

**LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y
Humanidades, Asunción, Paraguay.**

ISSN en línea: 2789-3855, marzo, 2025, Volumen VI

**“Se hizo lo que se pudo”: experiencias de
vinculación emocional de parejas no
cohabitantes durante el confinamiento por
Covid-19 en la Ciudad de México**

**“We did what we could”: experiences of emotional bonding
among non-cohabiting couples during the Covid-19
lockdown in Mexico City**

Natalia Tenorio Tovar

natalia.tenorio@politicas.unam.mx

<https://orcid.org/0000-0002-3727-9848>

FCPyS, Universidad Nacional Autónoma de México
Ciudad de México – México.

DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v6i2.3668>

Artículo recibido: 11 de marzo de 2025.

Aceptado para publicación: 24 de marzo de 2025.

Conflictos de Interés: Ninguno que declarar.


Redilat
Red de Investigadores
Latinoamericanos

NÚMERO

DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v6i2.3668>

“Se hizo lo que se pudo”: experiencias de vinculación emocional de parejas no cohabitantes durante el confinamiento por Covid-19 en la Ciudad de México

“We did what we could”: experiences of emotional bonding among non-cohabiting couples during the Covid-19 lockdown in Mexico City

Natalia Tenorio Tovar

natalia.tenorio@politicas.unam.mx

<https://orcid.org/0000-0002-3727-9848>

FCPyS, Universidad Nacional Autónoma de México
Ciudad de México – México.

Artículo recibido: 11 de marzo de 2025. Aceptado para publicación: 24 de marzo de 2025.

Conflictos de Interés: Ninguno que declarar.

Resumen


El objetivo principal de esta investigación fue el análisis de las experiencias y dinámicas de interacción de parejas no cohabitantes en la Ciudad de México durante el confinamiento por la pandemia de Covid-19. A partir de un enfoque sociológico se reflexionó sobre las historias de las parejas, las decisiones sobre cómo enfrentar el distanciamiento social y los desafíos, retos y reconfiguraciones que planteó la no cohabitación. Para lograr el objetivo, se realizó un estudio cualitativo que utilizó la aplicación de entrevistas a profundidad como forma de recolección de los datos. Se entrevistó a cuatro personas, dos hombres y dos mujeres, de una edad promedio de 33 años al inicio del confinamiento, con un nivel de estudios de licenciatura. Se muestran las interacciones en las cuales las parejas construyeron un vínculo emocional y las estrategias que utilizaron para lograrlo.

Palabras clave: no cohabitación, interacción, distanciamiento, proximidad, vinculación afectiva, relación a distancia

Abstract

The purpose of this research was to analyse the experiences and interaction dynamics of non-cohabiting couples in Mexico City during the confinement due to the Covid-19 pandemic. A sociological approach was used to reflect on the couples' histories, their decisions on how to deal with social distancing and the challenges and reconfigurations of non-cohabitation. To achieve the objective, a qualitative study was conducted using in-depth interviews as a form of data collection. Four people were interviewed, two men and two women, with an average age of 33 years at the beginning of the confinement, with a bachelor's degree. The interactions in which the couples built an emotional bond and the strategies they used to achieve it are shown.

Keywords: non-cohabitation, interaction, distancing, proximity, bonding, distant relationship

Todo el contenido de LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, publicado en este sitio está disponibles bajo Licencia Creative Commons. 

Cómo citar: Tenorio Tovar, N. (2025). "Se hizo lo que se pudo": experiencias de vinculación emocional de parejas no cohabitantes durante el confinamiento por Covid-19 en la Ciudad de México. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades* 6 (2), 851 – 876.
<https://doi.org/10.56712/latam.v6i2.3668>

INTRODUCCIÓN

Desde comienzos del 2020 en distintas regiones del mundo, los expertos en epidemiología y las autoridades nacionales señalaron al distanciamiento social como una de las prácticas más efectivas para disminuir la velocidad de propagación del virus Covid-19. Aunque los datos sobre la mortalidad del virus eran variables, lo que se temía era, en su momento, el aumento repentino del número de enfermos de gravedad que necesitarán cuidados hospitalarios y cuidados intensivos, lo cual pondría una enorme carga sobre los sistemas de salud, ya en situación precaria antes del brote y la declaración de pandemia.

El distanciamiento social se planteó entonces como el factor más importante para el control del brote del virus y la propagación, ante la imposibilidad de modificar el comportamiento biológico del virus o la susceptibilidad de los individuos. Ante el Covid-19, la disminución del número y la duración del contacto físico con otras personas marcó la primera etapa de acción (BBC News, 2020) ya que había evidencia científica de que la interacción social y las formas de movilidad eran el principal factor para la proliferación de enfermedades altamente contagiosas (Valle y Chavarría, 2021).

Ante esto, y después de declarada la situación de pandemia, la OMS (2020) emitió una política de socialización a distancia que permitiera dar cierta continuidad a las actividades sociales, económicas y políticas en los diferentes países. Lo que tuvo un efecto no solo en la dinámica de propagación del virus, sino en las dinámicas de la vida social en general (Valle y Chavarría, 2021, p. 2).

Las primeras prohibiciones en la Ciudad de México se observaron desde la segunda quincena de marzo del 2020, en lo que se conoció como la Jornada Nacional de Sana Distancia, referentes a la cancelación de eventos de mas de mil personas, las audiencias públicas, el reforzamiento de una unidad de Sanidad Internacional en el Aeropuerto Internacional de la Ciudad de México y las medidas de limpieza y desinfección del transporte público. El 20 de marzo se suspendieron los trámites presenciales y el 22 de marzo se anunció el cierre temporal de las actividades y establecimientos, que buscaba una reducción significativa de los trabajadores que no realizaban una actividad sustantiva. El 23 de marzo se suspendieron negocios y actividades como museos, gimnasios, iglesias, cines, teatros, zoológicos, bares, salones de fiestas, y todos los eventos públicos de más de 50 personas (Gobierno de la Ciudad de México, s.f.).

Parte de las recomendaciones de la Jornada Nacional de Sana Distancia trataban no solo del distanciamiento social y la realización de la mayor parte de las actividades a distancia, sino del distanciamiento físico que debían observar los cuerpos que se encontraban en presencia física, como el saludo a distancia, la evitación del contacto físico, la sugerencia de dejar por lo menos un metro y medio entre persona y persona en cualquier situación social (Gobierno de México, 2020).

En México y muchos otros lugares del mundo se adoptó rápidamente el distanciamiento social, que abrió una serie de preguntas y reflexiones sobre cómo se desarrolla la proximidad y la distancia en términos físicos tanto simbólicos. Desde una mirada sociológica relacional podemos mirar a la sociedad como una “constelación de relaciones en constante transformación, que trazan diversas proximidades y distancias” (Cantó-Milá, 2021, p.76), en donde la distancia y la proximidad se pueden observar en un eje temporal, en un sentido físico-espacial y en un sentido de la afectividad sostenida durante dichas proximidades y distancias. Durante el confinamiento observamos relaciones y vínculos “caracterizadas por su presencia en nuestro horizonte mental, habitual y disposicional, estén o no en una proximidad espacio-temporal” (Cantó-Milá, 2021, p. 77).

Durante el tiempo que duró el aislamiento social en México se pudo observar que las personas no dejaron de comunicarse y que más bien asimilaron nuevas herramientas y medios para la interacción

social y la “nueva normalidad”¹ ocasionó un cambio en las formas y los modos de socialidad en la sociedad mexicana (Valle y Chavarría, 2021, p. 5).

Este cambio en la socialidad también reveló la capacidad de adaptación de las personas y las parejas frente a circunstancias inesperadas. A pesar de la interrupción que supuso el confinamiento, la necesidad de interacción y la necesidad de mantener lazos sociales impulsaron a las personas a utilizar la tecnología como un medio de comunicación para llevar a cabo interacciones. De esta manera, el proceso de significación no solo se preservó, sino que se transformó permitiendo a las personas nuevas formas de conexión que, a pesar de las restricciones, siguieron siendo relevantes para sus contextos. El proceso de significación de los mensajes encontró, en un momento adverso como aquel propiciado por la Covid-19, un camino para mantener vigentes los procesos de comunicación (Valle, 2021, citado por Valle y Chavarría, 2021).

