que da cuenta del impacto del aislamiento social como medida preventiva del contagio de Covid-19, en las ocupaciones de las personas que

vivieron aislamiento social obligatorio.

## DISCUSIÓN

Los resultados de este estudio nos llevan a pensar que el aislamiento social genera un impacto significativo en el equilibrio ocupacional y en la sensación de bienestar de las personas, independiente de la etapa etaria en la que se encuentre o los roles que deba ejercer. En cada grupo etario queda en evidencia la necesidad de las personas de adaptarse a las consecuencias de las crisis, por una parte, deben hacerse cargo del componente emocional que implica el riesgo de contraer, ellas o sus familiares, una enfermedad altamente contagiosa y de riesgo para la salud <sup>(18)</sup> y, por otra parte, reestructurar rutinas y ocupaciones para seguir manteniéndose activos y productivos en la sociedad.

Se pudo apreciar que el equilibrio ocupacional es dinámico<sup>(6)</sup>, ya que varía en diferentes circunstancias, como en este caso de una pandemia que genera aislamiento social y además varía de persona a persona y a lo largo del ciclo vital. Los meses de confinamiento generaron en la población estudiada que su equilibrio ocupacional fuera variando a lo largo del tiempo, pasando por situación de menor o mayor sensación de bienestar, claramente la satisfacción y calidad de vida estuvieron directamente relacionados con la posibilidad de realizar ocupaciones significativas, de manera individual o colectiva. Esto se relaciona con la evidencia que propone la relación entre la salud y la ocupación<sup>(10)</sup>, entendiendo la necesidad de la promoción de la salud y el bienestar, tanto físico como social, mental, ambiental y espiritual, a través de lo que se hace de manera cotidiana <sup>(19)</sup>, el sentido que tiene dicha experiencia y si ambos maximizan el potencial de las personas. Por otra parte, el concepto "right mix" o "combinación correcta" de ocupaciones, hace hincapié en el equilibrio ocupacional, al ser este concepto definido subjetivamente por cada persona, es razonable pensar que el equilibrio ocupacional será diferente para diferentes personas<sup>(9)</sup>.

Estudios incipientes<sup>(11)</sup> han demostrado que el mantener roles y ocupaciones en contextos de confinamiento tiene beneficios cognitivos, emocionales, físicos, funcionales y sociales, una de las claves sería el fortalecimiento o empoderamiento de la persona a través de sus posibilidades de elección ocupacional. La elección ocupacional es el principio de una construcción constante a lo largo de toda la vida, se trata de una elaboración permanente que se va modificando y resignificando a medida que sea transitada <sup>(20)</sup>. A través de los resultados de este estudio, se puede inferir que la posibilidad de exploración ocupacional y elección consciente y voluntaria de las ocupaciones, tiene directa relación con la percepción de bienestar y calidad de vida. Aquellas personas que estructuran de manera autónoma y libre sus rutinas logran una mejor adaptación al confinamiento obligatorio, mientras que aquellas personas que manifiestan sobreocupación, infraocupación o privación ocupacional experimentan además sensaciones de estrés o insatisfacción con la situación vivida <sup>(21)</sup>.

Encontrarse en un contexto de confinamiento y distanciamiento social, la falta de control, cambios en la rutina y la desconfiguración de lo conocido afecta la salud psíquica y física de las personas <sup>(22)</sup>. La Organización de Estados Americanos en el año 2020<sup>(3)</sup>, plantea que es importante considerar en la implementación de medidas de contingencia, el balance que debe existir entre la protección ante el COVID-19 y la necesidad particular de las personas mayores de conexión con sus familiares. Para quienes se encuentren solos o en residencias de largo plazo, se debe facilitar medios alternativos de contacto familiar como comunicación telefónica o por internet, teniendo en cuenta la necesidad de remediar la brecha digital. Dicho esto, en los hallazgos de este estudio se pudo evidenciar que el gran impacto de la pandemia en la etapa de la adultez mayor correspondía a aquellas ocupaciones realizadas entre personas mayores y con sus pares o familiares. Las personas mayores dedican gran cantidad de tiempo a la actividad social vinculada a la ocupación y bienestar <sup>(23)</sup>, ya sea, en clubes de adulto mayor o con familiares y amigos. La situación de confinamiento, ha impactado en la oportunidad de realizar ocupaciones con otros, lo que ha implicado un impacto negativo y finalmente un deterioro en su calidad de vida y riesgo de enfermedades crónicas y discapacidad a largo plazo <sup>(24)</sup>.

