

LA DÉCADA COVID  
EN MÉXICO

Los desafíos  
de la pandemia  
desde las ciencias sociales  
y las humanidades

Salud **mental**,  
afectividad  
y **resiliencia**

María Elena Medina Mora  
Olbeth Hansberg  
(Coordinadoras)



## Catalogación en la publicación UNAM. Dirección General de Bibliotecas y Servicios Digitales de Información

**Nombres:** Medina-Mora, María Elena, editor. | Hansberg, Olbeth, editor.

**Título:** Salud mental, afectividad y resiliencia / María Elena Medina Mora, Olbeth Hansberg, (coordinadoras).

**Descripción:** Primera edición. | Ciudad de México : Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Psicología : Universidad Nacional Autónoma de México, Instituto de Investigaciones Filosóficas, 2023. | Serie: La década COVID en México : los desafíos de la pandemia desde las ciencias sociales y las humanidades ; tomo 5.

**Identificadores:** LIBRUNAM 2203409 (impreso) | LIBRUNAM 2204554 (libro electrónico) | ISBN 9786073074612 (impreso) | ISBN 9786073074568 (libro electrónico).

**Temas:** Salud mental. | Afecto (Psicología). | Resiliencia (Rasgos de personalidad). | Pandemia de COVID-19, 2020- -- Aspectos psicológicos -- México.

**Clasificación:** LCC RA790.5.S296 2023 | LCC RA790.5 (libro electrónico) | DDC 362.2—dc23

Este libro fue sometido a un proceso de dictaminación por pares académicos expertos y cuenta con el aval del Comité Editorial de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Autónoma de México para su publicación.

Imagen de forros: tadamichi

Apoyo gráfico: Cecilia López Rodríguez

Gestión editorial: Aracely Loza Pineda y Ana Lizbet Sánchez Vela

Primera edición: 2023

D. R. © 2023 Universidad Nacional Autónoma de México

Ciudad Universitaria, alcaldía Coyoacán, 04510, Ciudad de México

Facultad de Psicología

Av. Universidad 3004, Ciudad Universitaria,

alcaldía Coyoacán, 04510, Ciudad de México

ELECTRÓNICOS:

ISBN (Volumen): 978-607-30-7456-8 Título: Salud mental, afectividad y resiliencia

ISBN (Obra completa): 978-607-30-6883-3 Título: La década COVID en México

IMPRESOS:

ISBN (Volumen): 978-607-30-7461-2 Título: Salud mental, afectividad y resiliencia

ISBN (Obra completa): 978-607-30-6843-7 Título: La década COVID en México

Esta edición y sus características son propiedad de la Universidad Nacional Autónoma de México.



Se autoriza la copia, distribución y comunicación pública de la obra, reconociendo la autoría, sin fines comerciales y sin autorización para alterar o transformar. Bajo licencia creative commons Atribución 4.0 Internacional.

Hecho en México

## Contenido

Presentación	13
<i>Enrique Graue Wiechers</i>	
Prólogo	15
<i>Guadalupe Valencia García</i>	
<i>Leonardo Lomelí Vanegas</i>	
<i>Néstor Martínez Cristo</i>	
Introducción: Salud mental, afectividad y resiliencia	23
<i>Olbeth Hansberg</i>	
<i>María Elena Medina Mora</i>	
<b>SALUD MENTAL, ADAPTACIÓN Y SECUELAS</b>	
1 Trastornos mentales en la pandemia	33
<i>Rebeca Robles-García</i>	
<i>Silvia Morales-Chainé</i>	
<i>Benjamín Martínez Guerrero</i>	
<i>María Elena Medina Mora</i>	
2 La adaptabilidad psicológica en condiciones de cuarentena y pandemia	61
<i>Juan José Sánchez Sosa</i>	
3 Salud mental, secuelas neuropsiquiátricas y COVID-19: panorama nacional	85
<i>Claudia Díaz-Olavarrieta</i>	
<i>Ingrid Vargas-Huicochea</i>	
<i>Fernando Daniel Flores-Silva</i>	
<i>Miguel García-Grimshaw</i>	
<i>María Teresa Tusié-Luna</i>	

## **AFECTACIONES A LA INFANCIA**

- 4 Afectaciones en el desarrollo infantil y pérdida de aprendizajes durante el confinamiento 125  
*Benilde García-Cabrero*  
*Salvador Ponce-Ceballos*
- 5 Salud mental en niños e intervenciones en tiempos de COVID-19 155  
*Emilia Lucio*  
*María Teresa Monjarás-Rodríguez*

## **CONSUMO DE SUSTANCIAS Y SUICIDIO**

- 6 El consumo de sustancias psicoactivas y su impacto en la pandemia 181  
*María Elena Medina Mora*  
*Martha Cordero*  
*Claudia Rafful*  
*Alejandra López*  
*Arturo Ruiz-Ruisánchez*  
*Jorge Villatoro*
- 7 Uso de sustancias psicoactivas en la comunidad universitaria: riesgos antes y durante la pandemia por COVID-19 209  
*Silvia Morales-Chainé*  
*Alejandra López-Montoya*  
*Rebeca Robles-García*  
*Alejandro Bosch-Maldonado*  
*Ana Gisela Beristain-Aguirre*  
*Claudia Lydiá Treviño-Santacruz*  
*Germán Palafox-Palafox*  
*Violeta Félix-Romero*  
*Lydia Barragán-Torres*  
*Carmen Fernández-Cáceres*  
*Mireya Atzala Ímaz-Gispert*

- 8 Suicidio y pandemia, una realidad silenciosa.  
Abordaje del comportamiento suicida en el contexto  
de la pandemia por COVID-19 231  
*Paulina Arenas-Landgrave*  
*Natalia Escobedo-Ortega*

#### **RESPUESTAS AL SUFRIMIENTO Y LA MUERTE**

- 9 Mictlán: vivir la propia muerte 263  
*Abraham Sapién*  
*David Fajardo-Chica*
- 10 “Dios mío, ¿por qué nos has abandonado?”  
El problema del mal según el estoicismo tardío 287  
*Leonardo Ramos-Umaña*

#### **SENTIRES COLECTIVOS PARA LA RESILIENCIA**

- 11 Éramos personas: reflexiones en torno a la dimensión  
colectiva de las emociones durante la pandemia 311  
*Ángeles Eraña*  
*Iván E. Gómez Aguilar*
- 12 El valor político de la concepción colectiva  
del sufrimiento en la pandemia 341  
*Efraín Gayosso*  
*Diana Rojas*
- 13 La excepcionalidad de la solidaridad 365  
*Amalia Amaya*

**SENTIRES COLECTIVOS  
PARA LA RESILIENCIA**

## El valor político de la concepción colectiva del sufrimiento en la pandemia\*

12

Efraín Gayosso<sup>(1)</sup>  
Diana Rojas<sup>(1)</sup>

A la mayoría de las personas no nos gusta sufrir; sin embargo, en la pandemia por COVID-19 surgió una amplia variedad de experiencias afectivas que fueron fuente de sufrimiento. Al ser el sufrimiento una experiencia ineludible, es importante advertir cómo la concebimos. En este capítulo nos enfocamos en defender que considerar el sufrimiento de forma colectiva motiva a emprender estrategias políticas cuyo objetivo es su alivio. De esta manera, se pueden tener en cuenta las necesidades que tienen los grupos y no solamente los individuos.

