

## Pos –Covid y Vida Laboral, Retorno a la Nueva Normalidad

Dr. Juan Manuel Chávez Escobedo<sup>1</sup>

Dr. Heriberto Gerardo Martínez De León<sup>2</sup>

Dra. Angélica Reyes Mendoza<sup>3</sup>

**Resumen.** La vida laboral, familiar y escolar ha sido afectada tras la pandemia que ha representado el COVID-19, las formas de visualizar el futuro, de trabajar, de estudiar y de convivir han sido cambiadas debido a esta situación que amenaza a la vida humana, el eventual y paulatino retorno a las actividades antes cotidianas como trabajar, estudiar, divertirse, salir a comer a un restaurante, pasear en las plazas públicas, asistir a eventos en teatros, entre otros se ha convertido en situaciones para algunos de alto riesgo por lo que aun representa en lo real y psicológico para gran parte de la población. Las pérdidas económicas y de personas han sido muchas en el planeta, y el retorno a la vida laboral se convierte en una odisea de cambios que tal vez ya serán parte de la nueva cotidianidad, en este trabajo se pretende reflexionar y colocar en relieve este tópico para su análisis crítico y reflexivo.

**Palabras clave.** Pos- COVID, Vida Laboral, Contemporáneo.

**Abstract.** Work, family and school life have been affected after the pandemic that COVID-19 has represented, the ways of visualizing the future, of working, of studying and of living together have been changed due to this situation that threatens human life, The eventual and gradual return to previously daily activities such as working, studying, having fun, going out to eat at a restaurant, walking in public squares, attending events in theaters, among others, has become situations for some of high risk due to that still represents in the real and psychological for a large part of the population. The economic and personal losses have been many on the planet, and the return to working life becomes an odyssey of changes that may already be part of the new daily life, in this work we intend to reflect and highlight this topic for critical and reflective analysis.

**Key Words.** Post-COVID, Work Life, Contemporary.

## Introducción

El presente tiene el propósito de propiciar una reflexión sobre el tema de los efectos pos covid-19 y su impacto en la vida laboral, estudiantil y cotidiana, ya que para algunas familias sobrevivientes a la enfermedad del covid-19 la vida ha cambiado y aún no terminan los cambios.

La vida como la conocíamos antes del covid 19 ya no está al cien por ciento entre nosotros, debemos recordar la frase: “Pienso, luego existo” en la llamada suma teológica obra excelsa de Descartes, autor y filósofo universal.

Hoy debemos pensar en nuestro porvenir y tomar en cuenta recomendaciones que ya deben estar incorporadas en nuestro modo de vida, tal es el caso de:

- Uso de cubre bocas por parte de oferentes sobre todo en los negocios de comida.
- Uso de cofia y guantes en negocios de comida
- Uso de ropa especial para cada labor como petos, guantes, mandiles, cofia, trajes, entre otros.
- Gafas, mascarilla o careta, casco, entre otros.

Todos los implementos que se usan en seguridad industrial están plenamente pensados para preservar la salud de las personas, así mismo con la aparición de covid 19, se deben incorporar medidas de seguridad para preservar la salud en lo referente a esta nueva enfermedad.

## **Metodología**

El presente artículo está circunscrito en el paradigma cualitativo, se hace uso de análisis reflexivo de carácter flexible y se plasma un sondeo de 5 ítems realizado a 100 estudiantes de la licenciatura en administración del último semestre de una escuela de negocios para ver su percepción sobre la temática mencionada, así mismo se comenta un caso de 3 personas con síntomas pos covid19.

## **Desarrollo**

Este tema y ejercicio reflexivo es relevante; puesto que su análisis a la luz del mundo contemporáneo se justifica en el sentido de la interpretación del texto, análisis y comentarios reflexivos que pretenden colocar de relieve la vida después de la pandemia que provocó el covid 19.

La vida es lo más preciado que tiene el ser humano, y la calidad de vida es una condición importante para tener un equilibrio y desarrollo armónico.

La praxis de nuestro modo de vida y las acciones conducentes que se van implementando desde las élites del poder como gobiernos, empresas, corporaciones entre otros, deben ir encaminadas a la preservación de la sociedad y la salud humana.

Las personas son o deben ser el eje central de cualquier sistema político, económico y social que se desarrolle en cualquier momento de la historia, por ello es necesario que se establezcan normas permanentes como el uso de cubre bocas obligatorio en atención al cliente, y toda industria de alimentos, farmacéutica y de contacto con personas como maestros, secretarias, áreas de

recepción en las empresas, gobierno, hospitales, organizaciones no gubernamentales entre otras.