El objetivo principal de esta investigación es el análisis de las experiencias y dinámicas de interacción de parejas no cohabitantes en la Ciudad de México durante el confinamiento por la pandemia de Covid-19. A partir de un enfoque sociológico que pone el énfasis en la interacción, se reflexiona sobre la historia de la relación de pareja y las condiciones particulares en las que llegan al confinamiento; la noticia del confinamiento y las decisiones sobre cómo enfrentar; los desafíos que les plantean la no cohabitación; y sobre las diferencias en el seguimiento de las normas de distanciamiento social. Todo esto en un periodo de dos años (2020 y 2021), para entender cómo es que las personas lograron una vinculación afectiva significativa, manteniendo la idea de que son una unidad, a pesar de la separación física y los retos presentados en una época de crisis e incertidumbre sin precedentes.

Se parte de la premisa de que la separación física y el aislamiento social afectaron la vinculación afectiva e las personas, modificando sus dinámicas de interacción, los medios por los cuales era posible la comunicación, la idea de presencia y distancia emocional, así como la gestión de emociones como el miedo y la incertidumbre (Suárez y Durand, 2021). En este sentido, comprender cómo las parejas que no cohabitaron durante el confinamiento se vinculan afectivamente y enfrentaron los retos de la distancia física, en un contexto de aislamiento forzado, que permite entender las adaptaciones de las relaciones afectivas en la actualidad.

Si bien el análisis de las relaciones afectivas desde las ciencias sociales no es nuevo y ha cobrado relevancia en las últimas décadas, la reflexión sobre las relaciones de pareja no cohabitantes es un poco más reciente. Muchos de estos estudios reflexionan sobre las estrategias y herramientas que las parejas utilizan para sobrellevar la distancia física, así como los medios por los cuales se comunican. Por ejemplo, Ceberio et. al. examinaron la formación de parejas durante el aislamiento encontrando que un alto porcentaje de las personas encuestadas habían iniciado y mantenido relaciones afectivas, adaptándose a los desafíos experimentados en la crisis sanitaria con un nivel de satisfacción alto (2024).

Por otro lado, Rodríguez y Rodríguez (2020) indagaron sobre los cambios en la intimidad de las parejas en Guadalajara destacando que los cambios fueron más fuertes en las parejas de jóvenes, las que tenían menos de un año de relación y aquellas que, debido al confinamiento, funcionaron como parejas a distancia. Cabe mencionar que la herramienta de recolección de los datos fue la Encuesta virtual acerca de las relaciones de pareja en el contexto de pandemia por Covid 19, que analiza las relaciones de pareja a dos meses de iniciado el confinamiento. La presente investigación aporta, además del

¹ La nueva normalidad implicó que la ciudadanía incorporara nuevas formas de socialidad a distancia, por ejemplo, por medio del traslado del 60% de las interacciones sociales presenciales a modelos de interacción a distancia, como la educación, los trámites gubernamentales, las actividades fiscales, el comercio, el trabajo, las relaciones familiares, la religión entre otras (SEGOB, 2020).

análisis de las variables antes mencionadas, una visión temporal distinta, ya que las entrevistas que se realizaron recopilan información de todo el confinamiento.

A nivel internacional, la investigación editada por Requena y Ayuso (Alonso et. al., 2022), realizada en España, se enfocó en la gestión de la intimidad por medio de herramientas digitales, observando que, si bien la tecnología facilitó la comunicación y permitió mantener la cercanía emocional, también favoreció la dependencia de la conectividad para sostener las relaciones. El libro, compuesto por 13 capítulos de diferentes autoras y autores, no trata el tema del confinamiento por Covid-19 ni la formación y mantenimiento de la intimidad por medio de las herramientas tecnológicas durante la crisis sanitaria.

METODOLOGÍA

Se realizó un estudio cualitativo desde una perspectiva sociológica relacional que pone el énfasis en las situaciones de interacción² de parejas no cohabitantes durante el confinamiento por Covid-19 en México (2020 y 2021).

Los casos presentados se apoyan en el concepto de ejemplo³ desarrollado por Agamben (1996, p. 13-14), y utilizado en otras investigaciones de corte cualitativo (Cantó-Milá et. al., 2021; D'Angelo, 2018; Pérez, 2015; Martínez y Gómez, 2020). El ejemplo en este contexto enfatiza la importancia de las experiencias particulares como hecho significativo para extrapolarlo a otras singularidades; se parte del dato empírico que resulta revelador e interesante para otros casos que compartan similitudes. La aportación teórica sobre las transformaciones y ajustes de los vínculos de pareja durante el Covid-19 se ven complementados con incursiones en el capó que permiten nutrir las observaciones y las categorías teóricas.

Para lograr el objetivo planteado, se realizó una entrevista a profundidad a cuatro personas, acerca de sus relaciones afectivas durante el confinamiento. Las personas entrevistadas fueron dos hombres y dos mujeres, con una edad promedio de 33 años al momento del confinamiento, con nivel de estudios de licenciatura. Sobre el tipo de relación que sostenían encontramos un matrimonio, dos relaciones de noviazgo y una relación definida como no formal.

Los criterios de inclusión fueron personas mayores de edad que hubieran mantenido una relación de pareja durante los años 2020 y 2021, que fuera no cohabitante, y que definieron como una relación de significancia emocional. Quedaron excluidas las personas menores de edad, que tuvieran una relación de pareja cohabitante, las personas extranjeras, y las personas que no residieron en la Ciudad de México.

Una vez realizadas las entrevistas, que tuvieron una duración media de 2 horas, se transcribió la información y se construyó una base de datos para la organización de las categorías. Dicha base se elaboró a partir de la información obtenida sobre la relación de pareja, la comunicación por medios

² La interacción se reconoce como “la influencia recíproca de un individuo sobre las acciones del otro cuando se encuentran ambos en presencia física inmediata. Una interacción puede ser definida como la interacción total que tiene lugar en cualquier ocasión en que un conjunto dado de individuos se encuentra en presencia mutua continua” (Goffman, 2006, p. 27). Las interacciones que estudia Goffman sólo suceden en situaciones sociales y en copresencia mutua; las interacciones analizadas en el presente texto incluyen aquellas que se realizan en presencia física directa, así como aquellas mediadas por la tecnología.

³ El concepto de ejemplo es para Agamben una forma de escapar de la antinomia entre lo universal y lo particular, específicamente en cómo las palabras transforman la singularidad de una categoría más amplia. El ejemplo, aunque referido a algo en particular, puede representar a todos los elementos que estén en la misma categoría. Es una singularidad que sirve para ilustrar un concepto en general. “Un concepto que escapa a la antinomia entre el universal y el particular y que resulta siempre familiar: eso es el ejemplo. En cualquier ámbito que haga valer su fuerza, lo que caracteriza al ejemplo es justo que vale para todos los casos del mismo género y, en conjunto, incluso entre ellos” (Agamben, 1996, p. 13).

electrónicos, las decisiones sobre cómo pasar el confinamiento, los desafíos y retos de la no cohabitación, la interacción a distancia y la afectividad y sus mecanismos de proximidad emocional.

Se hizo una búsqueda intencional de personas que cumplieran con los criterios de inclusión y los participantes fueron contactados por bola de nieve. Accedieron a la entrevista mediante consentimiento informado y de manera voluntaria, permitiendo el uso de información que no pone en riesgo su anonimato e integridad.

DESARROLLO

Relaciones de pareja y relaciones de pareja no cohabitantes

Las relaciones de pareja son conceptuadas como relaciones afectivas en las que la interacción y el vínculo entre las personas que la conforman están fundamentadas en el reconocimiento del amor y en la voluntad de construir un proyecto en común, no siempre formal ni duradero, pero que reconoce a la pareja como una forma específica. La relación de pareja, o el estar en relación, se refiere a “la existencia de un hilo” entre dos o varias personas, “que existe cuando los sujetos participan con su existencia” en dicha relación, enmarcados en “una forma social, unas reglas que de forma estricta o laxa condicionan el juego social” (Cantó-Milá et. al., 2021, p. 79).

Las relaciones de pareja señalan la interdependencia que existe entre dos personas que encadenan una serie de orientaciones recíprocas y que se organizan en interacciones por medio de encuentros. La pareja actúa como una unidad, un equipo según Goffman⁴, que construye expectativas y obligaciones, asume roles y realiza rituales románticos para expresar el afecto y sacralizar la unión (Tenorio, 2013).