Nos enfocaremos en cuatro casos en los que considerar el sufrimiento que aqueja a estos grupos de manera colectiva sirve para emprender estrategias políticas que mejoren la situación de estos y así aliviar sus experiencias de sufrimiento. Estos casos se refieren al sufrimiento que padecieron los *jóvenes desempleados* y su dificultad para encontrar empleo por la crisis económica generada por la pandemia; las distintas experiencias de sufrimiento que vivieron los *estudiantes* por las condiciones impuestas por las clases en línea y el aislamiento social; el sufrimiento del *personal de salud*, que fue uno de los

---

\* Agradecemos especialmente al doctor David Fajardo-Chica por sus valiosos comentarios a las distintas versiones de este texto y a la doctora Olbeth Hansberg que nos motivó fuertemente a llevarlo a buen término.

<sup>(1)</sup> Instituto de Investigaciones Filosóficas.

grupos que se vio más afectado, dadas las condiciones en las que tuvieron que laborar en los momentos más álgidos de la pandemia, y finalmente, el sufrimiento que acompaña al *duelo* surgido a raíz de las muertes por COVID-19. Estos ejemplos son centrales para nuestra propuesta, pero en ningún sentido haremos un análisis exhaustivo sobre cada uno de estos casos. Estudios más detallados desde otras disciplinas serán complementarios al planteamiento filosófico que desarrollamos aquí.

En este texto procederemos de la siguiente manera. Primero hablaremos de algunas de las experiencias afectivas que marcaron la pandemia y que son fuente de sufrimiento. En la segunda sección, ofreceremos una forma de comprender el sufrimiento; en el siguiente apartado nos concentraremos en explicar cómo se pueden entender las experiencias afectivas colectivas y el papel que juega la atención en ellas. En la última sección ofrecemos una perspectiva de qué es el sufrimiento colectivo a partir de lo desarrollado en la segunda y tercera secciones. Finalmente, resaltaremos la importancia que tiene la concepción colectiva del sufrimiento para atraer la atención de *aquellos en el poder* o de personas que pueden tener incidencia en cuestiones públicas, como activistas, defensores de derechos humanos, figuras públicas, etcétera. Al llamar la atención de estas personas, se emprenden las medidas necesarias para aliviar esta experiencia, por lo que comprender el sufrimiento de manera colectiva es un instrumento para la acción política.

## LAS EXPERIENCIAS AFECTIVAS EN LA PANDEMIA

La pandemia de COVID-19 irrumpió, afectó y modificó drásticamente varios aspectos de la vida humana. Algunos de ellos van desde los hábitos de higiene hasta la manera en que nos relacionamos con los demás. Por ejemplo, ahora se pone mayor énfasis en el lavado de manos y el uso de cubrebocas, entre otras medidas, para evitar la infección. En cuanto a cómo nos relacionamos con los demás, la pandemia nos obligó a evitar el contacto con el otro en la medida de lo posible y, en muchos casos, a relacionarnos con nuestros colegas y amigos de manera remota. También es importante mencionar que,

aunque muchas personas durante la emergencia se recluyeron en sus casas y estudiaron o trabajaron a través de internet, muchas otras siguieron saliendo de sus casas a trabajar. Estas últimas también vieron modificada su vida cotidiana, ya que los lugares concurridos podían hacerlas *sentir inseguras* debido a la probabilidad de contagio. El uso del transporte público representaba un peligro latente de contraer la enfermedad, infectarse, llevar consigo el virus a casa y contagiar a los demás miembros de la familia.

La modificación de la vida cotidiana y el peligro latente de enfermar o de que algún ser querido enfermara, trajo afectaciones importantes para las personas. Uno de los aspectos más perjudicados durante la pandemia fue el afectivo (Fajardo-Chica y Hansberg, 2021). Desde el comienzo fue común ver y escuchar en los medios de comunicación cómo el confinamiento y la percepción del peligro de poder contagiarse desencadenaban reacciones afectivas como miedo, ansiedad, depresión, incertidumbre y languidez.<sup>1</sup>

No solo hubo reacciones afectivas al confinamiento y a la percepción de peligro. También hubo otras reacciones emocionales relacionadas con la enfermedad y la muerte. Por ejemplo, la incertidumbre de no saber qué sucedería con los pacientes cuando eran internados; la preocupación por no saber si uno podría estar bien después de haber enfermado; la depresión y la ansiedad que surgían cuando después de haber contraído la enfermedad no se recuperaban las capacidades físicas,<sup>2</sup> etcétera. Además, si un ser querido

---

<sup>1</sup> De acuerdo con el psicólogo Adam Grant, la languidez fue la emoción predominante durante 2021, al menos para las personas en confinamiento. La languidez se caracteriza por una sensación de estancamiento y vacío, “se siente como si estuvieras arrastrándote para pasar los días, mirando tu vida a través de un parabrisas empañado” (Grant, 2021). Además, esta emoción se distingue de la depresión porque no está acompañada de agotamiento ni de desesperación, solo hay una falta de alegría que motive a hacer tareas cotidianas y un rumbo claro para hacerlas. Ver también Keyes (2002).

<sup>2</sup> A la condición de un paciente que sigue teniendo algunos efectos de la infección a pesar de haberse recuperado, se le conoce como *long COVID* (COVID larga). Por lo general, la *long COVID* no solo está constituida por afectaciones en un nivel físico (fatiga, dificultad para respirar, dolores de cabeza, reducción en la función

llegaba a morir debido a COVID-19, no era posible llevar a cabo los ritos funerarios propios de las despedidas del ser querido fallecido, lo que agravaba aún más los procesos de duelo y las emociones que surgen en este tipo de sucesos.

En la pandemia hubo respuestas afectivas muy diversas y la mayoría de ellas fueron aquellas a las que comúnmente se les llama negativas, como se puede apreciar en los ejemplos anteriores. Sin embargo, para decir que se tiene una experiencia de sufrimiento no es suficiente considerar dicha experiencia como desagradable o negativa. Intuitivamente se consideran como negativas experiencias afectivas como la tristeza, la ansiedad, el estrés o la incertidumbre, mientras que se consideran positivas experiencias como la alegría, el orgullo, la admiración, entre otras. Por lo regular, se puede pensar que las experiencias afectivas se pueden clasificar según la forma en que se sienten: las experiencias negativas se sienten de manera *desagradable*, mientras que las positivas son aquellas que se sienten de manera *agradable*. Sin embargo, esta distinción no es del todo exacta. Puede haber emociones que no son ni negativas ni positivas, como la sorpresa; así como puede haber emociones que típicamente se consideran negativas, pero sentirlas puede ser positivo para la supervivencia, como sentir miedo. Incluso en el contexto de la pandemia algunas de estas respuestas afectivas consideradas negativas pudieron ser positivas como respuestas a ciertos hechos. Por ejemplo, sentir miedo ante los peligros de la pandemia puede ser positivo siempre y cuando no se llegue a un pánico exacerbado, ya que el miedo nos puede motivar a hacer lo necesario para evitar contagiarnos.<sup>3</sup>

Es importante decir que las experiencias afectivas que se han mencionado hasta ahora son individuales o al menos se ha hecho énfasis en el individuo que tiene dichas experiencias, por ejemplo, *una persona siente miedo* de contagiar a su familia porque tiene que salir a trabajar en medio de la pandemia.