A medida que se reducen los riesgos de contagio de la enfermedad del Covid-19 se reduce el estrés laboral que se genera por el temor al contagio y a sus consecuencias en la salud.

### **Sondeo de 5 ítems a estudiantes de último semestre de nivel licenciatura**

#### Cuestionario

1- ¿Conoce la enfermedad covid 19?

SI-----NO

2- ¿Conoce el término de seguridad anti-covid?

SI-----NO

3- ¿Conoce efectos pos-covid 19?

SI-----NO

4- ¿Considera que México debe aumentar las medidas de seguridad anti covid 19?

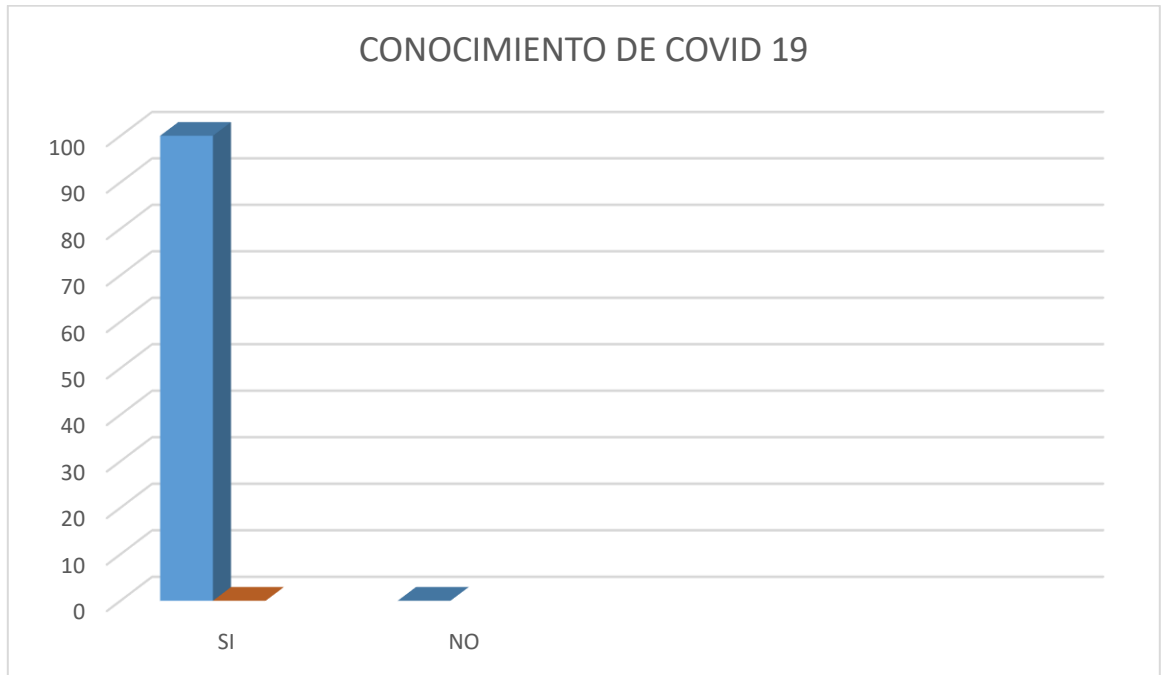
SI-----NO

5- ¿Estaría de acuerdo en que las empresas mexicanas ofrecieran apoyos pos-covid 19?