La cohabitación es solo una de varias formas de organización de la pareja. En el mundo contemporáneo, algunos fenómenos sociopolíticos como la migración, movimientos poblacionales más cortos o el emparejamiento de personas que ya vivían en otra ciudad o país, etc. impiden que las parejas residan en la misma ciudad o casa. También hay parejas que deciden no cohabitar por otros factores, como la búsqueda de independencia personal, la valoración de la autonomía o el deseo de mantener un espacio propio dentro de la relación.

Las parejas no cohabitantes, más comúnmente llamadas parejas a distancia, son aquellas que, debido a distintas circunstancias como las oportunidades laborales, los estudios académicos, diferentes motivos familiares o proyectos personales de diferente índole, viven en lugares geográficamente separados y se reúnen cada cierto tiempo, por ejemplo, durante el fin de semana o las vacaciones, para luego separarse de nuevo (Pistole et. al., 2020, p. 536).

El vínculo se caracteriza porque los “miembros viven una parte o la mayor parte del tiempo separados geográficamente los unos de los otros, pero que son capaces de crear vínculos en los que sus integrantes se sienten parte de una unidad y perciben su bienestar desde una dimensión colectiva a pesar de la distancia física” (Micolta y Escobar, 2008:23 citado por Bravo y Serrano, 2011).

La separación física entre los amantes los lleva a enfrentar una serie de sentimientos y situaciones que pueden tanto dificultar cómo facilitar la aspiración de acercamiento emocional de la pareja. El temor-seguridad, incertidumbre-certidumbre, ansiedad-calma son duplas sentimentales asociadas a la

⁴ Goffman define como equipo al “conjunto de individuos que cooperan para representar una rutina determinada” (2006, p. 90) en el que observa por un lado el individuo y su actuación, y por el otro el conjunto total de la interacción compuesta por los demás participantes. Es la cooperación íntima de más de un participante (Goffman, 2006, p. 88) para propiciar un “efecto general del equipo satisfactorio” (Goffman, 2006, p. 89), por medio de mostrar actitudes y opiniones favorables para mantener una impresión deseada (Tenorio, 2013, p. 17-18).

experiencia de confianza o desconfianza que son fundamentales para crear y mantener relaciones interpersonales (Sevillano y Escobar, 2011, p. 2). Si bien todas las parejas enfrentan estrés al tratar de mantener sus relaciones, las relaciones a distancia enfrentan estresores específicos como son los gastos extras por los viajes, y las interrupciones relacionales debidas a éstos. Además, enfrentan otros estresores como son la separación, las tensiones producidas por los viajes y los costos de los mismos (Pistole et. al., 2010, p. 538).

Uno de los factores que tiene relevancia para las relaciones de pareja en general, y en el caso de las relaciones a distancia de manera específica, es el tema de la confianza/desconfianza en la mantención del vínculo afectivo. La confianza en el otro, y en su interés en mantener la relación, es fundamental ya que la relación misma depende de la cooperación. No es solamente la confianza en el sentido de la honestidad o la profundidad de los sentimientos, sino el manejo de la confianza depositada en la permanencia de la actuación como pareja.

En este sentido, aún las parejas que no mantienen un compromiso sólido y una relación estable, se definen a sí mismos en términos de "familiaridad", una lealtad hacia la pareja y sus miembros (Goffman, 2006). Castilla del Pino señala que "en toda interacción hay un momento en que se ha de apostar por la confianza, bien al comienzo o con posterioridad. Si no es así, la interacción se interrumpe apenas iniciada, porque el sujeto no tolera el exceso de incertidumbre que la interacción le suscita" (2000, p. 326).

Los vínculos entre las personas que forman una pareja exigen, en este sentido, confianza y compromiso con la interacción, elementos esenciales que permiten establecer una conexión a lo largo del tiempo. Para fortalecer esta conexión, las personas implementan conductas, acciones y estrategias específicas para demostrar el afecto y garantizar la continuación de la relación.

Desde esta perspectiva, las parejas que no cohabitaron durante la pandemia enfrentaron el desafío de reorganizar el vínculo afectivo en un esquema de alternancia entre períodos de copresencia y separación. Las relaciones se configuraron en dos espacios que se intercalan, lo que obligó a las personas a desarrollar estrategias de interacción que trascendiera la presencia física. Como señalan Cantó-Milá et.al. (2021), las interacciones no pueden conceptualizarse de forma binaria (copresencia o no copresencia), sino que deben entenderse a partir de la frecuencia y la intensidad movilizada para posibilitar dicha interacción.

En este proceso, la continuidad de la relación depende en gran medida de la capacidad de las personas para establecer acuerdos sobre la forma en la que se mantendría el vínculo a distancia, en un proceso de negociación constante. Sager (2012) llama el contrato de la interacción a la negociación, que se lleva a cabo tanto explícita como implícitamente, en la que las personas que componen una pareja realizan los acuerdos, pactos, lo común y sus expectativas en torno a lo que consideran que es y debe ser una pareja. La pareja constituye mediante este contrato, y a lo largo de las interacciones sostenidas, un vínculo que constituye una relación significativa en la que cada uno se encuentra emocionalmente implicado.

En este sentido, señala el autor, cuando dos parejas se unen para formar un vínculo, "una nueva unidad social", la nueva unidad no se conforma con "la suma de las dos personalidades, con sus respectivas necesidades y esperanzas, sino una entidad nueva y cualitativamente distinta: el todo difiere de las partes" (Sager, 2009, p. 39). Como consecuencia de esto, y de que la pareja puede considerarse una unidad distinta de los dos individuos involucrados en su formación, es necesario redefinir y aclarar de manera continua los objetivos y alcances de la relación (Sager, 2009, p. 41).

Este contrato de interacción es el pacto entre dos personas, que da forma a una experiencia relacional subjetiva, en la que se imbrican fenómenos psicológicos, sociales, culturales. La pareja constituye una

nueva forma de vínculo social, una unidad diferenciada, que implica a las dos subjetividades y lo común que las vincula (Bravo y Serrano, 2011), en un determinado contexto, y modulando sus interacciones según el sexo, el género, la raza, la edad, entre otras.

Comunicación y expresiones de afecto mediadas por la tecnología

Existen muchas formas de manifestar el amor y de constituir relaciones de pareja fuera de las normas tradicionales. Durante el confinamiento por Covid-19 observamos que las tecnologías de comunicación brindaron nuevas formas de interacción a un bajo costo y con mayor facilidad, permitiendo que las relaciones afectivas se llevarán a cabo en encuentros que no dependían del cara a cara, dando paso a nuevas formas de relacionarse.

Estas herramientas tecnológicas funcionaron para realizar tareas y actividades que se acostumbraba hacer en la presencialidad y ayudaron a las personas a mantener o emprender relaciones afectivas. Específicamente en esta investigación nos centramos en lo que Builes (2019) llama “la chispa del amor” refiriéndose a todas las herramientas que tienen el propósito de permitir y apoyar la interacción amorosa y sexual en la virtualidad, que mayormente se basan en la comunicación como método para lograr la cercanía.

Las relaciones de pareja y el riesgo que enfrentan ante la carencia de contacto físico e intimidad, recurrir a diversos instrumentos para planificar la regularidad, la planificación, la comunicación y la fiabilidad (Suárez y Durand, 2021, p. 60). Las personas dependen de medios electrónicos para sostener la socialidad, que funcionan en tiempo real para compartir experiencias personales, información y emociones.

Si bien algunas autoras (Illouz, 2007; Eguiluz, 2014) han planteado que las relaciones llevadas a cabo por medios electrónicos descorporizan el encuentro con la otra persona y aumenta la instrumentalización de la experiencia romántica, transformando la experiencia de contacto e intimidad, como si fuera un producto del mercado, debilitando la profundidad de los lazos en las relaciones, este tipo de relación también puede generar cercanía y conexión, aún en la distancia física, acercando a las personas en una experiencia emocional compartida, tal como lo muestran los resultados de este estudio.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Historias de las parejas

En este apartado se presenta a las y los entrevistados, así como algunos datos generales sobre su relación de pareja. Así mismo, se describen sus primeras reacciones ante el anuncio del virus, la declaración de pandemia y las medidas de aislamiento social.