---

muscular, etcétera), sino que también presenta problemas a un nivel afectivo como depresión y ansiedad (Mahase, 2020).

<sup>3</sup> Para saber más sobre la distinción, ver Deonna y Teroni (2012, pp. 14-16); Lazarus (1991, caps. 6 y 7) y Prinz (2004, pp. 173-174).

No obstante, cuando hablamos de experiencias afectivas no solo lo hacemos para referirnos a aquellas que tiene un individuo, también lo hacemos para referirnos a aquellas que tiene un grupo en específico. Por ejemplo, durante la pandemia ha sido recurrente escuchar que los estudiantes están *frustrados* ante las clases en línea.<sup>4</sup> Así, no solo los estudiantes como individuos sienten frustración, sino que el grupo de estudiantes en general está frustrado por la situación en la que se encuentran estudiando. Más adelante nos detendremos a explicar mejor por qué un grupo social tiene experiencias afectivas; por lo pronto, vamos a explorar cómo se puede comprender el sufrimiento de manera general para estar en condiciones de ofrecer una concepción colectiva del sufrimiento y las consecuencias que esta tiene para la creación de políticas públicas y otras estrategias que busquen el alivio de esta experiencia.

## EL SUFRIMIENTO

La pandemia de COVID-19 ha propiciado experiencias de sufrimiento muy diversas. Estas han variado según la situación y los aspectos particulares de cada persona. Quienes han llegado a enfermar a causa del virus, han sufrido debido a los padecimientos propios de la enfermedad. Sin embargo, las personas que no han contraído el virus también han sufrido a causa de las condiciones que la pandemia ha impuesto.

La experiencia de sufrimiento es compleja. Recientemente en filosofía de la mente se han desarrollado teorías que dan cuenta de la naturaleza del sufrimiento y a partir de la complejidad de esta experiencia dan cuenta de la diversidad de los estados afectivos que son parte de esta experiencia (Brady, 2018; Bain et al., 2020; Gayosso, 2019).<sup>5</sup> De estas teorías se desprende que las

<sup>4</sup> Por ejemplo, véase La Silla Rota Guanajuato. (5 de marzo de 2021).

<sup>5</sup> Comúnmente se asocia al dolor con el sufrimiento. Sin embargo, la experiencia de sufrimiento va más allá de simplemente sentir dolor. Además del dolor, otros estados afectivos que pueden ser parte del sufrimiento son la frustración, la languidez, el duelo, el miedo, la tristeza, etcétera. Bajo esta perspectiva, las teorías sobre el

experiencias en las que se sufre son aquellas que uno no quiere sentir, hacen que deseemos estar en una situación distinta e irrumpen en nuestras mentes produciendo otros estados afectivos y mentales.

Dentro de estas teorías se encuentran las *teorías del deseo* que proponen que el sufrimiento es una experiencia conformada por un estado afectivo desagradable<sup>6</sup> y un deseo de que se detenga (Brady, 2018). Otra versión de este tipo de teoría afirma que el objeto del deseo que constituye al sufrimiento no es el estado afectivo, sino la situación que se vive. Así, para esta versión el sufrimiento está constituido por un estado afectivo desagradable que evalúa la situación como desfavorable, el deseo de que la situación cambie y percibir que dicho cambio no está en nuestro poder (Kauppinen, 2020; Hick, 1977). Los deseos ocupan un lugar importante en el esquema presentado porque pueden motivar a buscar los medios necesarios para dejar de sufrir, lo cual está acompañado por el deseo de que la situación sea de otra manera y así satisfacer el deseo de dejar de sufrir. Más adelante esta manera de comprender el sufrimiento cobrará mayor relevancia, ya que este entendido de manera colectiva involucra el deseo del grupo afectado de dejar de sufrir y el deseo de que su situación cambie para que cese su experiencia de sufrimiento. Al estar involucrados estos deseos, el grupo puede presionar a las personas que estén en posición de cambiar la situación que padecen y generar las medidas necesarias para aliviar o aminorar el sufrimiento que aqueja al grupo.

Cabe destacar que tener un deseo no siempre lleva a tener la motivación para satisfacerlo. Puede haber otros deseos que se opongan a los que se les dé prioridad o tener otros estados mentales que hagan desistir de tratar de

---

sufrimiento han considerado que hay dos clases de sufrimiento: sufrimiento físico como el dolor físico y sufrimiento emocional como la frustración o la tristeza (Bain et al., 2020, p. 1). Otros autores usan la clasificación de sufrimiento sensorial para referirse a experiencias afectivas como el dolor físico, la sed, el hambre, etcétera, y sufrimiento actitudinal para referirse a experiencias afectivas como la depresión y el duelo (Kauppinen, 2020, p. 20).

<sup>6</sup> Aquí no discutiremos qué es lo desagradable o por qué una experiencia afectiva es desagradable. Para ver distintas perspectivas de lo desagradable ver Sapién (2020); Barlassina y Hayward (2019); Brady (2018); Bain (2017).

buscar satisfacer el deseo; por ejemplo, la creencia de que es imposible satisfacer nuestro deseo de dejar de sufrir.<sup>7</sup> Sin embargo, por lo general, tener el deseo de no sufrir motiva a buscar las maneras de satisfacer este deseo. En contextos colectivos esta afirmación cobra mayor relevancia, ya que los individuos, en cuanto pertenecientes a grupos, pueden tener deseos de cambiar la situación que los afecta como grupo y no sufrir debido a la situación en la que se encuentran. Distintos individuos al encontrarse en una misma situación y tener deseos similares, pueden agruparse y así ejercer mayor presión para que *aquellos en el poder* implementen las medidas necesarias para cambiar la situación y aliviar el sufrimiento no solo de los individuos como tal, sino de todo el grupo.

Por otro lado, la *teoría de la irrupción* establece que el sufrimiento es un estado afectivo cualquiera, como el dolor físico o la frustración, que *irrumpe* en la mente de las personas de tal manera que este estado afectivo consume la economía mental de quien lo experimenta (McClelland, 2020). De esta manera, la atención y la mayoría de los estados mentales se vuelcan sobre el estado afectivo que se tiene. Por ejemplo, un dolor de garganta, ya sea intenso o no, puede ser sufrimiento si irrumpe en la mente de la persona de tal modo que la mayoría de sus estados mentales se vuelcan sobre este y le impiden hacer otras tareas como concentrarse en labores cotidianas. Además, este dolor puede ser significativo para quien lo experimenta. Si esta experiencia llega a ser lo suficientemente molesta como para solo pensar en ella y no poder concentrarse en algo más, entonces esta es significativa de algún modo para el sujeto que la vive, ya que impide que continúe su vida con normalidad y puede desencadenar otras experiencias afectivas como frustración o irritación.