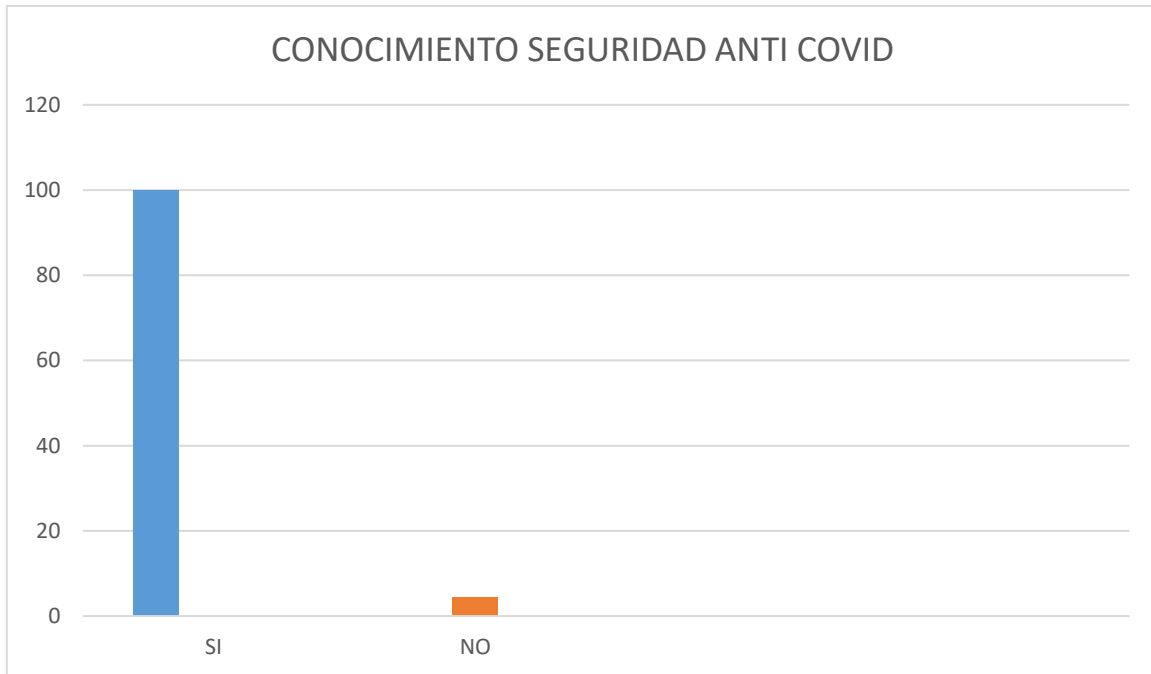
SI-----NO

## Resultados

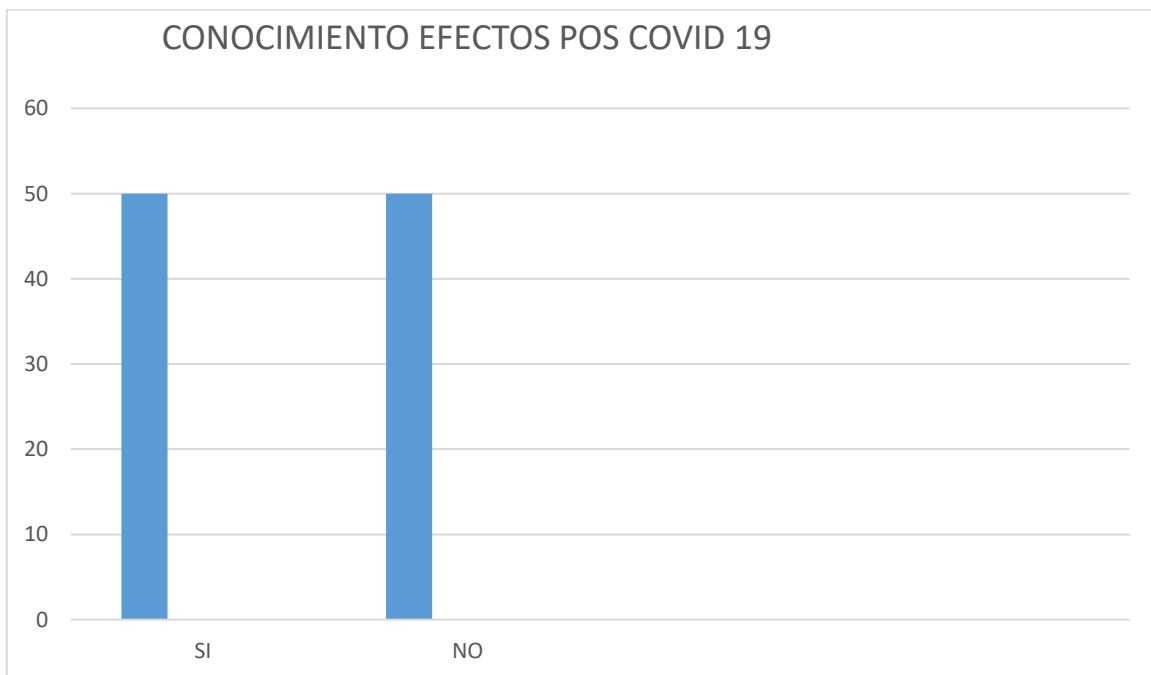
Se plasman las gráficas correspondientes a los resultados de cada ítem.