Arturo, estudiante universitario de 22 años, novio de Dalia, estudiante de otra licenciatura de la misma Universidad. Se conocieron tiempo antes de iniciar una relación de noviazgo, misma que inició después de tres citas sostenidas entre febrero y principio de marzo de 2020. Después de esa última cita presencial “anunciaron la cuarentena”:

“En ese lapso no había clases, porque ya había tema de que se iban a suspender porque ya había casos, como por precaución, pero todavía no era obligatoria. Para mí fue bien raro porque llevaba yo como 2 años soltero, no sabía cómo volver a tener una relación. Fue extraño, además en ese entonces no dimensionábamos que iba a durar tanto tiempo” (Arturo).

La relación de noviazgo de Arturo y Dalia empezó en marzo de 2020 y terminó en abril de 2021.

Elena, ingeniera química, conoció a su pareja cuando era estudiante universitaria. Empezaron un noviazgo en 2006 y se mudaron juntos a Singapur en el 2014, cuando a él le ofrecieron un trabajo en dicha ciudad. Debido a las políticas migratorias, que solo permitían su entrada al país en calidad de esposa, decidieron casarse por el civil ese mismo año.

En Singapur se desempeñó como maestra de español y perfeccionó su manejo del inglés, mientras su esposo se desempeñaba como ingeniero metalúrgico. En el 2019 trasladan su trabajo a Taiwán y lo convierten para él en un trabajo remoto. Elena trataba de adaptarse a la cultura tomando clases de chino. En diciembre de 2019 viaja a la Ciudad de México para pasar navidad con su familia, se entera que está embarazada, y tiene que cancelar su regreso a Taiwán programado para enero de 2020 debido a sus propias condiciones de salud, y la creciente preocupación por la extensión del contagio.

En ese momento Elena tenía 39 años y en el 2017 había sufrido un aborto espontáneo a las 8 semanas de gestación, por ello, aunque las restricciones a los vuelos de México a Taiwán todavía no se aplicaban, su médica le aconseja no viajar y guardar reposo por lo menos hasta el cuarto mes de embarazo, para cuidar la vida y la salud de su bebé.

“Se desata la pandemia y pues empieza a haber muchas restricciones. Y una de esas era que las personas que estábamos embarazadas no podíamos salir, había un alto riesgo de contagio, todavía no estaba desarrollada la vacuna y se empiezan a suspender los vuelos (...) yo no viajé, pero mi esposo estaba en Taiwán, en Asia, donde se había originado el virus, y todas las acciones en Taiwán eran aún mayores y mi esposo no pudo viajar. cada vez esto del COVID se hacía más intenso, él se quedó solo en Taiwán” (Elena).

Abril, profesionalista de 37 años que se desempeñaba como administrativa en una empresa, tuvo una relación afectiva con un compañero de trabajo que inició a principios de octubre de 2019. La relación de pareja nunca fue calificada como un noviazgo, pero tampoco la consideraba una relación informal:

“La relación no se formalizó como un noviazgo nunca, pero si había mucho afecto, mucho amor. Hacíamos todo lo que hace los novios, pero con dos características, que era secreta, nunca hicimos una vida de pareja en público, nunca pusimos fotos en redes; y la otra es que nunca fue un noviazgo como tal. Aunque creo que fue una relación importante para los dos, afectivamente hablando” (Abril).

Al inicio de la cuarentena, en marzo de 2020, tenían unos meses de relación que decidieron extender durante el confinamiento. Aunque ambos vivían solos, nunca consideraron pasar el confinamiento en cohabitación:

“Recuerdo que la primera vez que yo escuché del virus fue por mediados de enero del 2020, y en ese momento yo creí que era algo estomacal, no sé por qué. Estaba cenando con él en mi casa y platicamos de eso. Y pensamos lo que pensó la mayoría, “esto no va a llegar a nada” (...) Para marzo del 2020 que se decretó la cuarentena (...) Él y yo nos fuimos a cuarentena, cada quien tenía su casa, vivíamos solos, y nunca, nunca, nunca jamás discutimos la posibilidad de estar confinados juntos. Yo creo que también porque la relación no estaba en ese nivel de compromiso, público digamos (...) como que nunca lo consideré, también porque yo venía saliendo de un matrimonio largo, no estaba lista como para compartir el espacio. Y en ese momento que empieza el confinamiento, él era una persona que yo quería mucho, pero era también mucha atracción física” (Abril).

Bernardo, profesor y músico, que tenía 35 años al momento de la pandemia por Covid-19. Empezó una relación en marzo de 2020 con una amiga a la que tenía mucho tiempo de conocer, pero con la que convive poco.

“Como a los 15 días ya de pandemia, en el Facebook veo una publicación de una amiga mía, Lidia, que puso ella de broma “Voy a abrir mi convocatoria para tener novio”. Yo no sé si fue broma o no, pero claro, yo en pandemia, encerrado y todo, dije “qué interesante”, y le escribí un mensaje privado: “Hola Lidia, vi tu mensaje, quiero saber cuáles son las características para la convocatoria”.

Debido a circunstancias personales, una crisis de salud mental precedente y el tipo de relación y de vínculo que estableció con Lidia, su pareja, Bernardo decidió no seguir la mayoría de las indicaciones emitidas por el personal de salud en cuanto al distanciamiento social para la prevención del contagio.

La noticia del confinamiento y las decisiones sobre cómo pasarlo

No resulta extraño que la pandemia por Covid 19 fuera una sorpresa que afectó la vida de prácticamente todas las personas alrededor del mundo. Tanto por su magnitud, por las muertes y la destrucción que causó, como por la forma en la que alteró la vida cotidiana, la pandemia se puede calificar como un hecho profundamente disruptivo. La pandemia puede ser considerada como un hecho social total, que “convulsiona el conjunto de las relaciones sociales y conmociona la totalidad de los actores, de las instituciones y de los valores” (Ramonet, 2020).

A continuación, se presenta una reflexión sobre cómo las personas decidieron pasar el confinamiento, en relación con la relación afectiva que sostenían en ese momento; los distintos desafíos que enfrentaron debido a la no cohabitación; y las dificultades para seguir o no seguir las normas de distanciamiento social.

Decisiones sobre las formas de confinamiento

Durante el confinamiento en la ciudad de México, en donde se sitúa la presente investigación, los entrevistados adoptaron diferentes medidas y estrategias para protegerse ellos mismos y a sus seres queridos. A través de un proceso de reflexión personal tanto como de negociación con su pareja, las personas toman decisiones sobre cómo pasar el confinamiento, que responden en mucho a la preservación de la salud física y la evitación del contagio, pero también a sus necesidades emocionales, las expectativas que tenían sobre el vínculo afectivo y las disposiciones propias de su personalidad. Podemos observar que, aunque las autoridades emitieron recomendaciones claras, no todas las personas las siguieron de manera uniforme.

Al respecto, resulta importante recalcar cómo es que la toma de decisiones no está solamente motivada por un razonamiento lógico que tuviera como único objetivo la prevención del contagio y la posible muerte. Sino también orientado por creencias, estados emocionales, expectativas personales y sociales, y el contexto económico, social y cultural particular en el que se encontraban las personas en ese momento. Así como por las condiciones en las que se encontraban los entrevistados antes del brote de Covid-19. Ante la ansiedad, el miedo y la necesidad de contacto humano, las personas aliviaron las tensiones que se les presentaron en cuanto a la salud-enfermedad de diferentes maneras, no necesariamente uniformes.

En este sentido, como sostiene Sen (2000) en su enfoque sobre las capacidades humanas, las decisiones individuales no se pueden entender solamente como elecciones racionales, ya que están fuertemente influenciadas por las oportunidades que el contexto presenta como disponibles. Por ejemplo, muchas personas tuvieron que seguir trabajando de manera presencial, enfrentaron dificultades económicas, o se dedicaron casi de tiempo completo a los cuidados de otros miembros de la familia.

Finalmente, la gestión del confinamiento también puso de manifiesto el papel de las emociones colectivas en la toma de decisiones. El miedo fue fundamental ya que influyó en las decisiones de las

y los entrevistados, ya sea por el miedo al contagio, el miedo a perder la relación de pareja, el miedo a contagiar a sus seres queridos, el miedo a no poder sobreponerse. Durante la pandemia, el miedo y la incertidumbre contribuyeron a la toma de decisiones, dependiendo de las necesidades y expectativas de cada quien, y de acuerdo a una interpretación individual de la amenaza.

