

“Calidad de vida  
en  
tiempos de pandemia”





Trabajo realizado por:

**CIEPLANE (Centro de Información Empresarial y Planificación Estratégica) CIEPLANE**

cieplane@uajms.edu.bo Campus universitario –  
Tarija Tel.: 6633913 int: 143 Fax: 6633913 int: 143  
<http://cieplane.uajms.edu.bo/>  
Tarija - Bolivia



**Rector Universidad Autónoma Juan Misael Saracho**  
Msc. Ing. Gonzalo Gandarillas Martínez

**Decano Facultad Ciencias Económicas y Financieras**  
Msc. Lic. Anselmo Rodríguez Ortega

**Vice Decano Facultad Ciencias Económicas y Financieras**  
Msc. Lic. Víctor Vargas Rivera

**Autor de la investigación:**  
PhD. Roxana Alemán Castillo

**Equipo de trabajo del CIEPLANE:**

*PhD. Roxana Alemán Castillo (Directora)*  
*Lic. Freddy Riera Ayllón (Publicación y Difusión de la Información)*  
*Ing. Fabiola Montenegro Ordoñez (Gestión Informática y Banco de Datos)*  
*Ing. Patricia Flores Cabero (Sistema de Información Geográfica y Cartografía)*

Docentes de la Universidad Juan Misael Saracho colaboradores con la investigación:

*PhD. Lic. Roxana Aleman Castillo – Docente investigador FCEF*

*M.Sc. Lic. Victor Hugo Romero Román – Docente Investigador FCEF*

*M.Sc. Lic. María Teresa Azurduy Fuentes – Docente de la Carrera de Psicología, Facultad de Humanidades UAJMS*

*M.Sc. Lic. Schmiel Hurtado Susana – Directora del Departamento de Psicología UAJMS*

*Ing. Genaro Choque Ibañez – Encargado Laboratorio Informática FCEF*

*Estudiantes de las Carreras de Psicología y la FCEyF, alumnos de los docentes colaboradores.*



## I INTRODUCCIÓN

La pandemia ha afectado a nuestra sociedad en su conjunto, de distintas formas y en distintos grados, de manera brusca e inesperada se presentó en nuestras vidas cambiándolo todo, un virus llamado SARS, Coronavirus o Covid-19, un microorganismo altamente contagioso y potencialmente mortal, que ataca el sistema respiratorio humano, desconocido hasta ese momento, se inició en Whuan-China, y rápidamente se extendió por todo el mundo, generándose de este modo una pandemia, terrible e inimaginada, agravada por la difusión mediática que infundió pánico, situación que indujo a varios gobiernos del mundo, orientados por los protocolos de salud de la OMS, a iniciar cuarentenas (quedarse en casa con el fin de evitar el contacto social y no permitir el contagio), en el caso de Bolivia fue decretada la Emergencia Sanitaria desde marzo a la fecha, con periodos más o menos estrictos, llegando a la fecha a sumar casi nueve meses de confinamiento voluntario. Muchos han asumido esta nueva “normalidad”, parece que ya nos acostumbramos a las medidas de seguridad y se ha ido perdiendo el temor al contagio.

Esta situación ha afectado principalmente la vida que conocíamos hasta entonces, la salud, la economía, el equilibrio emocional, las relaciones familiares... en suma, ha afectado nuestra *calidad de vida*. De pronto la vida y rutina diaria a la que estábamos acostumbrados ha cambiado, vivimos en la incertidumbre de no saber lo que nos espera, con el temor a la muerte latente, sintiéndose encerrados, encarcelados en sus propias casas. Muchas familias están de duelo: han sufrido la pérdida de algún ser querido, muchas otras personas se han contagiado y ya se han recuperado, y otras aún siguen sufriendo las secuelas del virus en sus cuerpos. Muchos no se contagiaron y están sanos. Otros muchos están afectados psicológicamente: sienten temor, están sufriendo ansiedad o depresión, han surgido trastornos de sueño, alimenticios y/o disfunciones sexuales.