La complejidad del sufrimiento se puede apreciar en que cuando se tienen experiencias de sufrimiento suele haber un efecto dominó (McClelland, 2020, p. 39). Por ejemplo, cuando una persona está en duelo suele haber emociones que se desencadenan por esta experiencia, como nostalgia por

---

<sup>7</sup> Para ver más sobre la discusión de deseos y motivación, consúltese Platts (1998, p. 28) y Schroeder (2004, cap. 4).

la persona ausente y lo que ya no podrá volver a ser; tristeza por no volver a verla; temor por el futuro sin ella; enojo por la injusticia de su ausencia y culpa por cómo la trató cuando estaba viva. Así, el sufrimiento es esencialmente un estado afectivo que irrumpe en la mente de tal manera que atrae la atención, abarca otros estados mentales, desencadena unos nuevos y, por esta razón, es un estado significativo para quien lo experimenta. Además, el sufrimiento no desencadena solamente estados afectivos. Como lo sostienen las teorías del deseo, al irrumpir en la mente, el sufrimiento también causa deseos de dejar de sufrir y de que cambie la situación en la que se sufre.

Comprender el sufrimiento como un estado afectivo que irrumpe en la mente y desencadena otros estados mentales que ponen énfasis en los deseos, puede dar cuenta del tipo de experiencias afectivas que las personas han tenido durante esta pandemia sin referirse necesariamente a una manera de sufrir específica. Bajo esta concepción, cuando se sufre hay un estado afectivo que irrumpe en la mente del sujeto y su atención es captada por este estado. Al ser compleja, la experiencia de sufrimiento no solo atrae la atención al estado afectivo, sino que también atrae la atención sobre la situación que lo causa. De esta manera, por ejemplo, al pincharse un dedo cosiendo una prenda, la atención puede ponerse en la sensación del pinchazo, pero esta sensación no es sufrimiento si el suceso no tiene la mayor relevancia para el sujeto y la sensación no irrumpe en la mente de este, de tal manera que capte completamente su atención impidiéndole realizar sus actividades cotidianas. Por otro lado, la muerte de un ser querido por COVID-19 puede generar experiencias de sufrimiento, ya que a partir del suceso se tienen estados afectivos que irrumpen en la mente del sujeto como duelo, tristeza, frustración, ira, etcétera; estos estados captan la atención del sujeto y no puede continuar su vida con normalidad, al menos por un tiempo, y el sujeto desea no sentirse así y que la situación hubiera sido de otra manera para no sufrir. Hasta aquí hemos visto el sufrimiento comprendido de manera individual. Ahora, en la siguiente sección veremos cómo se pueden entender las experiencias afectivas de manera colectiva.

## FORMAS DE LA AFECTIVIDAD COLECTIVA

En las secciones anteriores vimos que la pandemia del COVID-19 alteró la vida de los individuos y sus formas de relacionarse. En esta sección nos concentraremos en mostrar cuál es el papel que cumplen las emociones colectivas en estas experiencias de cambios tan radicales con respecto a las necesidades, los hábitos y las formas de relación de las personas y los grupos a los que pertenecen. En primer lugar, mostraremos cómo las emociones colectivas tienen la virtud de atraer la atención de líderes y aquellos que influyen en la toma de decisiones para beneficiar y satisfacer las necesidades que tienen los grupos. En segundo lugar, destacaremos tres elementos que nos permiten concebir las emociones en términos colectivos y no solo individuales: el contagio emocional, el contexto y la adhesión a las emociones de los demás.

Las experiencias afectivas se pueden entender colectivamente en relación con sus aspectos sociales. Ellas son fundamentales para detectar creencias, intenciones y deseos en los otros. Una de las razones por las que podemos contemplar la posibilidad de hablar de emociones colectivas es que contribuyen al entendimiento y la comunicación entre las personas integradas en grupos: estudiantiles, laborales, deportivos, religiosos o de cualquier otra índole.

Las emociones facilitan el entendimiento y la comunicación entre los seres humanos, principalmente porque contribuyen a la detección de creencias, deseos y otros estados mentales en los demás.<sup>8</sup> Esa comunicación está mediada por conceptos, entre los que se encuentran los de tipo afectivo. Para algunos autores, de hecho, el uso de conceptos emocionales dentro de las comunidades constituye una vía de transmisión de comportamientos, significados y preferencias (Feldman-Barret, 2017, p. 145). Gracias a la expresión de las emociones es posible hacer inferencias acerca de los estados mentales de los individuos involucrados en una experiencia afectiva. A nivel colectivo se pueden determinar de esta manera las necesidades, no solo de individuos, sino también aquellas que tiene un grupo social en particular.

---

<sup>8</sup> Véase Hansberg (2001) para más sobre la relación de las emociones con otros estados mentales y la explicación de la acción e intenciones a partir de estas.

Esto último nos lleva a otro rasgo que consideramos central y que está presente en las emociones colectivas: *la atención*. Tanto las experiencias emocionales individuales como las colectivas llaman la atención sobre la importancia de un suceso y al mismo tiempo facilitan su entendimiento. En efecto, las emociones colectivas hacen posible la visibilización de ciertas problemáticas de los grupos que requieren cambio o mejoramiento. De acuerdo con Brady (2016), al tener la atención sobre un evento que sobresale, los líderes no solo pueden hacer asequible al resto del grupo la comprensión del suceso, sino que también pueden influir sobre un eventual cambio en el mismo. Un caso destacado de la aplicación de emociones colectivas en acontecimientos de interés colectivo son las investigaciones públicas que se llevan a cabo a partir de la manifestación de uno o varios grupos de personas. Las emociones colectivas no solo llaman la atención sobre algún acontecimiento sobresaliente, sino que también pueden motivar el cambio o el mejoramiento sobre aquello que llaman la atención. Sobra decir que la pandemia de COVID-19 no escapa a este análisis y las emociones colectivas que han surgido en este suceso llaman la atención sobre los problemas de los grupos sociales más severamente afectados. De este modo, se pueden tomar las medidas necesarias para mejorar la situación de estos grupos sociales.

Ahora bien, además de ser útiles para llamar la atención sobre la necesidad de una acción política que beneficie a los grupos, falta establecer por qué podemos hablar de emociones colectivas y no simplemente de emociones individuales. Una forma de concebir lo colectivo de las emociones es a partir de una especie de *sujeto plural*, que se forma a partir del compromiso de los integrantes del grupo para emprender una acción conjunta. Así lo han considerado algunas posturas en filosofía; entre ellas se destaca la de Margaret Gilbert, quien propone que “las personas constituyen un sujeto plural cuando están comprometidas conjuntamente, en hacer algo como un cuerpo, donde «hacer algo» es construido de manera suficientemente general para incluir intenciones, creencias y similares” (Gilbert, 2002, p. 139).

Otra forma de considerar las emociones colectivas es como la suma de las emociones individuales que coinciden en cuanto a su objeto. Sin embargo, no basta con la simple suma de emociones compartidas. Además,

es importante tener en cuenta otros elementos. Uno de ellos es el *contagio emocional*, una tendencia a imitar y sincronizar expresiones, posturas, movimientos o vocalizaciones con otros, de manera que existe una convergencia en las emociones. Segundo, que haya un contexto que propicie este contagio afectivo. Tercero, que los individuos estén al menos al tanto de que otros sienten lo mismo que ellos sienten o, por lo menos, que están atravesando por una experiencia similar.