Tres de las personas entrevistadas siguieron lo mejor posible las indicaciones de las autoridades sobre cómo pasar el confinamiento, mientras que una persona no lo hizo. Arturo y Abril se distanciaron socialmente, salvo para salir a hacer algunas compras básicas en los comercios de sus barrios, y para ver a sus parejas, para lo que se impusieron estrategias con el objetivo de reducir en lo posible el contagio:

“La verdad es que yo sí fui muy estricto con la cuarentena, no salía casi absolutamente a ningún lado, salvo a comprar algo aquí adentro de la unidad, aquí adentro hay una tienda. Comprábamos y me acuerdo que incluso lavaba las cosas, teníamos una jerga con clorito para desinfectar los pies, pero en general, pues casi no salía” (Arturo).

“No salí para nada casi. En ese momento tenía una perra que paseaba, pero solo adentro de la unidad en la que vivo, no salía a la calle más que alguna vez muy necesaria al super. Mis papás me alentaban también a cuidarme, lo hice también por ellos, porque ellos tenían una cuarentena más estricta que la mía, no vi la necesidad de exponerme” (Abril).

En el caso de Elena las salidas se limitaron únicamente a las citas médicas:

“Las medidas que México tomaba ante el COVID se hacían cada vez más intensas. No podía salir, durante todo el embarazo nada más salí a las visitas ginecológicas. No salí para nada. Hasta para las cosas del bebé las hacía desde casa. Y bueno, mis hermanos me apoyaban mucho porque toda la ropita del bebé, la verdad es que bendito Internet, todo lo compraba en línea, mis hermanos si iban directamente a la tienda y hacían video, o sea en video me mostraban las cosas que estaban en los aparadores para que yo eligiera alguna ropita para para la niña” (Elena).

Los entrevistados también mostraron preocupación por otros miembros de su familia, sobre todo en los casos en los que pasaron el confinamiento con ellos. Esto lo manifestaron como una muestra de afecto, así como por la intención de atender a las condiciones de salud y edad que los ubicaban como población vulnerable. En el caso de Arturo, por ejemplo, también se presenta como parte de una reflexión compartida con su pareja, quien mostraba más ansiedad en cuando a la salud de su familia:

“Si acaso yo pensaba quizá más como en mi papá, ya estaba más grande pero incluso sí, yo pensaba “pero es un señor saludable, no fuma este hace ejercicio, este no tiene problemas de asma”, en realidad tampoco es como una población vulnerable (...) Por su parte, Dalia si se mostraba más preocupada por sus padres, “pero ella sí se preocupaba mucho más como por el tema. Sí era mucho más precavida y sí tenía más temor del tema de la enfermedad, ella sí era mucho más aprensiva con esa situación y por eso te digo que éramos muy cuidadosos con el tema de cuando yo iba a su casa” (...) “se hacía más evidente cuando iba a verla, porque pues hacíamos todo ese ritual [de desinfección], pero conversábamos al respecto” (Arturo). Esta preocupación por el contagio influyó la decisión final de la pareja de terminar la relación.

“Creo que casi no me afectó, pero sí diría que es un tema más relacionado como mi personalidad. Creo que siempre he sido una persona como con mucho temple, con mucha tranquilidad. No soy una persona que, en situación de mucho estrés, se ponga todo ansioso. Obvio estaba viendo que justo había mucha muerte, pero yo no pensaba como “me voy a enfermar a morir”. Era como “yo me cuido, soy joven”. O sea, si me enfermo y me muero, pues qué hago güey, pues me muero.

Puedo hacer cosas para mantener, digamos, la rigurosidad médica y lo que sea, pero si eventualmente me llego a enfermar y me llego a morir, no hay poder humano, no hay nada que yo pueda hacer que lo pueda cambiar. Entonces para mí no tenía mucho sentido que yo me preocupara por eso” (Arturo).

El caso de Elena es particular porque su hija nació en septiembre de 2020, cuando el confinamiento en México era todavía muy estricto. Aunque vivía con sus padres, la salud de su padre, el papel de cuidadora principal de su madre, la situación de trabajadora presencial de su hermana, complicaron la decisión de quien podía acompañarla durante la cesárea que le practicaron:

“Llega el parto vuelve a ser algo difícil para mí, porque no había, en teoría, quién me acompañara. La parte en la que mi papá en ese tiempo ya estaba muy grande, pero sobre todo tenía Parkinson, entonces era muy complicado porque lo estaba cuidando mi mamá. En los hospitales en primera tenían las restricciones. No era como un parto en otra época en donde te pueden visitar, en donde puede ir la persona para estar dentro del quirófano. Era COVID, era el 2020 y la persona que me fuera a acompañar el día del parto no tenía que rebasar los 60 años, o sea que mi mamá estaba descartada, yo entendía que mi mamá era la principal cuidadora de mi papá con Parkinson. Mi esposo no podía, estaba atorado en Taiwán. Mi hermana, pues tampoco porque era una persona que continuamente salía a trabajar y podía ser portadora de COVID. Me decía mi ginecóloga que mi suegra, pero no porque no tuviera yo confianza con la familia de mi esposo, que aquí vivía, sino yo sentí que tal vez no eran las personas adecuadas” (Elena).

Desafíos de la no cohabitación durante el confinamiento

Como se mencionó anteriormente, las parejas que no vivían juntas al momento del confinamiento, enfrentaron una serie de desafíos importantes. A medida que las restricciones de movilidad se implementan y el distanciamiento social se hacía más estricto, las parejas entrevistadas, que anteriormente compartían espacios físicos, se vieron forzadas a repensar sus dinámicas. Una de las estrategias observadas fue el alternar entre pasar tiempo juntos y pasar tiempo separados.

“Usualmente yo pasaba ahí la noche y otro día ya me pasaba a mi casa. Pero fuera de eso no iba a ningún otro lado, en ese lapso de tiempo que duró la relación, sí fue exclusivamente nada más para ir a verla a ella a su casa. Entonces fue bien raro, porque como nos veíamos una vez al mes, pues nos vimos como 10 veces” (Arturo).

La alternancia entre estar juntos y separados también tuvo implicaciones en la salud mental. En algunos casos, la separación física ofreció un espacio necesario para manejar la intensidad del encierro. Según algunos estudios sobre las parejas en el confinamiento, algunas encontraron que el tiempo lejos de la interacción constante, les permitió procesar el estrés y la incertidumbre provocados por la crisis sanitaria (Holman et.al., 2020).

Abril, por ejemplo, encontró en el aislamiento social un espacio para la reflexión y la calma, al mismo tiempo que el ver a su pareja de manera esporádica y el comunicarse con él todos los días, le brindó la compañía necesaria y la ayudó a transitar la incertidumbre.

“Entonces por muchos meses, yo creo que todo el 2020 yo me la pasé completamente encerrada sola con mi perra y un gato en mi casa. Entonces pues primero sus visitas del fin de semana me hacían ver a alguien y después pues hablar con él todo el tiempo (...) Además de recuperarme; esta relación, de pensar las cosas, el confinamiento me ayudó muchísimo a eso, a hacer una introspección, evaluar la relación [anterior], evaluar porque me había yo enganchado con una persona tan nefasta como lo hice” (Abril).

“La pandemia si creo que le dio como este nicho en la que esta relación pudo crecer y no sé si fue una relación muleta para ayudarme al confinamiento. O sea, empezamos unos meses antes del confinamiento, unos 3 o 4 meses antes este, pero sí fue muy importante. Yo diría que fue una relación importante en mi vida” (Abril).

En el caso de Dalia, pareja de Arturo, si bien en los primeros meses del 2020 la distancia ayudó a que los encuentros fueran muy disfrutables y permitieron a la pareja establecer un vínculo afectivo, con el tiempo, la comodidad experimentada durante el confinamiento y el disfrute del tiempo a solas fueron factores para que se provocara un distanciamiento mayor, que finalmente resultó en la disolución del vínculo:

“Yo creo que fue un factor, pero no fue el factor fundamental. O sea, yo diría que sí influyó bastante definitivamente, pero eventualmente lo que yo percibí es que ella ya no deseaba como como que conviviéramos tanto. Ella, digamos, ya se había adaptado como una dinámica, como de hacer sus cosas en su espacio. Irónicamente que había justo mucha comodidad de ella, del aislamiento precisamente. Nos dejamos de ver hasta que eventualmente terminamos” (Arturo).