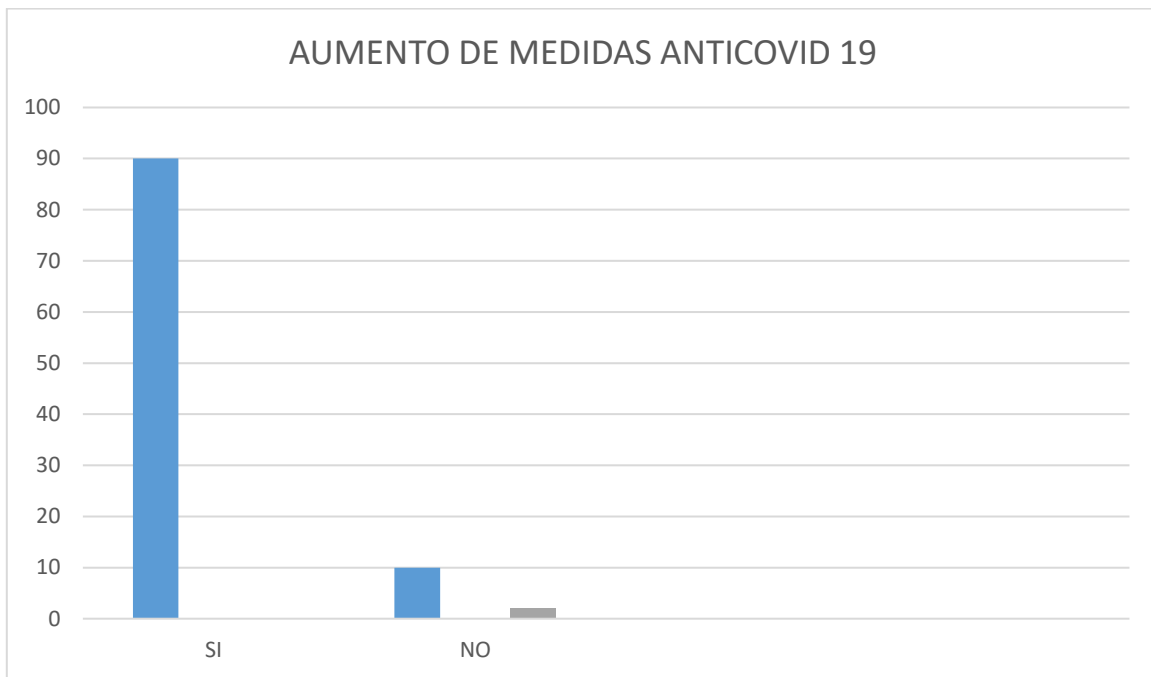
Como se observa en la grafica anterior, el 100% de los encuestados conoce la enfermedad del covid-19.



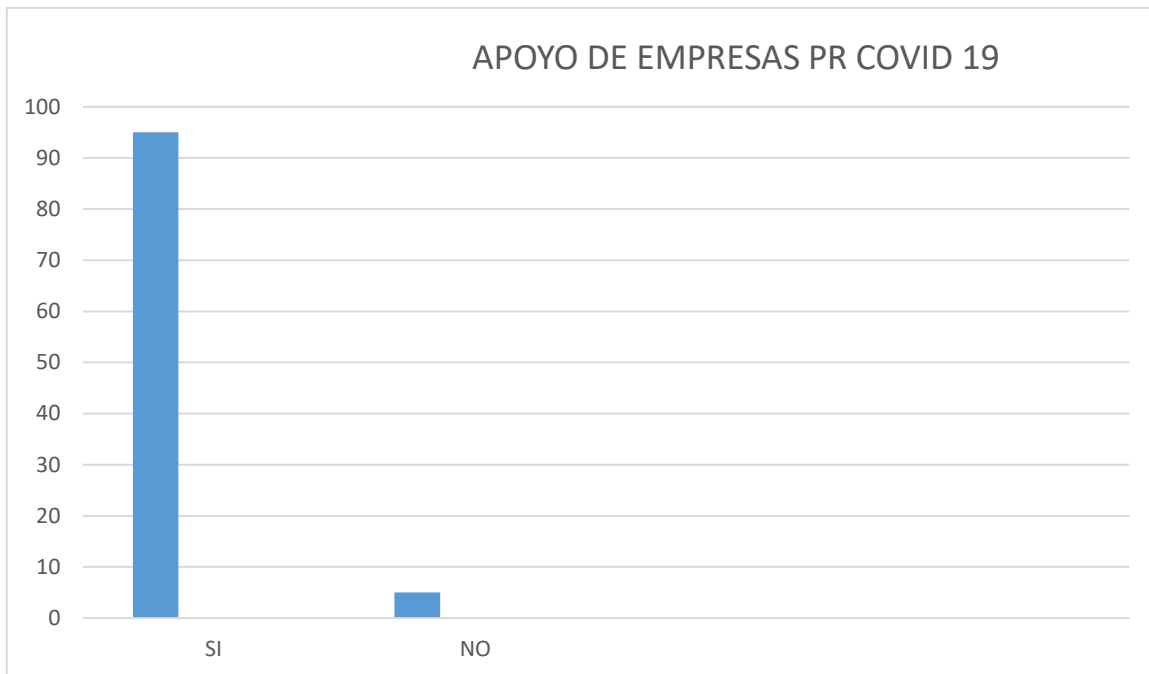
Como se aprecia en la gráfica anterior el 100% de los encuestados conocen el término de seguridad anti covid.