Aunque el contagio emocional puede producirse de manera voluntaria cuando intentamos ser activamente empáticos o “ponernos en los zapatos de los otros”, este fenómeno ha sido comúnmente estudiado a nivel psicológico desde la perspectiva de la imitación y sincronía de gestos y movimientos, principalmente como resultado de procesos de asociación primitiva a nivel cognitivo (Hatfield et al., 1994, pp. 7-11). Según esta idea, el contagio emocional inicia con el estímulo de la actividad motora causada por la observación del gesto o acción de otro sujeto para dar paso a la imitación de quien observa. Lo anterior desencadena a su vez el estado afectivo correspondiente que converge con el del sujeto observado y da lugar al contagio emocional (Isern-Mas y Gomila, 2019, p. 76).

A pesar de que existe evidencia que señala como innata esta capacidad de contagiarse y contagiar emocionalmente —y se considera a las neuronas espejo como parte de este proceso—, algunos autores señalan que esta visión es demasiado estrecha. Así lo sugieren, por ejemplo, Isern-Mas y Gomila (2019) que apuntan a que la imitación motora no basta para el contagio emocional, sino que el contexto también es importante para dicho contagio. Las respuestas afectivas de una persona o de un grupo pueden ser muy diversas en razón de distintos factores del ambiente y aquellas que son producto del contagio emocional no son la excepción. Seguramente no se contagiara con la misma rapidez una reacción burlesca en un funeral que en una fiesta, de igual forma resulta difícil pensar en contagiar de tristeza a la hinchada de un equipo que va ganando un encuentro deportivo. La idea detrás de esta objeción es que la imitación motora por sí sola no explica el contagio emocional, sino que es importante considerar las condiciones en las que se presenta la experiencia.

*El contexto*, y no solo la capacidad innata y automática de imitación, tiene un papel importante en las interacciones sociales. Incluso el contagio emocional puede ocurrir sin la presencia física de otros sujetos, y en este caso el contexto juega un papel más importante que la simple interacción presencial con otro. Por ejemplo, mucho del miedo colectivo que se generó en la pandemia tuvo lugar en las redes sociales y otros medios de comunicación que no implican necesariamente la interacción física con otro ser humano. Respecto a esto, ya se han realizado varios estudios que muestran la importancia de la virtualidad en la expresión y desarrollo de emociones colectivas que pueden generar las redes sociales en internet (Jin y Zafarini, 2017; Kramer et al., 2014). Especialmente los cambios ocurridos en las formas de relacionarnos con los demás hicieron más evidente la importancia de la virtualidad en la expresión de las emociones. Compartir contenido a través de las redes sociales acerca de las emociones sentidas en la pandemia contribuyó a crear un clima afectivo que además incentivó el contagio emocional (Steinert, 2020).

Finalmente, además del contagio emocional y el contexto, es importante considerar que para que pueda hablarse de una emoción colectiva debe haber cierta adhesión o aceptación del hecho de que hay otras personas experimentando lo mismo. En este proceso hay una manifestación mutua de aceptación y reconocimiento de la emoción propia y de la ajena (Brady, 2016). Se puede reconocer, por ejemplo, un miedo latente en uno mismo y, al mismo tiempo, se reconoce que esta emoción está presente en otras y otros. No resulta igual tener miedo a que la pandemia lo cambie todo si esta experiencia se piensa como una que he aceptado que los demás pueden tener también. La emoción se convierte en colectiva cuando me adhiero al sentir de otras personas que, como yo, atraviesan una situación similar.

En resumen, las experiencias afectivas colectivas se caracterizan primordialmente por dos cosas: una, porque logran llamar la atención sobre los grupos mismos, pues destacan sus necesidades y deseos de acción. Otra, porque no son experimentadas por una sola persona, sino por un grupo de ellas en contextos específicos en los que hay contagio emocional, así como aceptación y adhesión de la emoción de los otros dentro del grupo. Así, la experiencia afectiva colectiva tiene importancia para uno o varios grupos de personas, tal

como sucede con una concepción colectiva del sufrimiento. Además de las características propias del sufrimiento expuestas en la sección dos, en términos colectivos, esta experiencia atrae la atención hacia aquello que causa sufrimiento y surge en una gran cantidad de individuos que atraviesan situaciones semejantes y comparten cómo se sienten con los demás, por lo que se percatan de que el sufrimiento que viven también es padecido por aquellos. Como veremos en la siguiente sección, comprender el sufrimiento de manera colectiva permite poner énfasis en las problemáticas que afectan a los grupos y, con ello, emprender las estrategias necesarias que atiendan estos problemas. De esta manera, se puede aliviar el sufrimiento de los individuos surgido en un contexto compartido como ha sido la pandemia de COVID-19.

### **UNA CONCEPCIÓN COLECTIVA DEL SUFRIMIENTO QUE BENEFICIA LA ACCIÓN POLÍTICA**

Más allá de la discusión acerca de cómo entender el sufrimiento colectivo, en este capítulo nos interesa acentuar el valor político que tiene al pensarlo como una experiencia afectiva. Debido a que tanto las emociones individuales como las colectivas llaman la atención sobre una necesidad o problemática, las reacciones afectivas que hemos visto y experimentado durante la pandemia resaltan aún más la importancia que este suceso ha tenido para la humanidad como un gran colectivo y no solamente para los individuos de manera particular. Para el desarrollo de esta sección escogimos cuatro casos que consideramos ilustrativos para mostrar cómo se facilita la acción política al considerar el sufrimiento de manera colectiva; estos casos son los jóvenes desempleados, los estudiantes que tuvieron que tomar clases virtualmente, el personal de salud y las personas en duelo por la muerte de sus familiares y amigos.

La pandemia es un suceso que sin duda ha captado nuestra atención más que cualquier otro durante el tiempo en el que la hemos padecido. Como tiene puesta toda nuestra atención, las autoridades gubernamentales de salud y de otro tipo, tanto a nivel internacional, como nacional y local emprendieron acciones cuyo objetivo ha sido apaciguar las consecuencias que trajo consigo.

Si nos fijamos en las razones que llevaron a las autoridades a actuar en favor de la disminución de contagios y muertes, una de las más importantes tiene que ver con la reducción del sufrimiento. Por ejemplo, la implementación de la política de “sana distancia” tuvo como objetivo de manera amplia reducir el sufrimiento colectivo al evitar contagios y, de esta manera, evitar la saturación hospitalaria que se traduciría en más muertes. De esta manera, una política de este tipo estuvo dirigida, entre otras cosas, a reducir el sufrimiento de los grupos de enfermos, de los familiares de estos, de los estudiantes, de los trabajadores, del personal de salud, etcétera.

