

nar, atender las mesas. «Lo que hicimos de caja fue para pagar proveedores atrasados». ¿Tenía miedo al covid? «No me dio tiempo para pasar miedo, a pesar de que había cambiado todo, de no saber qué podía tocar, de que mi trato con los clientes ya no podía ser el mismo. Ahora le tengo ya más miedo al cierre total de la empresa». El 1 de julio abrieron también La Flor y sacaron a 16 trabajadores del ERTE, pero con la restricción del interior y sin permiso de terraza, cerraron en octubre provisionalmente el Marucho: «Lo abriremos en cuanto lo permita el aforo», dice: ¡Este año celebramos el centenario!».

podría golpear, por eso, esos días el periodismo tenía más sentido que nunca». Con las calles vacías y los contagios en aumento, ¿pasó miedo? «Honestamente no llegué a pasar miedo porque estaba mentalizado de lo que tenía que hacer y siempre tomé las precauciones a rajatabla». ¿El confinamiento reivindicó el periodismo? Sí, dice: «Por la demanda de información de las personas que estaban en su casa sin saber lo que pasaba fuera de sus paredes y porque todos los medios rompimos con la agenda oficial de actos y ruedas de prensa de la Administración para contar nuestras propias historias: esas semanas se hizo muy buen periodismo».

o Meet, o alguna de las herramientas que usamos». Si algo se ha evidenciado, dice Daniel Sáez, es que «no dominamos la vida y esto nos ha recordado que es un don y hay que dar gracias por ello. Algo que le hemos trasladado todo este tiempo a los niños es que no hay cuantía monetaria suficiente que compre un segundo de vida». ¿Y cómo fue la vuelta a la calle? «De forma inocente y simpática», y el momento que narra a continuación provoca la sonrisa tras aquellos meses: «Cuando el pequeño de 4 años salió por primera vez a la calle, miró a la izquierda y a la derecha, y dijo: 'Papá, si yo aquí no veo ningún virus'».

ba acostumbrado a hacer pedidos en la zona por la internet, además era demasiado pronto y no nos había dado tiempo a hacernos una cartera de clientes». Pero algo fue cayendo, lo suficiente para «poder aguantar», dice. ¿Le duele recordarlo? «Entre la incertidumbre que teníamos todos, estaba la presión por salir adelante y por deber dinero, y con un niño pequeño en casa, pues claro que me duele recordar esos momentos. Había que sacar el pan de donde fuese y nos reinventamos en redes sociales». El 11 de mayo volvieron abrir: «La gente de Colindres se ha volcado con nosotros, estamos muy agradecidos».

«Dejamos de tener expectativas inmediatas de lo que podía pasar, y eso nos cambió la vida»

El Grupo de Intervención Psicológica en Catástrofes atendió por teléfono a personas con ansiedad, estrés, depresión: «Las más afectadas fueron las mujeres», dice el psicólogo Unai Santamaría

MARTA SAN MIGUEL

SANTANDER. El confinamiento nos cambió la noción del espacio público como un lugar seguro, y nos enseñó a reducir la realidad al tamaño de las ventanas. La vida se ordena ahora con base en las medidas sanitarias que van y vienen como las olas, ¿pero qué supone esto para la sociedad? ¿De qué manera lo percibe cada individuo? «El confinamiento nos ha cambiado la vida en cuanto a las expectativas inmediatas de lo que puede suceder», dice el psicólogo Unai Santamaría: «Supuso sumergirnos en la incertidumbre total». Eso explica, añade, el «auge» que ha habido de cuadros de ansiedad, de depresiones, es decir, «todo lo que ha traído consigo no saber a qué podemos atenernos, y lo que ha sido más duro, no saber qué recursos podíamos poner para solucionar lo que estaba ocurriendo».

Qué nos pasó esas primeras semanas, desde el sábado, día 14 de marzo, cuando se decretó el confinamiento y su entrada en vigor a las 00.00 del día 15, hasta el 28 de abril, cuando se anunció el plan de desconfinamiento de España que permitió la salida, tímida y escalonada por fases horarias, hasta conquistar la supuesta normalidad el 21 de junio, con el final de la última prórroga del último estado de alarma. «Se ha soportado muchísimo estrés, confusión, ha habido ataques de pánico, además hay que añadir pérdidas humanas y también las pérdidas materiales derivadas del parón de la economía», dice el especialista que desde que empezó

el confinamiento participó en el Grupo de Intervención Psicológica en Emergencias y Catástrofes que el Colegio de Psicología de Cantabria puso en marcha: «El mismo día 14 movilizamos los recursos para atender la demanda de la población», dice. «Teníamos experiencias previas a nivel internacional con virus como el ébola que habían dejado constancia del impacto, y hay evidencias científicas de lo que conlleva no inter-

venir en fases tempranas». Esas semanas hicieron 150 intervenciones entre el Grupo (114) y el Colegio. Del teléfono de asistencia se encargaron once personas por turnos, de lunes a domingo, para valorar, categorizar y hacer una intervención puntual: «No se trataba de hacer terapia sino de recuperar un estado de ánimo, ayudarles en su vida normal y así evitar patologías futuras», dice. Había frustración, confusión, in-

certidumbre, ¿pero qué perfil fue el más en común? «La población más perjudicada fue las mujeres», y traza el perfil de mujer adulta, en torno a los 46 años, encargada de sus hijos, que no habían enfermado de covid ni fallecido, «pero no podían manejar su contexto, encargarse de todo y hacer malabares con la economía, que presentaba ansiedad, cambios de humor o la complicación de conflictos previos en la familia».



CESINE
centro universitario

Ser diferentes nos hace únicos

GRADOS OFICIALES Y DOBLES GRADOS EN
/ PUBLICIDAD, RELACIONES PÚBLICAS Y MARKETING
/ ADMINISTRACIÓN Y DIRECCIÓN DE EMPRESAS
/ PERIODISMO Y REDES SOCIALES

TÍTULOS SUPERIORES EN DISEÑO
/ MODA
/ INTERIORES
/ GRÁFICO

PRÁCTICAS PROFESIONALES / EXPERIENCIA INTERNACIONAL / PROFESORES QUE INSPIRAN

CESINE Centro Universitario Santander · 942 28 18 58 · info@cesine.com **CESINE.COM**

f i t y

CIFRAS DEL 15 DE MARZO

7.753

casos positivos de covid se notificaron el 15 de marzo: en Cantabria se notificaron 51 positivos.

292

fallecidos había en España. En Cantabria, la primera víctima fue el día 17, un hombre de 88 años.