

Hilando fino

La adversidad no tiene la última palabra

Kattia Isabel Castro Flores
 buscadoradecaminos@gmail.com



La realidad puede presentarse como abrumadora y dejar cerrada la puerta a toda esperanza. Los últimos dieciséis meses están marcados por un giro repentino de las rutinas de la vida familiar, laboral y académica que no estaban contempladas ni por asomadas antes del inicio de la pandemia. Las medidas sanitarias emanadas de las autoridades gubernamentales, como el uso de mascarillas, el distanciamiento social, el lavado constante de manos, la restricción vehicular, se visualizaban como pasajeras, pero tienen visos de una permanencia más prolongada de la que pensábamos. La población ha reaccionado de distintas formas, están las personas que avalan e incorporan a su vida las propuestas y quienes difieren y no las asumen. Ahora, además, están quienes se oponen a las vacunas y se resisten a ellas, todo lo cual abona la confrontación social. Lidar con estas situaciones ya parece un trabajo arduo y, sin embargo, no acaba allí. Se deben sumar las dificultades que acarrearán las consecuencias de los fenómenos naturales que este año dieron inicio más tempranamente.

La acumulación de estrés que deriva del cambio drástico y prolongado de

estilos de vida, generan incertidumbre, tristeza, desesperanza. El aumento de cuadros depresivos y ansiosos, así como otros problemas físicos son frecuentes en la población.

El mundo está envuelto en una crisis global y por momentos parece no haber salida. Frente a este panorama resulta alentador recuperar la capacidad de resiliencia. El término proviene de la metalurgia y expresa cómo los metales son capaces de resistir a los golpes y recuperar su estructura interna. En el campo del desarrollo psicosocial se aplica a la posibilidad de salir de la adversidad.

Dando una mirada a la historia de la humanidad, se encuentran variados ejemplos concretos de resiliencia. No se trata de entrar en negación, obviando las dificultades reales del contexto que nos toca vivir. Pero quizá sea una oportunidad de ver en ellas la oportunidad para obtener aprendizajes. Dando una mirada a la propia historia se pueden identificar experiencias en principio negativas de donde se sale con mayor fortaleza, sensibilidad y sabiduría.

Entre líneas

“Una dosis de aguachacha”

Johnny Núñez Z.
 jnunez@una.cr



Si lugar a duda, el tema de la vacunación contra la covid-19 ha generado todo tipo de comentarios que van más allá de los criterios científicos y principios éticos; como el hecho de que la vacuna es demoníaca, venenosa, contiene un código de barras creado por Bill Gates para dominar a la humanidad, atenta contra la Madre Tierra o que fui vilmente engañado y en lugar de la vacuna me inyectaron “una dosis de aguachacha”.

Tales aseveraciones son solo una parte de las publicaciones hechas por los opositores a la vacunación en las redes sociales, cuya soberbia y prepotencia justifican con el desacato a las medidas sanitarias vigentes, como no portar la mascarilla, realizar eventos masivos con mezcla de burbujas sociales o simplemente no les da la gana vacunarse, amparados en teorías de conspiración. Por eso, considero muy acertada la incorporación al Diccionario de la Real Academia Española (DRAE) de la palabra covidota, cuya definición es: “persona que se niega a cumplir las normas sanitarias dictadas para evitar el contagio de la covid-19”, la cual se ajusta a nuestra realidad.

Es cierto que muchas personas se han contagiado del coronavirus estando con el esquema completo de vacunación o con solo una dosis, independientemente de si presentan o no factores de riesgo, lo cual también ha elevado el ímpetu de los anti-vacuna; sin embargo, nuestros especialistas, Carlos Jiménez y Juan José Romero,

han explicado hasta la saciedad, que las vacunas no se diseñaron para prevenir la infección, porque es imposible hacer una vacuna contra un virus respiratorio que prevenga la infección, pero sí contra la severidad, la hospitalización y la muerte.