En este sentido, consideramos que una concepción colectiva del sufrimiento facilita, por ejemplo, la protección de derechos que de otra manera podrían ser desatendidos. Los afectos colectivos tienen el papel epistémico de atraer la atención de quienes tienen incidencia en asuntos gubernamentales o de acción política. Por ello, son indispensables para el análisis y desarrollo de investigaciones alrededor de temas de interés público, y en general, del emprendimiento de acciones que respondan a las preocupaciones de individuos agrupados en función de la satisfacción de sus necesidades e intereses. Probablemente ciertas acciones políticas serían más difíciles de llevar a cabo en ausencia de experiencias afectivas colectivas. La concepción de afectividad colectiva resuena en los escenarios de defensa de derechos humanos de tercera generación, que son colectivos y cuya titularidad puede recaer sobre los grupos mismos.<sup>9</sup> En estos casos, se puede hablar de sujetos plurales o colectivos sin que resulte extraño decir que el beneficiario de dichos derechos es un grupo. De esta manera, considerar el sufrimiento colectivamente puede convertirse en el bienestar de los integrantes y establecerse derechos que los protejan. Como se puede apreciar, el sufrimiento en la pandemia no solo ha afectado a cada individuo como algo aislado, sino que las condiciones particulares de cada sector de la población también han afectado las experiencias de sufrimiento que pueden tener, como en el caso del largo periodo que pasaron los estudiantes sin clases presenciales; los obreros que tuvieron que salir a trabajar diariamente

---

<sup>9</sup> Para una discusión más extensa sobre los derechos colectivos y los argumentos discutidos alrededor de ellos, véase Cruz-Parceró (1998).

tuvieron otras experiencias de sufrimiento propias, como el miedo de contraer el virus y contagiar a su familia; el personal de salud tuvo otras experiencias de sufrimiento comunes, por ejemplo, el fuerte desgaste que representó para este sector la pandemia; también los desempleados tuvieron otras experiencias afectivas que surgen de la dificultad de encontrar trabajo debido a la crisis económica causada por la pandemia. Asimismo, las personas que han llegado a enfermar tienen experiencias afectivas comunes. A continuación, nos centraremos en analizar los cuatro casos propuestos al inicio de este capítulo para ver cómo comprender de manera colectiva el sufrimiento motiva la implementación de políticas cuyo objetivo fue atenuar dicha experiencia afectiva.

### **Sufrimiento de los jóvenes desempleados con dificultades para encontrar empleo**

Cuando decimos que los jóvenes desempleados están *frustrados* porque a pesar de sus esfuerzos no encuentran trabajo, no solo nos referimos a la frustración particular de cada uno de estos jóvenes. También nos referimos a la frustración que aqueja a este grupo social en su conjunto y a una problemática específica que afecta dicho grupo, a saber, no encontrar trabajo debido a la crisis económica causada por la pandemia de COVID-19.

Un área relevante que fue causa de sufrimiento y tuvo un impacto social importante fue el ámbito económico. Muchas personas perdieron su empleo a raíz de la pandemia, y quienes ya estaban desempleadas tardaron más en encontrarlo. Mora et al. (2022) muestran que las personas desempleadas en Cali, Colombia, tardan el doble de tiempo que antes de la pandemia en encontrar trabajo. El sector más afectado al momento de encontrar trabajo, de acuerdo con este estudio, son los jóvenes y en especial las mujeres. En contraste, algunas fuentes periodísticas señalan que también en México aumentó para 2021 el tiempo que las personas tardan en encontrar empleo en comparación con lo que tardaban en hacerlo antes de 2019.<sup>10</sup> Como parte de su situación, este

---

<sup>10</sup> “El año pasado, 28.4% de la población desocupada se llevó tres meses o más en

sector de la población tuvo experiencias afectivas como la *desesperación* y la *frustración* en respuesta al desempleo y su dificultad para encontrar trabajo.

En este caso, aún hay más trabajo por hacer, pero reconocer el sufrimiento que experimentan como grupo puede motivar a las autoridades a emprender las medidas necesarias para mejorar su situación. Por ejemplo, en el informe 22 de la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (Cepal, 2020), se analizan distintas políticas que los países latinoamericanos han implementado para la protección del trabajo y la reinserción laboral de los desempleados durante la pandemia. Además, en la segunda parte se plantean algunas estrategias para mejorar la situación laboral principalmente enfocadas en el sector más vulnerable en este ámbito, este es, el juvenil, y propone que dichas estrategias deben enfocarse en la seguridad y la salud en el trabajo.

### Sufrimiento de los estudiantes por las condiciones de aislamiento social

Una de las primeras medidas que se tomaron en la emergencia sanitaria fue el *distanciamiento social* que generó experiencias afectivas muy diversas, entre ellas, ansiedad, angustia, incertidumbre, estrés, languidez, tristeza, soledad, preocupación o impaciencia. Estas fueron producto de este fuerte cambio en nuestras actividades, hábitos y formas de relacionarnos en comunidad. Por ello, durante la pandemia fue recurrente ver la expresión de diversos estados afectivos a través de las redes sociales y, dado que no era posible una interacción presencial, estas plataformas se volvieron fundamentales para socializar.

A través de la virtualidad se generó un *contagio* de emociones que compartían quienes se encontraban en una situación similar y hubo un reconocimiento mutuo del sufrimiento que se vivía. Un ejemplo de esto es la *frustración* que sintieron los estudiantes por las clases en línea. Esta experiencia afectiva

---

encontrar empleo, lo cual es un porcentaje que se ha incrementado, ya que al cierre de 2019 el porcentaje de personas que tardaba más de ese tiempo en colocarse en el mercado laboral, era de 14.8 %” (Gascón, 29 de enero de 2021).

irrumpió en la mente de los estudiantes de tal manera que atrajo fuertemente su atención, lo que impidió que se concentraran adecuadamente en sus clases y en otras actividades que debían realizar. También tuvieron el deseo de que la situación fuera de otra manera, es decir, desearon no tener más clases en línea. Además, los estudiantes no solo deseaban que la situación cambiara, también deseaban ya no sentirse frustrados. Al estar todos estos elementos involucrados en la experiencia de los estudiantes se puede decir que sufrieron al estar frustrados, y la fuente de su sufrimiento fue la situación en la que se encontraron.

En López-Sánchez y Robles-Mendoza (2021) se puede ver un estudio en la comunidad universitaria sobre las respuestas emocionales que tuvo esta comunidad respecto a la enseñanza remota y el distanciamiento social como parte de la Jornada Nacional de Sana Distancia, “Quédate en casa”, decretada por el gobierno federal de México. En este estudio se pueden apreciar las diversas experiencias afectivas de sufrimiento que tuvo este colectivo a raíz del brusco cambio del ambiente de estudio a un formato únicamente virtual, por lo que encontraron en las redes sociales un lugar para expresar sus sentimientos.

El hecho de que los estudiantes manifestaran y compartieran su sufrimiento con otros por medio de las redes sociales, contribuyó no solamente a que convergieran emociones similares en estos sujetos y que reconocieran en ellas un sentimiento compartido, sino que también logró llamar la atención de las autoridades escolares y gubernamentales en cuanto a los temas que requerían solución con urgencia; por ejemplo, atención en la salud mental, aunque tuviera que ser también a distancia; la adaptación progresiva de los espacios para el retorno escalonado a las actividades académicas; la aceleración en el proceso de vacunación del personal docente, entre otras acciones. En este ejemplo se puede apreciar cómo a partir del sufrimiento colectivo de los estudiantes, las autoridades competentes emprendieron políticas públicas para aminorar el sufrimiento de este grupo.