Sin embargo, esta alternancia no estuvo exenta de dificultades. Las personas entrevistadas expresaron dificultades relacionadas con la falta de copresencia física y contacto, lo que generó sentimientos de frustración y aislamiento.

“Creo que fue más un tema como de iniciativa mía. En el sentido de que siempre he sido una persona, digamos que en sus relaciones necesita convivir con la otra persona. Entonces yo le decía, es que para mí sí es fundamental que nos veamos y entiendo que esto está complicado. pero sí me gustaría que nos pudiéramos ver al menos una vez al mes. no fue en una sola conversación, sino que íbamos dialogando, establecimos ese acuerdo” (Arturo).

“Yo necesito como poder verte, no puedo estar tanto tiempo sin verte, porque es como si no tuviéramos una relación, porque si no te veo nunca y solo conversamos, pues qué sentido tiene, es como una amistad” (Arturo).

En el caso de Elena, en el que la separación de su esposo no fue una decisión voluntaria, el confinamiento en casa de sus padres tuvo repercusiones específicas, tanto para ella como para su esposo, que pasó la parte mas dura de la pandemia en total aislamiento:

“Económicamente no me faltaba nada, pero emocionalmente sí me sentía yo como madre soltera. Yo nunca fui una mujer o que desde pequeña soñara con una boda y acá el vestido. Sin embargo, sí soñaba con una pareja, vivir estas cosas en pareja. Entonces a mí sí me pegaba mucho la idea de estar viviendo un embarazo a distancia. Sí, me daba una cierta tristeza. Por ejemplo, cuando iba a las citas a ver cómo iba el bebé, conocer el sexo del bebé, y aunque iban mis papás, no era lo mismo. No estaba embarazada de mis papás, estaba embarazada de mi pareja y eso sí me pegaba mucho emocionalmente, me hacía sentir como que no empataba lo que me estaba sucediendo con mi sueño de vida” (Elena).

“Él me comenta que hubo un momento en el que se sentía volverse loco porque no convivía con nadie, no salía a nada, no hablaba con nadie, no como cuando yo no vivía con él ahí, aunque los 2 no saliéramos a veces mucho, pero convivíamos nosotros entre nosotros platicábamos, pero ahí él estar solo, dice que hubo un momento en que se sentía volver loco, que ya empezaba a hablar solo”. (Elena).

Las dificultades para seguir las normas de confinamiento social

La pandemia por Covid-19 implicó una serie de condiciones que causaron miedo, preocupación, estrés entre la población. Diferentes estudios señalan cómo las personas implementan diferentes estrategias para lidiar con esto, de manera que puedan organizar y reestructurar su vida cotidiana de una manera funcional. Retomamos la idea de Lazarus y Folkman (1984) sobre el afrontamiento que señala que una de las estrategias para implicar la negación o minimización de la amenaza con la finalidad de reducir su impacto emocional.

Como se pudo observar, para algunas parejas el pasar tiempo juntos y separados se vivió también como una forma de manejar el estrés provocado por la crisis sanitaria, siempre y cuando se llevarán a cabo diferentes acciones para minimizar la posibilidad de contagio, como evitar el transporte público, cambiar de ropa una vez llegado al destino o utilizar diferentes productos que prometían la eliminación de virus (como fue el caso de Arturo y Abril).

Para otras personas, el manejo del estrés estuvo asociado a conductas aparentemente irracionales, irresponsables o desafiantes, como, por ejemplo, ponerse en riesgo o negar la gravedad de la situación.

Durante el confinamiento, Bernardo enfrentó una discrepancia⁵ entre el conocimiento de los riesgos a la salud asociados al contagio de Covid-19, y la necesidad de mantener la presencialidad y la copresencia en diferentes actividades cotidianas, como trabajar y socializar con otras personas. Al no poder conciliar sus propias necesidades emocionales con las restricciones impuestas, ignora las medidas del distanciamiento social con el objetivo de reducir el malestar experimentado, a pesar de haber enfermado a inicios de marzo del 2020, y haber experimentado síntomas graves.

“Ahora ya la vencí, de hecho, creo que este año es el primer año que ya no tengo miedo, o sea, ya disfruto estar solo. Tengo muchos meses que no tengo novia, y yo lo digo que es porque ya aprendí ahora sí estar solo finalmente, nunca aprendí a estar solo. Y cuando pasó lo de la pandemia, ¿qué pasó? Que no pude estar solo, entonces estuve solo como una semana, y luego abrí mi casa y en mi casa fue open party para todos los skates, todos mis amigos, los que tocaban música nortea, mi casa era el party. Yo tengo videos en plena pandemia, yo tocando el bajo quinto con acordeonistas, cerveza, guitarras, tal, o sea, open party” (Bernardo).

“No pude estar yo solo, pues ves, y como no había lugares en donde se pudiera juntar la gente, pues en mi casa, encerrado, cerramos la puerta. No nos importó, yo digo que no nos importó, porque claro, el que venía, venía”.

“Para ella yo estaba solo, pero yo venía gente a visitarme, yo salía a patinar, a correr en la calle. Pero para ella estaba como yo solo, como “éste no se mueve”. Porque sí, al principio me acuerdo que ella estaba como muy rigurosa, como de las medidas de seguridad, no te vayas a enfermar y todo. Ya después se fue relajando, porque cuando ella me vino a visitar y volvimos en coche a su ciudad, pasamos por muchos lados, fuimos a ver a su abuela, a sus primos, a sus tíos, a su papá (Bernardo)”.

Bernardo y Lidia hicieron varios viajes por carretera, a la playa y a visitar familiares, que finalmente tuvieron que interrumpir debido a la gravedad de la situación:

⁵ Desde la psicología social, se explica esta discrepancia con el concepto de disonancia. Leon Festinger (1957) señala que existe una disonancia cuando, a grandes rasgos, se presenta un conflicto entre las creencias y/o las actitudes de una persona y su comportamiento, con respecto también a un contexto que requiere una actuación específica, como lo fue la pandemia.

“No sé, estuvimos 15 días, 20 máximo. Pero nos volvimos porque estaba muy fuerte la pandemia, porque recuerdo que ella se sintió mal, o algo le pasó, y yo la llevé al hospital en Catemaco, y dijo, no, vámonos, está asqueroso esto, está la gente muriéndose en el hospital, yo no quiero estar aquí. Y nos regresamos. Y luego yo volví a la Ciudad de México, no sé por qué, porque la verdad que estaba muy a gusto ahí, pero por algo volví y luego ella vino a visitarme” (Bernardo).

“Claro, era difícil, porque estábamos en diferentes ciudades, en pandemia, y también porque yo me volví el más alcohólico de los alcohólicos, hacía cosas, sí, pero yo me la pasaba bebiendo todo el día, o sea, desde el mediodía hasta la noche y me iba a ver a mis compadres, sí. Y claro que ella me estuviera llamando, y yo también en estado ya borracho, como a las 7, 8 de la noche, decía, ah, estás molestando, ya” (Bernardo).

Las dificultades para seguir las normas de confinamiento social, como se muestra en este caso, no solo se refieren a las restricciones externas impuestas por la crisis sanitaria, sino que son producto de procesos internos, de decisiones específicas y del propio afrontamiento del miedo en situaciones estresantes. Para Bernardo, posiblemente, era una amenaza mayor la soledad que el contagio.

La afectividad y sus mecanismos de proximidad emocional

En las relaciones de pareja que no cohabitaron durante la pandemia por Covid-19, las interacciones no presenciales jugaron un papel muy importante en la construcción y el mantenimiento del vínculo afectivo. Las interacciones virtuales, a través de llamadas telefónicas, mensajes de texto, videollamadas y redes sociales se convirtieron en el canal principal para mantener el contacto emocional y fortalecer el vínculo afectivo, como también muestran otras investigaciones (Rodríguez y Rodríguez, 2020; Milá-Cantó et. al, 2021, Segovia, 2021). Sobre todo, en las situaciones en las que el contacto físico no era posible, como el caso de Elena.