La grafica anterior muestra que el 50% de los encuestados conoce los efectos pos covid-19 y el otro 50% no los conoce, esto es muy interesante, puesto que el 50% que dice conocerlos, es porque presentó síntomas pos covid y el otro 50% restante no presento síntomas pos covid de manera aparente.



En la gráfica anterior se observa que 90 % de los encuestados considera que México debe aumentar las medidas anti covid y sólo el 10% considera que no, puesto que cree que con la vacunación terminara el riesgo.



En la gráfica anterior el 95% de los encuestados considera que las empresas deben otorgar apoyos pos covid 19 y sólo el 5% considera que no es conveniente puesto que representaría una carga económica para el empresariado.

Es pertinente mencionar que a toda acción corresponde una reacción como se ve en física, y esto aplica también a los humanos y a su salud, por ende debemos ser cautos y saber que pueden existir efectos pos covid 19 y que nuestra salud es lo más importante, pues teniendo salud podemos vivir mejor, trabajar, estudiar, ser productivos en la sociedad.

En cuanto a los síntomas pos covid se menciona el caso de 3 miembros de la familia de uno de los autores de este trabajo, que experimentaron por un año ciertos síntomas pos covid 19, y que estuvieron bajo supervisión médica particular para monitorearlos y reforzar su sistema inmunológico principalmente.



Síntomas pos covid-19 experimentados.

<b>Fatiga crónica</b>
<b>Tos</b>
<b>Dificultad para respirar</b>
<b>Insomnio</b>
<b>Dolor de pecho o abdomen</b>
<b>Diarrea</b>
<b>Nausea</b>
<b>Dolor de cabeza y cuerpo</b>

La experiencia de estas personas que son de un mismo núcleo pone de relieve que si existen síntomas pos covid 19 que pueden extenderse a meses después de haber vencido la enfermedad, En su intervención en la sede de la ONU en Ginebra, la doctora Janet Díaz, jefa de gestión clínica de la agencia de la ONU, explicó que los síntomas que pueden presentarse después del covid-19 incluyen: fatiga, dificultad para respirar, disfunción cognitiva, pero también otros que generalmente repercuten en el funcionamiento cotidiano.

“Los síntomas pueden ser de nueva aparición, tras la recuperación inicial de un episodio agudo; o bien, pueden persistir desde el inicio de la enfermedad. Además, los síntomas también pueden fluctuar o puede haber recaídas con el tiempo”. (Díaz 2021).

## Definición de condición Pos-Covid19

“La afección pos-COVID-19 se produce en individuos con antecedentes de infección probable o confirmada por el SARS-CoV-2, generalmente tres meses después de la aparición del COVID-19 con síntomas que duran al menos dos meses y que no pueden explicarse por un diagnóstico alternativo. Los síntomas más comunes son la fatiga, la dificultad para respirar y la disfunción cognitiva, pero también se pueden dar otros síntomas que suelen repercutir en el funcionamiento cotidiano del enfermo. Los síntomas pueden ser de nueva aparición, tras la recuperación inicial de un episodio agudo de COVID-19, o pueden persistir desde el inicio de la enfermedad. Los síntomas también pueden fluctuar o puede haber recaídas con el tiempo. Para los niños, puede ser aplicable otra definición”(ONU, 2021).