En el caso de la infancia y adolescencia, se mantuvo el acceso a la educación y a parte de los estímulos que su edad y nivel de desarrollo requieren. Las personas participantes a través de sus relatos, evidenciaron los esfuerzos que los colegios y las familias, realizan para mantener una ocupación tan significativa como la actividad educativa. Si bien el contexto de la virtualidad no resulta satisfactorio para todas las personas participantes, este tipo de adaptación se llevó a cabo desde el inicio del confinamiento, logrando altos grados de participación. En el caso de la infancia, otro aspecto en el que impactó el aislamiento social, fue el establecimiento de rutinas, las que se vieron afectadas, teniendo como consecuencias alteraciones en el sueño. Se evidencia que, a través de las ocupaciones familiares, los infantes observan los comportamientos y

emociones de las personas adultas para buscar señales que les indiquen cómo manejar sus propias emociones en los momentos difíciles.

### Limitaciones del estudio

Entre las limitaciones de este estudio se encuentra el número de entrevistas por grupo etario y la posibilidad de cercanía entre el equipo investigador y las personas entrevistadas. Debido a que el trabajo de campo se llevó a cabo en medio del confinamiento obligatorio, las entrevistas fueron realizadas de manera virtual y con apoyo de terceros <sup>(25)</sup>, lo que significó una limitación para poder identificar elementos emotivos y de lenguaje no verbal. Esto habría permitido complementar de mayor manera el impacto emocional que el aislamiento social y la restricción ocupacional ha generado en las personas.

### Línea futura de investigación

El equipo de esta investigación se ha planteado como futuras líneas de investigación analizar el impacto del COVID-19 sobre las personas y grupos en situación de especial vulnerabilidad. Resultaría interesante analizar la influencia del contexto en el que las personas deben realizar el confinamiento.

## CONCLUSIÓN

El mundo enfrenta actualmente una emergencia sanitaria sin precedentes, siendo un desafío para la terapia ocupacional resguardar el respeto a los derechos de las personas, desde una perspectiva social y ocupacional. Para quienes comprenden a la persona como un ser ocupacional, concienciados de la relación entre la ocupación y la salud, resulta imperativo analizar el impacto que esta pandemia está generando sobre las personas. Este estudio evidencia que, frente a la situación de confinamiento, las personas pueden tener una respuesta adaptativa o desadaptativa dependiendo de sus recursos personales, contextuales, sociales y emocionales.

Los terapeutas ocupacionales y científicos de la ocupación están llamados a generar conocimiento referente a cómo las acciones preventivas del Covid - 19 han impactado en la calidad de vida de las personas, así también en las secuelas de quienes han sido directamente afectados por el virus y su enfermedad. El coronavirus nos hace reflexionar que las crisis son parte de este sistema<sup>(1)</sup> y que la terapia ocupacional debe aprender de ellas y mantener la construcción de oportunidades para la promoción del cuidado, las ocupaciones significativas, colectivas, y generar ocupaciones que promuevan la calidad de vida en condiciones dignas para todas y todos.

## AGRADECIMIENTOS

A los estudiantes que colaboraron en el levantamiento de la información y a todas las personas que voluntariamente aportaron sus valiosos testimonios. El presente estudio no presenta conflicto de intereses.

## FINANCIACIÓN

El presente estudio no presenta financiamiento externo.

## DECLARACIÓN DE AUTORÍA

M.F. lideró el diseño de la investigación y recolección de datos, además de realizar el análisis de la etapa adultez y aportar en redacción del artículo, W.V. realizó el análisis de resultados de la etapa de adultez mayor, redacción y edición del manuscrito, D.M. realizó análisis de resultados de etapa adolescencia, aportó en redacción y edición del manuscrito, C.V. realizó el análisis de resultados de la etapa infancia, aportó en redacción y edición del manuscrito, M.H. realizó la asesoría metodológica y de aspectos éticos, además de aportar con la discusión, redacción y edición del manuscrito.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Morrison R, Silva C. Terapia ocupacional en tiempos de pandemia. Revista Chilena de Terapia ocupacional. 2020; 20(1): Disponible en: <https://revistaterapiaocupacional.uchile.cl/index.php/RTO/article/view/57813>





