



COVID-19 #YOMEQUEDOENCASA

# ¿El confinamiento nos cambió?

Salamanca coordina una investigación a nivel internacional para comprobar si la reclusión ha modificado los hábitos de vida y como prevención en situaciones futuras

C.A.S. | SALAMANCA

**E**l largo confinamiento al que se han visto sometidos los ciudadanos por un virus letal puede estar modificando los estilos de vida de la sociedad. En este periodo de encierro domiciliario, ¿descuidamos nuestra imagen corporal?, ¿hacemos menos o más deporte?, ¿bebemos más alcohol?, ¿tomamos más drogas?, ¿ha aumentado la adicción a internet y redes sociales?. Son algunas de las cuestiones que analiza una investigación internacional, cuya coordinación nacional lidera Salamanca.

Los profesores de la Universidad Pontificia M<sup>a</sup> Ángeles Gómez Martínez (coordinadora), Alejandra Melero Ventola y el profesor Ricardo Santos Labrador, así como la catedrática Eva M<sup>a</sup> Arroyo-Anlló, de la Universidad de Salamanca, conforman el equipo que se encarga de la recogida de datos a través de un cuestionario que servirá después para el análisis de los resultados. La encuesta se está realizando entre alumnos de universidades y con pacientes y profesionales de centros de salud, con más de 500 respuestas entregadas hasta el momento.

“Esta investigación evalúa el impacto del aislamiento físico con limitaciones a la libertad y las consecuencias tanto en la actividad física, alimentación, alcohol y drogas, cuidado personal y espiritual y la introducción de nuevos hábitos en la cotidianidad”, explica Eva María Arroyo-Anlló, catedrática de Neuropsicología de la Universidad de Salamanca, que recuerda que hay “ciertos estilos de vida que influyen en el sistema inmunitario” y por tanto conocer los hábitos de los ciudadanos puede servir para “anticiparse a otras crisis,



Varios ciudadanos hacen deporte por un carril bici. | ALMEIDA

## “Los líderes no han sabido ser previsores”

La catedrática de Neuropsicología de la Universidad, Eva María Arroyo-Anlló, explica que esta investigación surgió para analizar “por qué nos enfrentamos a las vulnerabilidades de los sistemas sociosanitarios”. “Hemos sido miopes y consentidores del futuro. Los líderes se asustaron por el creciente gasto en salud en el PIB y buscaron cómo ser eficientes y eficaces recortando personal, camas... lo que aumentó el coste para la salud. El COVID nos ha puesto en evidencia porque hemos racaneado en gastos”, denuncia la investigadora, que habla de una clara “falta de anticipación”. “El coronavirus nos ha pillado sin haber hecho los deberes. Nuestro sistema de salud es vulnerable y ha resistido gracias a sus profesionales y a los ciudadanos”, agrega Arrollo-Anlló, que insiste en que “hemos ido recogiendo lo que hemos ido permitiendo en las últimas décadas”. “Ahora los líderes no están muy bien preparados. No han sabido ser previsores. No hemos escuchado las alertas. Hemos sido dependientes por la globalización. Todos hemos permitido que nuestro sistema sea muy vulnerable”, valora.

### LOS DETALLES

#### Encuesta anónima

El estudio que está en marcha se basa en una encuesta sobre distintos aspectos de la vida cotidiana durante el confinamiento por la pandemia. Tiene una duración de no más de 10 minutos y es totalmente anónima. Cualquier persona mayor de edad interesada puede participar a través del siguiente enlace para realizar un breve cuestionario: [https://herts.eu.qualtrics.com/jfe/form/SV\\_2mzAoFHxwpxSCKR](https://herts.eu.qualtrics.com/jfe/form/SV_2mzAoFHxwpxSCKR)

#### Investigación internacional

Este estudio internacional cuenta con la aprobación del Comité de ética de la Universidad Herfordshire de Inglaterra. En la investigación participan numerosos países como Bélgica, Portugal, Italia, Inglaterra o Francia.

tanto medioambientales como bélicas”.

“El estudio nos dará las respuestas y veremos si están presentes estilos de vida contrarios a la salud, nuevos hábitos de consumo de drogas, si los cambios de hábitos han sido para mejor o si por contra han sido devastadores para la propia persona. Veremos hacia dónde va la ciudadanía”, agrega la catedrática que participa en el estudio.

“Esperamos sacar lecciones de cómo nos ha vapuleado esta crisis y de la falta de anticipación de nuestros líderes. Habría que escuchar a todos los sectores para la desescalada y no existe una ética aplicada a nuestras prácticas”, señala.