Como se vio en la segunda sección, el sufrimiento incluye también el deseo de hacer lo que está al alcance para cambiar la situación que es fuente de esta experiencia. En términos colectivos también se puede decir que cuando los grupos sufren, desean que su situación cambie. De esta manera se generó

en los estudiantes el deseo de retomar cierta normalidad como grupo, particularmente aquella que implica el encuentro social con compañeras y profesoras en espacios que solían ser compartidos y el regreso a los centros de estudio antes frecuentados.

### **Sufrimiento de los trabajadores de la salud**

Uno de los grupos más afectados en la pandemia y que tuvo diversas experiencias de sufrimiento fue el de los trabajadores de la salud. Al respecto podemos ver en el informe publicado por la Organización Panamericana de la Salud (2022) enfocado en Latinoamérica, principalmente en países como Chile, Colombia, Guatemala y México, que da cuenta de cómo la pandemia impactó en las experiencias afectivas del personal de salud. Dicho estudio muestra que la mayoría de estos trabajadores tienen experiencias afectivas como depresión, ansiedad y, en general, malestar psicológico a raíz de los sucesos dados en la pandemia del COVID-19. Cabe resaltar que este estudio no solo pretende mostrar las experiencias afectivas que se han dado en este grupo, sino que también tiene como fin motivar la creación de políticas que aminoren el impacto negativo en la vida afectiva de estas personas.

Marcia Villanueva (2021) argumenta que parte de los problemas que aquejan a los trabajadores de la salud, principalmente a los médicos, se debe a una deshumanización de este grupo prevaleciente en nuestra sociedad. Esta surge, en parte, por la presión laboral y social a la que están expuestos. Así, para implementar políticas cuyo objetivo sea atenuar su sufrimiento como grupo, es necesario reconocer que son seres humanos como todos nosotros y sufren de la misma forma en que lo hace cualquier otro grupo de seres humanos.

### **Sufrimiento y duelo por las muertes causadas por COVID-19**

En la segunda sección mencionamos que una característica del sufrimiento es que tiene un efecto dominó al desencadenar otros estados mentales. Para

ilustrar esta característica mencionamos como ejemplo el duelo. Esta experiencia es compleja y suele estar acompañada por experiencias afectivas que son sufrimiento (Cázares-Blanco, 2022; Cholbi, 2019; Kofod, 2017). Sin entrar en detalles sobre la naturaleza del duelo, en lo que sigue mostraremos cómo en esta experiencia puede haber sufrimiento colectivo, y considerarlo de esta forma arroja luz sobre algunas prácticas que surgieron en la pandemia.

En el duelo surgido en la pandemia ya no estamos ante un grupo específico, sino que hay un grupo más amplio y diverso. Lo que agrupa a estas personas es que comparten una experiencia de sufrimiento ligada a su situación. Cabe destacar que el duelo no solamente es una experiencia individual, sino que también suele ser una experiencia social (Thompson, 2017). Se puede afirmar que el duelo y el sufrimiento que lo acompaña son experiencias colectivas, ya que en este proceso suele haber contagio emocional: las personas convergen en el sufrimiento que sienten; hay un contexto que propicia que se dé dicho contagio y las personas que pasan por un proceso de duelo similar reconocen su sufrimiento mutuamente, dándose así la adhesión al sufrimiento que padece este grupo de personas.

En el contexto de la pandemia de COVID-19, el sufrimiento colectivo que afectó a los dolientes —no solamente como individuos, sino como un colectivo integrado por personas que compartían un mismo tipo de experiencia afectiva— motivó a tomar medidas que procuraron aliviar o aminorar el sufrimiento que vivían. Esto llevó a la implementación de distintas medidas. Una de ellas fue la realización de funerales virtuales y homenajes en video debido a que las restricciones sanitarias impedían la asistencia de grandes grupos de personas a funerales.<sup>11</sup> De esta manera, el sufrimiento que aquejó a este grupo de personas motivó a buscar los medios necesarios para que su sufrimiento de por sí agravado por las condiciones impuestas por la pandemia fuera menos grave. Estos medios no solamente tenían por objetivo aliviar el sufrimiento de cada doliente, sino también el de aliviar el sufrimiento que los afectó colectivamente.

---

<sup>11</sup> Para ver cómo la pandemia modificó los funerales, véase la nota periodística de Ramos (6 de mayo del 2020).

Este y los demás ejemplos a los que hemos recurrido en esta sección son solo algunas de las formas entre muchas otras en las que considerar el *sufrimiento colectivo* arroja luz sobre las situaciones en las que surge y la necesidad de realizar acciones dirigidas a los grupos afectados que intentan aliviarlo. Considerar el sufrimiento colectivo que aqueja a ciertos grupos y no solamente enfocarse en experiencias afectivas individuales permite tener una noción más clara de lo que está afectando a ese grupo de una manera general. Tener en cuenta esta experiencia afectiva motiva la generación de las medidas pertinentes, como políticas públicas, que cambien la situación del grupo. De esta manera, al implementar las medidas necesarias, el sufrimiento individual y colectivo podrá ser aliviado.

## CONCLUSIONES

En este capítulo nos hemos concentrado en desarrollar una noción de sufrimiento colectivo que permita dar sentido a algunas de las experiencias afectivas grupales que definieron la pandemia de COVID-19. Como hemos visto, el sufrimiento es una experiencia compleja y está presente en la vida cotidiana. En este capítulo no solo nos enfocamos en el sufrimiento que surge de manera individual, sino que resaltamos la importancia que tiene el sufrimiento colectivo. De esta manera, se puede dar una visión más clara de las situaciones que aquejan a los grupos que sufren. Pensar en el sufrimiento colectivo permite comprender más ampliamente las situaciones que causan dicha experiencia, motivando de esta manera acciones que permitan emprender políticas públicas u otro tipo de estrategias que solucionen los problemas que aquejan a las colectividades. Pensando nuestras experiencias afectivas como comunidad podremos darle un mejor sentido a nuestro sufrimiento, en especial aquel que surgió en la pandemia. Solo entonces podremos tomar las decisiones adecuadas que nos lleven a aliviarlo.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bain, D. (2017) Evaluativist accounts of pain's unpleasantness. En J. Corns (Ed.), *The Routledge handbook of philosophy of pain* (pp. 40-50). Routledge.
- Bain, D., Brady, M. y Corns, J. (2020). *Philosophy of suffering*. Routledge.
- Barlassina, L. y Hayward, M. K. (2019). More of me! Less of me!: Reflexive imperativism about affective phenomenal character. *Mind*, 128(512), 1013-1044. <https://doi.org/10.1093/mind/fz035>
- Brady, M. S. (2016). Group emotion and group understanding. En M. S. Brady, y M. Fricker, *The epistemic life of groups* (pp. 95-110). Oxford University Press.
- Brady, M. S. (2018). *Suffering and virtue*. Oxford University Press.
- Cázares-Blanco, R. (2022). El impacto del duelo anticipado en las actitudes reactivas de sanación. *Revista de Filosofía*, 47(1), 213-230.
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe (Cepal). (2020). *Coyuntura laboral en América Latina y el Caribe. El trabajo en tiempos de pandemia: desafíos frente a la enfermedad por coronavirus (COVID-19)*. Cepal / OIT. <https://repositorio.cepal.org/handle/11362/45557>.
- Cholbi, M. (2019). Regret, resilience, and the nature of grief. *Journal of Moral Philosophy*, 16(4), 486-508.
- Cruz-Parceró, J. (1998). Sobre el concepto de derechos colectivos. *Revista Internacional de Filosofía Política*, (12), 95-115.
- Deonna, J. y Teroni, F. (2012). *The emotions: a philosophical introduction*. Routledge.
- La Silla Rota Guanajuato. (5 de marzo de 2021). *El 47% de los estudiantes se siente frustrado de las clases en línea*. <https://guanajuato.lasillarota.com/estados/el-47-de-los-estudiantes-se-siente-frustrado-de-las-clases-en-linea/493286>
- Fajardo-Chica, D. y Hansberg, O. (2021). *La vida emocional en la pandemia*. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Feldman-Barret, L. (2017). *How emotions are made*. Houghton Mifflin Harcourt.
- Gascón, V. (29 de enero de 2021). *Tardan más en encontrar empleo*. El Diario. <https://diario.mx/economia/tardan-mas-en-encontrar-empleo-20210128-1756706.html>