A pesar de la recomendación y advertencia de los expertos, no logro justificar hasta donde ha llegado la “juponada” o falta de sentido común de quienes rechazan la vacuna, por la razón que sea, más cuando a diario incrementan las cifras de fallecidos, emergen nuevas y más potentes variantes y se alarga la anhelada inmunidad de rebaño.

Hace poco un especialista alertó que: “el negar la vacuna es prácticamente un suicidio, es no querer vivir ni amar a los seres queridos, solo por el hecho de prestar atención a la difusión de rumores de ciertos grupos radicales sin criterio científico”.

Esto aún no finaliza, queda un largo trecho y cada día surgirán cabezas calientes que, sin el mayor fundamento ético ni profesional, atemorizarán a la población. Al menos seamos responsables, usemos la mascarilla y en la medida de lo posible procuremos el distanciamiento social.

Mis familiares y yo agradecemos haber recibido la vacuna contra la covid-19 o la “dosis de aguachacha”, ojalá que quien me lo dijo, no implore un día por al menos una gota de esperanza.

Urge retornar a la presencialidad en el aula

Olman Segura Bonilla (*)
 olman.segura.bonilla@una.ac.cr

Durante casi dos años de impartir lecciones bajo la modalidad remota o virtual debido a la pandemia, deseo aprovechar este espacio para hacer un llamado a retornar cuanto antes la presencialidad en las aulas; al menos de forma bimodal o con un aforo mínimo, claro está, acatando al pie de la letra las directrices sanitarias vigentes, ya que mantener la educación en virtualidad permanente reduce las facultades cognitivas, sociales, emocionales y hasta físicas del estudiante durante el proceso enseñanza-aprendizaje.

Tal es el caso de la pérdida de concentración de los muchachos, los cuales durante la lección remota tienen demasiados distractores a su alrededor, como el hecho de apagar la cámara y

aprovechar para realizar actividades ajenas a la lección impartida por el docente.

Cuando estamos en el proceso de enseñanza-aprendizaje hay situaciones que se recuerdan; por ejemplo, si un compañero interrumpió a otro y polemizaron sobre un tema en particular, si cayó un objeto al suelo o si un estudiante levantó su mano para solicitar la palabra en clase; es decir, se mantiene una cierta retentiva alrededor de los temas y con ello evitamos la pérdida del punto de contraste de la memoria episódica. Asimismo, se limita la riqueza de la socialización del estudiante con su entorno en el aula, ya que en la educación remota o virtual no nos interrumpimos, tenemos que esperar, y hasta hay que pedir la palabra mediante un icono.

En realidad, la situación es preocupante, porque los muchachos no participan en las

clases virtuales, a pesar de que el Ministerio de Educación Pública (MEP) y las universidades estatales, se han esforzado por incluir nuevos enfoques pedagógicos, como el uso de videos y prácticas acordes con las necesidades tecnológicas.

Ciertamente la juventud estudiantil se ha aislado y está perdiendo la confianza de abrirse a los demás, aquello de cometer errores o levantar la mano para expresarse sobre determinado aspecto que no tiene coherencia o es irrelevante para ellos. Pero no, prefieren mantenerse en silencio y no participar.

Aunado a esto los docentes hemos detectado en muchos estudiantes retrocesos en términos de ansiedad y depresión, problemática que según estudios recientes uno de cada dos estudiantes afronta procesos complicados en

ese aspecto. A la vez, se manifiesta un retroceso emocional, pues los jóvenes han perdido la capacidad para comprender sus propias emociones y la de los demás. Recordemos que la inteligencia emocional es vital en un proceso de socialización.

Y como si esto fuera poco, considero que la virtualidad limita gravemente las capacidades físicas de los jóvenes, porque prefieren quedarse en su dormitorio, muchas veces en la cama o simplemente tirados por ahí escuchando la clase, lo cual puede comprometer la salud e incrementar los índices de enfermedades crónicas no transmisibles. Sin embargo, en lección presencial, el joven tiene mayor movilidad, puede salir en los recreos, compartir con su entorno y hasta poder expresar sus emociones.

(*) Director Cinpe-UNA