2. Agudelo A, Cedeño T, Guzmán SA, Villagra A. Reflexões da Confederação Latinoamericana de Terapeutas Ocupacionais - CLATO. Rev. Interinst. Bras. Ter. Ocup. Rio de Janeiro. 2020; 4(3): Disponible en: <https://revistas.ufrj.br/index.php/ribto/article/view/34461>
3. Organización de los Estados Americanos. Pandemia y Derechos Humanos en las Américas. 2020.
4. Simó Algado S. Una Terapia ocupacional desde un paradigma crítico. TOG (A Coruña). 2015; monog. 7:[25-40]. Disponible en: <http://www.revistatog.com/mono/num7/critico.pdf>
5. Wilcock AA. An Occupational Perspective of Health. Second Edition. Thorofare, NJ: Slack Incorporated; 2006.
6. Gómez S. Equilibrio y organización de la rutina diaria. Revista Chilena de Terapia ocupacional. 2006; (6):1-11.
7. Wagman P, Håkansson C, Björklund A. Occupational balance as used in occupational therapy: A concept analysis. Scan J Occup Ther. 2011; 19(4): 150-180.
8. Yazdani F, Harb A, Rassafiani M, Nobakht L, Yazdani N. Occupational therapists' perception of the concept of occupational balance. Scan J Occup Ther. 2018; 25(4): 288-297.
9. Sánchez Martín A, López Roig S, Peral Gómez P. Concepto de equilibrio ocupacional en estudiantes de 1º de grado de terapia ocupacional de la Universidad Miguel Hernández. TOG (A Coruña). 2017;14(26): 427-35. Disponible en: <http://www.revistatog.com/num26/pdfs/original9.pdf>
10. Sanz Valer P, Rubio Ortega C. Ann allart wilcock: trayectoria profesional y aportaciones más relevantes a la terapia ocupacional y a la ciencia de la ocupación. TOG (A Coruña) [Internet]. 2011; 8(14): [18p.]. Disponible en: <http://revistatog.com/num14/pdfs/historia1.pdf>
11. Aragonés Fernández VJ, Martínez Sánchez MC. Roles a través de la ocupación, justificación bajo el modelo de atención centrada en la persona. TOG (A Coruña). 2017; 14(25): 276-80. Disponible en: <http://www.revistatog.com/num25/pdfs/colab.pdf>
12. Ramugondo EL, Kronenberg F. Explaining Collective Occupations from a Human Relations Perspective: Bridging the Individual-Collective Dichotomy. Rev Ciencias Ocup. 2015; 22(1).
13. Denzin N, Lincoln Y. S. La investigación cualitativa como disciplina y como práctica. In N. Denzin y Y. S. Lincoln (Eds.), Manual de Investigación cualitativa Vol I.: El campo de la investigación cualitativa. Barcelona: Gedisa; 2012.
14. Molina Chávez, W. Identidad regional en Magallanes, sus expresiones simbólicas y territoriales. Magallania. Punta Arenas, 39 (1), 59-69;2011.
15. Consejo Nacional de la Cultura y las Artes. Región de Magallanes y Antártica Chilena síntesis Regional. Departamento de Estudios; 2012.
16. Fontanella, B. J. B., Luchesi, B. M., Saidel, M. G. B., Ricas, J., Turato, E. R., & Melo, D. G. Amostragem em pesquisas qualitativas: Proposta de procedimentos para constatar saturação teórica. Cadernos de Saude Publica, 27(2), 388-394; 2011.
17. Miele M D, Tonon G, Alvarado S V. Investigación cualitativa: el análisis temático para el tratamiento de la información desde el enfoque de la fenomenología social. Universitas humanística. 2012 (74).
18. Organización Panamericana de la Salud. Consideraciones psicosociales y de salud mental durante el brote de COVID-19. Washington D. C., Oficina Regional para las Américas de la Organización Mundial de la Salud; 2020.
19. Hocking CS. Beneficios de la ocupación para la salud y el bienestar. In Cohn ES, editor. Terapia ocupacional: Willard & Spackman. México: Editorial Médica Panamericana; 2016. p. 72-81.
20. Andrés S, Florencia Gennaro M. Transitando la elección: una oportunidad para pensarse: Transiting the election. An opportunity to think. TOG (A Coruña) [Internet]. 30 de noviembre de 2019 [citado 30 de julio de 2020];16(30):244-5. Disponible en: <https://www.revistatog.es/ojs/index.php/tog/article/view/42>
21. Fernández Morales, R., Alloud, N. D., Álvarez Sierra, M. C., Castellanos Cárdenas, M., Espel, C. L., Fortin, I. & Morales-Reyna, J. Bienestar psicológico y respuesta conductual durante el confinamiento domiciliario decretado por la pandemia del COVID-19 en adultos de la ciudad de Guatemala Psychological well-being and behavioral response during home confinement decreed. Ciencias Sociales y Humanidades, 7(1), 41-50; 2020. Disponible en: <https://digi.usac.edu.gt/ojsrevistas/index.php/csh/article/view/1004/698>
22. Wisneski LA, Anderson L. La base científica de la medicina integrativa. 2ª ed. CRCpress: EE.UU. : CRCpress: EE.UU. ; 2009. págs. 308-312.
23. Brooks L, Ngan Ta K, Townsend A, Backman C. "I just love it": Avid knitters describe health and well-being through occupation. Can J Occup Ther. 2019; 86(2):200-260.
24. Vieira, E. R., Richard, L., & da Silva, R. A. Perspectives on Research and Health Practice in Physical and Occupational Therapy in Geriatrics during and Post COVID-19. Physical & Occupational Therapy in Geriatrics, 38(3), 199-202; 2020. <https://doi.org/10.1080/02703181.2020.1786906>
25. Hernán-García M, Lineros-González C, Ruiz-Azarola A. Cómo adaptar una investigación cualitativa a contextos de confinamiento. Gac Sanit; 2020. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2020.06.007>

Derechos de autor