Con estas bases médicas debemos recordar que la vida laboral es trascendente para los seres humanos, es parte de la humanidad y por ello debemos generar condiciones que garanticen seguridad laboral ante el covid-19 y otras posibles enfermedades que acechan a la humanidad como lo es la viruela del mono, el dengue, entre otros, las medidas que se implementan en las organizaciones generan cultura de prevención y cuidado, algo necesario en nuestros días.

## **Comentarios finales y conclusiones**

Desafortunadamente el capítulo del COVID-19 no se ha cerrado aún, y es que a la luz de una eventual salida de la pandemia, se observa todavía en este año 2022 que hay secuelas de esta enfermedad, es decir la normalidad ansiada no llega, en su lugar esta una nueva normalidad, una que aunque no nos guste, es

la que enfrentaremos día a día, y hoy corremos un riesgo enorme si pensamos que por estar vacunados ya no es necesario el uso de gel, cubre bocas, desinfectante, entre otros.

El riesgo de contagios está latente y nuestro organismo debe estar fuerte para soportar embates de infecciones, nuestro sistema inmunológico debe fortalecerse con diversas acciones como alimentación sana, horas de sueño suficientes, hábitos de higiene y salud personal como lavado de dientes, manos, ropa entre otros además de mantenernos activos con algo de ejercicio en medida de lo posible y con una constante revisión médica.

La vida laboral sigue como también la familiar, religiosa, cívica entre otras, debemos seguir y lograr nuestros sueños con acciones bondadosas, firmes, lícitas y constantes para ser personas plenas y felices.

---

### **Fuentes de Información**

Bernal Torres César. (2016). Metodología de la Investigación. Colombia. Pearson.

Jiménez Henry et al, (2020). La Emergencia Sanitaria COVID-19 a la Luz de la Emergencia Climática. Colombia. Heinrich.

Tamayo Tamayo Mario. (2014). El Proceso de la Investigación Científica. México. LIMUSA

Fuente consultada el 30 de marzo de 2022 disponible en:

<https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/coronavirus/in-depth/coronavirus-long-term-effects/art-20490351>

Fuente consultada el 11 de septiembre de 2022 disponible en:

<https://www.elfinanciero.com.mx/salud/2022/07/13/en-que-consiste-la-tos-post-covid-y-como-curarla/>

Fuente consultada el 12 de septiembre de 2022 disponible en:

<https://www.elfinanciero.com.mx/salud/2022/06/14/tienes-alteraciones-del-sueno-postcovid-la-unam-te-orienta-a-traves-de-un-estudio/>

Fuente consultada el 12 de septiembre de 2022 disponible en:

<https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/long-term-effects/index.html>

Fuente Consultada el 20 de septiembre de 2022 disponible en:

<https://news.un.org/es/story/2021/10/1498072>

---

## **Sobre los Autores**

### **Juan Manuel Chávez Escobedo**

Es Ingeniero Comercial, Licenciado en Administración, Licenciado en Educación Media con Especialidad en Física y Química. Maestro en Dirección de Instituciones Educativas, Maestro en Relaciones Industriales, Doctor en Educación y Candidato a Doctor en Administración. Es Maestro Investigador en la Universidad Autónoma de Nuevo León. Maestro Certificado por ANFECA en Administración, Líder del Cuerpo Académico en Consolidación “Innovación Educativa y Ciencias Administrativas”, Cuenta con Perfil Deseable Otorgado por la Secretaría de Educación Pública en México.

ORCID: 0000-0002-7094-2082

Correspondencia: juandoctor17@gmail.com

**Heriberto Gerardo Martínez De León**

Es Licenciado en Informática Administrativa, Maestro en Administración de Empresas y Doctor en Contaduría. Es Maestro Investigador en la Universidad Autónoma de Nuevo León. Es miembro del Cuerpo Académico en Consolidación: “Innovación Educativa y Ciencias Administrativas”, Es coautor de artículos publicados en revistas arbitradas e indexadas.

**Angélica Reyes Mendoza**

Es Licenciada en Administración de Empresas, Maestra en Administración y Doctora en Contaduría, Es Maestra Investigadora en la Universidad Autónoma de Baja California. Es Líder del Cuerpo Académico “Administración y Gestión de Proyectos”, Cuenta con Perfil Deseable otorgado por la Secretaría de Educación Pública en México, Ha publicado artículos de autoría y coautoría en revistas arbitradas e indexadas.