La interacción a distancia

Simmel (1908), en su análisis de las formas sociales y la interacción destacó cómo las personas pueden adaptarse a las condiciones del contexto y los medios disponibles. Afirma además que en la modernidad son posibles formas de interacción que trascienden las limitaciones del espacio físico, permitiendo a las personas sostener vínculos e interacciones significativas a pesar de la distancia física. Las parejas que no cohabitaron durante el confinamiento son un claro ejemplo de esto; de que los avances tecnológicos permiten la intimidad y la cercanía, en interacciones que las personas consideran profundas.

“Como no nos veíamos físicamente, lo que hacíamos éramos hablar mucho por pues por mensajito y hacer videollamadas era como lo más chido y para mí era muy gratificante porque como que solo verla me daba como hasta cierto alivio, cierta tranquilidad de “ahí está mi noviecita, no la veo, pero mira, mírala, ahí está ella” (Arturo).

“Hacíamos citas virtuales, salió una herramienta de Google, una de esas extensiones que se llamaba Netflix Party, lo que te permite es ver Netflix al mismo tiempo y platicar en el chat. Entonces nosotros veíamos series, películas, además de eso hacíamos videollamada después o antes (...) Era lindo, era la forma en la que podíamos notar más la presencia del otro, porque además participábamos activamente en el chat o hablábamos al respecto, platicábamos (Arturo)”.

“Me tomaba yo fotos para que él viera como me iba creciendo el estómago y sobre todo, yo creo que a él lo que le preocupaba era de que pues no tenía contacto, el bebé no lo escuchaba, no conocía su voz. Entonces él me hablaba todos los días para hablar también con el bebé (...) Entonces pues sí, nuestra cercanía giraba en torno al bebé y lo que hacíamos pues era tomarnos

fotos. Él fue la única persona que me tomaba fotos para que él me viera el estómago desnudo. Que él me viera como me iba creciendo el estómago y pues escucharlo” (Elena).

“Era una cosa muy afectiva, en donde hubo muchísimo cariño, nuestros mensajes eran muy cariñosos, “te amo, te extraño, no dejo de pensar en ti”. E incluso nos llegamos a mandar fotos como un poco subidas de tono, videos un poco subidos de tono. O audios diciéndonos lo mucho que nos gustábamos, lo mucho que nos extrañábamos. Y yo creo que también eso me ayudó a sobrellevar la cuarentena en un encierro, pues prácticamente total” (Abril).

“Yo no diría que fue una relación superficial o que fue solamente como una ayuda para ayudarnos los 2 mutuamente a pasarlo. No, yo creo que sí nos enamoramos, yo creo que sí hubo una confianza grande, yo creo que sí hicimos una complicidad muy importante. Y también que sexualmente empatamos mucho. Fue una relación a pesar del confinamiento, una relación de mucho sexo. Tuvimos tanto sexo cibernético, o sea, el sexo hablando por teléfono” (Abril).

En este sentido, las comunicaciones por medios electrónicos debieron ser intensas y significativas, para lograr la sensación de cercanía y unión entre los miembros de la pareja, a pesar de la distancia. Para las relaciones afectivas que no cohabitaron durante el confinamiento, las interacciones no descansaron en la presencia física, sino en la intensidad, en las emociones y los esfuerzos realizados para posibilitar la interacción a distancia (Cantó-Milá et.al., 2021) y provocar sentimientos de alianza, pertenencia, confianza, intimidad, entre otros.

“Por eso cuando nos logramos ver como que las convivencias eran muy disfrutables. O sea, como que teníamos ese sentimiento acumulado de querer estar con el otro, entonces el que no nos permitiera coexistir cotidianamente cuando podíamos vernos era como que disfrutábamos mucho esa convivencia. Yo creo que eso estaba bien lindo (Arturo)”.

“No tengo ni idea, nunca se nos ocurrió realmente, yo en algún momento sí me dio inquietud como de sentirme un poco más acompañada físicamente, pero lo descarté muy rápido porque no le vi mucha emoción y la otra era porque pues ese sábado y domingo que pasaba conmigo, era muy intenso. Entonces realmente sí podía decir “aguanto hasta la siguiente semana”. Y la comunicación entre semana también era súper intensa. Entonces es raro porque nos vimos poco comparado con quizás una relación que hubiera sido presencial, pero en intensidad alcanzó un nivel muy amplio. Yo lo quise muchísimo, él me quiso muchísimo” (Abril).

En su trabajo sobre la comunicación en las relaciones de pareja, Cantó-Milá et. al., (2013) señalan que las tecnologías de la comunicación desempeñan un papel cada vez más importante, y permiten a las personas comunicarse de manera efectiva en las situaciones más diversas y para los motivos más variados.

En el caso de las parejas estudiadas, las plataformas digitales permitieron una conexión emocional que no dependió de la proximidad física. La clave, sin embargo, estuvo en la calidad y las características de dicha comunicación. Se observó que la interacción constante y significativa, como las conversaciones profundas, el intercambio de experiencias cotidianas y el acompañamiento emocional virtual, permitió la conexión de las parejas a nivel emocional, a pesar de la distancia física.

Cuando la comunicación no cumplió con las características mencionadas, el efecto de cercanía e intimidad no se logró, como ilustró el ejemplo de Bernardo, quien al inicio de la relación de pareja con Lidia intercambió una correspondencia nutrida y profunda por medio de cartas enviadas por correo electrónico. Incluso comentó que su relación empezó por una publicación en Facebook, que había logrado el acercamiento que no pudo tener en la presencialidad:

“Pero yo tengo fotos de las cartas, recuerdo mucho el viaje que teníamos, porque ella es maestra de flamenco, y le gustaba el son. O sea, había como un vínculo muy fuerte, ¿no? Y claro, yo la conocía de hace mucho tiempo, pero nunca me había podido acercar a ella. Y además fue gracioso que por una publicación suya en Facebook, yo me pudiera haber acercado (Bernardo)”.

“Bueno, de ahí empezamos. Me respondió, le dio risa. Y nos mandamos correos escritos, o sea, cartas a la antigüita. Ella me mandó, yo le mandé, nos enrollamos. Y claro, yo en algún momento, no sé, creo que fue julio, le dije “¿sabes qué? Ya es mucho esto de los correos y todo, y yo me voy a verte”. Y como a Lidia le gusta todo el tema de la música tradicional, paso por ella y me la llevo a Veracruz. Yo fui por ella, consumamos el noviazgo virtual, nos fuimos a la playa, y todo muy bien hasta ahí. El viaje lo hicimos en carro, todo muy disfrutable” (Bernardo).

Después de la etapa inicial de la relación, la comunicación con su pareja no fue significativa, en la medida en la que no sirvió para generar una sensación de pertenencia a un vínculo, no pudo superar la distancia física y la relación eventualmente se desarticuló.

“Claro, después cuando yo vuelvo a Ciudad de México, lo que me tronó a mí fue que ella todos los días me llamaba para saber dónde estaba. Y videollamada, fue demasiado. Había una conexión muy linda, porque cantábamos, ella bailaba, tocábamos, le encantaba. Te lo juro para mí era una pareja perfecta en mi vida. Todo eso estaba muy bien en la presencia, cuando nos veíamos. Cuando ya no estábamos en presencia, como que le entraba esta ansiedad. Pero te voy a decir una cosa, yo también, porque no la culpo a ella, yo creo yo no tenía la madurez, o la experiencia o la capacidad de administrar esas dudas de ella hacia mí. Porque creo que ahora lo veo y creo que yo hubiera tenido un poco más de tacto hacia ella. Y yo en vez de darle seguridad, yo me sentía, así como “me estás jodiendo”. Ahora lo veo, así como “¡ay! qué tonto”, porque claro, yo lo pasaba muy bien con ella, una persona hermosa, linda, para convivir conmigo día a día” (Bernardo).

Tipos de interacciones

Las parejas entrevistadas hicieron una distinción entre dos tipos de interacciones mediadas por medios electrónicos: las cotidianas destinadas a brindar información sobre el día a día, el mundo de lo cotidiano; y aquellas que se realizaban en días o circunstancias espaciales de diferente tipo.

Dentro de la comunicación cotidiana los entrevistados señalaron que su importancia radicó en su capacidad para sentirse acompañados, presentes, interesados:

“Me acuerdo que eran cosas muy espontáneas, más que premeditadas o establecidas en acuerdos, cada uno de nosotros hacía su esfuerzo por hacerse notar en la vida del otro y saber que estábamos, aunque no pudiéramos disfrutar de la presencialidad” (Arturo).

