

REFLEXIÓN EN TIEMPOS DE PANDEMIA

Para comenzar jamás pensé que pasaríamos casi 7 meses encerrados en un solo lugar sin poder salir, al principio no lo tome como una mala noticia para nada, al contrario, lo tome como “unas semanas de descanso” pero a medida que el tiempo iba avanzando la gravedad de la propagación del virus y las precauciones para este eran cada vez más grandes y estrictas. Personalmente comencé a sentirme estresada a partir del segundo mes de encierro, ya que veníamos de vacaciones de verano y el contexto era totalmente diferente, uno estaba la mayoría del tiempo en lugares abiertos, por lo tanto el cambio fue muy drástico. Como decía anteriormente mi estrés comenzó a mediados del segundo mes de encierro, el primer mes no fue tan terrible ya que no sabíamos si íbamos a volver, nadie sabía que iba a pasar con las clases, ni siquiera teníamos materiales de clases, como para hacer algo (al principio) , pero el segundo mes lo comencé a sentir más fuertemente ya que comenzaron a mandar material, era mucho; y aparte que estábamos encerrados sin salir a ningún lado entonces me sentía asfixiada. Luego del segundo mes no podía creer lo rápido que pasaban los días, era muy monótono, todos los días repetía la misma rutina, eso en particular fue lo que más me estreso, buscaba manera de despejarme, un tiempo hice deporte, otro tiempo me dediqué a cocinar cosas ricas, y un montón de cosas para despejar la mente. Los siguientes meses ya fueron casi que de costumbre, la verdad, me acostumbre a esta nueva realidad. No tenía mucha opción la verdad, yo elegía si seguía cada día me preguntándome cuando terminaría esto pero decidí no hacerlo mas porque eso me desesperaba aún el triple. Después de todo haciendo una reflexión más amplia yo creo que nos afectó a todos de manera distinta lo he comentado con muchas personas y conozco algunos que lloraban de desesperacion, otros sufrieron de ansiedad, y a mi me afectó en mis horas del sueño, dormía muy poco, me sentía cansada, no tenía ganas de nada pero después de todo no fue tan terrible, a mi parecer. Soportable. Nunca pensé que viviría una pandemia mundial pero aqui estamos y no tenemos nada más que hacer aparte de cuidarnos.