- Gayosso, E. (2019). Sufrimiento, estados afectivos y dolor. *Euphyía*, 13(24), 57-91. <https://doi.org/10.33064/24euph2141>.
- Grant, A. (7 de octubre de 2021). El malestar que sientes tiene un nombre: se llama languidez. *The New York Times*. <https://www.nytimes.com/es/2021/04/21/espanol/covid-estado-animo.html>
- Gilbert, M. (2002). Collective guilt and collective guilt feelings. *The Journal of Ethics*, (6), 115-143.
- Hansberg, O. (2001). Las emociones y la explicación de la acción. *Isegoría*, (25), 5-17.
- Hatfield, E., Cacioppo, J. y Rapson, R. (1994). *Emotional contagion*. Cambridge University Press.
- Hick, J. (1977). *Evil and the god of love* (2ª ed.). MacMillan Press.
- Isern-Mas, C. y Gomila, A. (2019). Making sense of emotional contagion. *Humana.Mente Journal of Philosophical Studies*, (35), 71-100.
- Mora, J., Herrera, D. Y. y Fernando-Álvarez, J. (2022). Pandemia y duración del desempleo juvenil en Cali. *Revista de Economía Institucional*, 24(46), 195-216. <https://doi.org/10.18601/01245996.v24n.46.10>
- Jin, S. y Zafarani, R. (2017). Emotions in social networks: distributions, patterns, and models. *Proceedings of the 2017 ACM on Conference on Information and Knowledge Management*. 907-1916. <https://doi.org/10.1145/3132847.3132932>
- Kauppinen, A. (2020). The world according to suffering. En D. Bain, M. Brady y J. Corns (Edits.), *Philosophy of suffering* (pp. 19-36). Routledge.
- Keyes, C. L. (2002). The mental health continuum: from languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Behavior*, 43(2), 207-222. <https://doi.org/10.2307/3090197>
- Kramer, A., Guillory, J. E. y Hancock, J. T. (2014). Emotional contagion through social networks. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 111(24), 8788-8790. <https://doi.org/10.1073/pnas.1320040111>
- Kofod, E. H. (2017). From morality to pathology: a brief historization of contemporary Western grief practices and understandings. *Nordic Psychology*, (69), 47-60. <https://doi.org/10.1080/19012276.2016.1267914>
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. Oxford University Press.

- López-Sánchez, O. y Robles-Mendoza, A. L. (2021). Procesos socioemocionales de universitarios ante la escolarización remota de emergencia a causa de las medidas sanitarias de COVID-19. *Revista Latinoamericana de Estudios Sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad*, 13(36), 12-24.
- Mahase, E. (2020). COVID-19: What do we know about “long COVID”? *BMJ*. <https://doi.org/10.1136/bmj.m2815>
- McClelland, T. (2020). The disruption model of suffering. En D. Bain, M. Brady y J. Corns (Edits.), *Philosophy of suffering* (pp. 37-54). Routledge.
- Organización Panamericana de la Salud (OPS). (2022). *The COVID-19 Health caRe wOrkers Study (HEROES)*. Recuperado el 3 de febrero de 2022, de <https://iris.paho.org/handle/10665.2/55563>
- Platts, M. (1998). *Realidades morales: ensayo sobre psicología filosófica*. A. Stellino y A. Zirion (Trads.). Paidós / Instituto de Investigaciones Filosóficas-UNAM.
- Prinz, J. (2004). *Gut reactions*. Oxford University Press.
- Ramos, J. L. (6 de mayo de 2020). *Funerales en línea reúnen a miles en medio de la pandemia*. El Sol de México. <https://www.elsoldemexico.com.mx/finanzas/funerales-en-linea-muertos-pandemia-coronavirus-covid-19-tecnologia-medidas-sanitaria-5192892.html>
- Sapién, A. (2020). The structure of unpleasantness. *Review of Philosophy and Psychology*, (11), 805-803. <https://doi.org/10.1007/s13164-019-00458-5>
- Schroeder, T. (2004). *Three faces of desire*. Oxford University Press.
- Steinert, S. (2020). Corona and value change. The role of social media and emotional contagion. *Ethics and Information Technology*, (23), S59-S68.
- Thompson, N. (2017). Culturally competent practice. En N. Thompson y G. R. Cox (Eds.), *Handbook of the Sociology of Death, Grief, and Bereavement*. Routledge.
- Villanueva, M. (2021). Somos médicos, no dioses, la identidad médica frente a la pandemia de la COVID-19. En D. Fajardo-Chica y O. Hansberg (Eds.), *La vida emocional en la pandemia* (pp. 79-103). Universidad Nacional Autónoma de México.

**Tomo 5**

**La década COVID en México**

**Salud mental, afectividad y resiliencia**



Este volumen ofrece estudios alrededor de las emociones, sentimientos y afectaciones psicológicas a consecuencia de la contingencia sanitaria. Reúne aportaciones de la psicología y la filosofía, cuyo común denominador es la comprensión del fenómeno y la obtención de lecciones útiles para el futuro.

En principio, presenta los retos enfrentados en relación con la salud mental pública, las fuentes de estrés y las estrategias de afrontamiento, así como las formas de atención a distancia. Describe las contribuciones centradas en la salud mental de niñas y niños, los obstáculos en procesos educativos y las causas de malestar psicológico. Además, muestra un paisaje completo sobre el consumo de sustancias psicoactivas y un retrato del fenómeno del suicidio examinando definiciones, modelos explicativos, así como factores de riesgo y protección.

Finalmente, ofrece una comprensión filosófica del tiempo en que alguien llega a saber que morirá y explica la forma en que la filosofía estoica de la Antigüedad daba respuesta al problema del mal. Analiza el miedo colectivo a partir de una concepción del sufrimiento desde las poblaciones y un análisis filosófico de las expresiones de solidaridad en tiempos de la emergencia sanitaria.



**SECRETARÍA GENERAL**

Universidad Nacional Autónoma de México



**DGCS**  
Dirección General de Comunicación Social



COORDINACIÓN  
DE HUMANIDADES