La pandemia también ha afectado la economía, muchas personas han quedado sin trabajo, otras se han visto impedidas de realizar las actividades diarias que les permitía vivir, algunas han resuelto sus problemas de manera ingeniosa, otras se han gastado sus ahorros y solamente quienes cuentan con un sueldo fijo han mantenido su capacidad de ingresos mensuales. Este aspecto influye directamente en las emociones y altera la calidad de vida especialmente de las familias más afectadas. A nivel mundial muchos países han frenado su economía y se han hecho préstamos para paliar la situación, seguramente esto traerá una mayor recesión económica.

La cuestión laboral también ha cambiado mucho, se ha recurrido a implementar recursos tecnológicos en nuestras vidas. Bolivia, en esta situación sui generis, ha tenido que dar un salto brusco hacia la virtualidad, entrando de lleno al teletrabajo, telemedicina, banca digital, clases virtuales, compras online, etcétera, mediante el uso de diferentes plataformas, aplicaciones de



## Universidad Autónoma Juan Misael Saracho Facultad de Ciencias Económicas y Financieras



mensajería instantánea y redes sociales, como medios de comunicación alternativos masivos, que, si bien resultan un buen recurso, también trae consigo fatiga crónica, ansiedad, estrés y dependencia a la tecnología.

Estos y otros aspectos han afectado directamente la *calidad de vida* de los habitantes, al respecto existen muchas definiciones, pero resultan parciales, por lo que partimos de una definición planteada por Rubén Aroila, en la Revista Latinoamericana de Psicología, editada en Colombia «*Calidad de vida es un estado de satisfacción general, derivado de la realización de las potencialidades de la persona. Posee aspectos subjetivos y aspectos objetivos. Es una sensación subjetiva de bienestar físico, psicológico y social. Incluye como aspectos subjetivos la intimidad, la expresión emocional, la seguridad percibida, la productividad personal y la salud objetiva. Como aspectos objetivos el bienestar material, las relaciones armónicas con el ambiente físico y social y con la comunidad, y la salud objetivamente percibida*». Esta variable se ve contrastada con la situación de cuarentena y emergencia sanitaria.

Se aplicó de manera virtual el cuestionario ESCALA DE CALIDAD DE VIDA EN LA PANDEMIA, utilizando el WHOQOL-BREF, instrumento genérico, elaborado por la OMS para valorar la Calidad de Vida.

El WHOQOL-BREF se centra en el grado de satisfacción que el individuo tiene frente a diversas situaciones de su cotidianidad, por lo que es la escala de mayor solidez conceptual y metodológica, contiene preguntas relacionadas a cuatro áreas: salud física (se agregaron preguntas sobre la pandemia), salud psicológica, relaciones sociales y ambiente y situación económica, permite conocer de primera mano lo que ha ocasionado el COVID en nuestro medio.



## Bibliografía

- Andrea Isabel Robles-Espinoza, Benjamín Rubio-Jurado. (2016). *El Residente - Generalidades y conceptos de calidad de vida en relación con los cuidados de salud*. Obtenido de <https://www.medigraphic.com/pdfs/residente/rr-2016/rr163d.pdf>
- AROILA, R. (2003). [PDF] *Calidad de vida: una definición integradora*. Obtenido de CALIDAD DE VIDA: UNA DEFINICIÓN INTEGRADORA - Universidad Nacional de Colombia: <https://www.redalyc.org/pdf/805/80535203.pdf>
- AROILA, R. (2003). *CALIDAD DE VIDA: UNA DEFINICIÓN INTEGRADORA*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/805/80535203.pdf>
- OMS. (2010). *ESCALA DE CALIDAD DE VIDA - WHOQOL-BREF*. Obtenido de <http://www.sspa.juntadeandalucia.es/servicioandaluzdesalud/contenidos/publicaciones/Datos/433/pdf/18-WHOQOL-BREF.pdf>