“Mi esposo nunca dejó de hablar. O sea, los todo el embarazo siempre, siempre, siempre, siempre el habló conmigo. En el sentido de relación, físicamente no, pero virtualmente siempre continuo en este sentido. Nunca me sentí abandonada porque todo el tiempo estuvo pendiente de mí” (Elena).

“Sí, claro, si sentía el cariño emocional. El hecho de platicar todos los días, el hecho de que me preguntara cómo me sentía. Yo sí le manifestaba que me sentía sola, en el sentido de que él no estaba conmigo. Yo sí le manifestaba que no era lo que yo quería en la vida, que yo me imaginaba otro tipo de cosas cuando yo estuviera embarazada. Él me decía “pero no estés triste, qué ganas con preocuparte y llorar, no está en ti solucionarlo. Tú tienes que vivir el embarazo lo mejor posible porque está creando una vida, ese niño o niña” (Elena).

"Hicimos un acuerdo de que nos íbamos a cuidar, de que íbamos a estar pendiente como de vivir la vida cotidiana en compañía del otro y que alguien supiera qué estoy haciendo en este momento. Si lo ves como fríamente, pues no tiene ningún sentido, porque pues yo le decía tipo "estoy lavando los platos, estoy sacando la perra, lavé la ropa, me descargué una APP de yoga y la odio". O sea, cosas, así como pues como muy babosas del día a día, pero yo creo que en ese momento pues necesitaba alguien que supiera que esto estaba pasando, comunicarlo con alguien, hablarlo íntimamente con alguien, hacer alguna especie ahí como de acuerdo para esto" (Abril).

En cuanto a la comunicación, actividades y gestos románticos en días y momentos considerados especiales, tanto Abril como Arturo señalaron su importancia:

"En mi cumpleaños ella me dijo "sé que no nos podemos ver ahorita, pero te mando esto". Entonces me mandó un desayuno por uber eats, así de que los chilaquiles y un postrecito, un pastelito chiquito. Entonces como que esos actos a mí me hacían sentir acompañado, saber que piensa en mí, no está conmigo presentemente, pero piensa en mí y está conmigo en el pensamiento, está conmigo a la distancia" (Arturo).

"En ese año de confinamiento casi total pasaron muchos días especiales. En esos días a mí se me puso la idea de hacer algo especial. Me acuerdo que lo hice festejar cosas como el 16 de septiembre, el 14 de febrero nos tocó en el 2021. Mi cumpleaños y el suyo también cayeron en confinamiento y los festejamos de manera especial. Yo le compré regalos, y tuvo que ser en el super porque pues no podía salir, pero estuvo bonito. Para mi cumpleaños él cocinó para mí" (Abril).

Si bien señalaron que las interacciones en días especiales fueron significativas, los entrevistados dijeron que la mayor carga afectiva se concentró en el acompañamiento cotidiano y en las interacciones en las que se compartió el día a día.

Las formas de interacción digital juegan un papel muy importante para las parejas en la actualidad, ya que permiten que la conexión emocional no dependa de la presencia física. También forma parte de nuevas lógicas de vinculación afectiva, en el que las expectativas sobre la convivencia, el papel de la agencia y la decisión para la configuración de vínculos que no necesariamente persiguen la durabilidad en el tiempo, sino que satisfagan necesidades y deseos de las personas.

En este sentido, Giddens (1995) señala cómo la reflexividad juega un papel fundamental en las relaciones modernas, según la cual existe una evaluación de las relaciones, una negociación y un ajuste de los vínculos según parámetros sociales, pero también con base en expectativas individuales. Analiza la modernidad desde un enfoque que permite revelar cómo es que las personas construyen su vida personal en un espacio de reflexión sobre su identidad, la construcción de un proyecto particular y sus expectativas a futuro.

"Pues mira, en ese sentido, yo creo de verdad que se hizo lo que se pudo, o por lo menos nosotros hicimos lo que pudimos con lo que había en ese momento. Como te comenté, yo venía de una relación horrible, larga, y no creo que yo haya estado como muy preparada para tener una relación, digamos, formal con todo lo que esto implica. Yo podría convivir con él fines de semana, estar muy pendiente de él, que él estuviera pendiente de mí por el WhatsApp o las llamadas, pero yo no sé si yo estaba lista como para enfrentar esto de presentarlo, de aceptar públicamente que teníamos una relación, de hacer un compromiso, o sea, el compromiso entre nosotros lo teníamos y era de mucho afecto y pues de respeto y de compañía sobre todo" (Abril).

“Entonces pues sí, yo en ese mundo que se estaba desconfinando en ese momento, yo volteé a ver la relación que yo tenía con este chavo, y yo dije, “es que esto no me va a dar para más”. O sea, esto no me va a dar para una relación en un mundo desconfinado porque no estamos listos, o sea, no estamos listos para esto y porque él no es el hombre que quiero a mi lado en una cosa que ya se hiciera pública. O sea, yo me lo imaginaba, por ejemplo, no me lo voy a llevar a comer con mis papás, no hubieran tenido nada que platicar. Aparte su carácter, digamos me gustaba, pero me gustaba en esta circunstancia. Yo creo que es una persona que no es muy sociable, es bastante desconfiada, es muy serio, a veces es poco expresivo, es como de estas personas que a veces traen una nubecita gris arriba de ellos y no se les quita. Entonces yo sentía que en un mundo desconfinado yo no lo iba a poder llevar y pues ni modo, así fue” (Abril).

Contrato de interacción y evaluación del vínculo afectivo a la luz de la no cohabitación

Como se mencionó anteriormente, el concepto de interacción propuesto por Sager (2009) puede entenderse como un acuerdo implícito o explícito sobre las normas, expectativas y roles que guían las interacciones en general, y las relaciones de pareja específicamente. Además, contribuye a establecer una base compartida sobre la intimidad y la confianza, un espacio para la gestión de los conflictos, para la comunicación, etc. Este enfoque, basado en la teoría interaccional, resalta la importancia de la comunicación y la negociación que permite a las parejas mantener las interacciones (Goffman, 2006; Sager, 2012).

El contrato de interacción es relevante en este contexto porque, al no poder recurrir a las interacciones cara a cara, las parejas tuvieron que acordar nuevas formas de contacto, basadas en acuerdos explícitos e implícitos, sobre la cantidad y calidad de la comunicación virtual. Esto incluyó no solo la vía de comunicación que les resultaba cómoda (mensajes de textos, videollamada, redes sociales), así como los momentos u horarios en los que debía llevarse a cabo sino también la intensidad y la frecuencia para poder lograr una comunicación afectiva a distancia.

Como se pudo observar en los relatos de las personas entrevistadas, el contrato de interacción no solamente abarcó aspectos prácticos, como por ejemplo la duración de las llamadas, sino que también incluyó elementos emocionales, como la demostración de compromiso y la confianza en el espacio digital. Estas dinámicas estuvieron estrechamente relacionadas con la compartición de experiencias cotidianas, una característica clave para el funcionamiento y mantenimiento de una relación de pareja (Arriaga y Agniew, 2001).

A través de los relatos se pudo observar cómo las relaciones se fueron construyendo en el contexto excepcional del confinamiento por Covid-19, mismo que les impidió tanto la interacción presencial, como la cohabitación. A lo largo de esta experiencia, cada pareja fue ajustando sus interacciones y sus expectativas según el contrato de interacción que cada una estableció previamente.

Arturo describió el confinamiento como una etapa de “estabilidad mental” que experimentó como “rara” debido al contraste entre un mundo convulsionado por la crisis sanitaria y su sensación de tranquilidad experimentada en su hogar, y principalmente, por hecho de tener una relación emocionalmente satisfactoria, a pesar de la distancia física.

“Esa época fue una época bien rara, fue un momento en el que yo conseguí mucha estabilidad mental y que diría como que yo me encontraba muy bien. Entonces fue bien raro porque fue un momento que yo me estaba sintiendo muy bien y la relación fue muy bonita. Fue una relación muy linda, o sea, además una relación que yo disfruté muchísimo. Era bien raro porque evidentemente extrañaba la presencialidad, convivencia y todo, pero diría ese año particularmente a mí me pareció muy gentil conmigo: se está yendo al carajo, pero yo tengo novia, me quiere y está chido. El 2021 ya fue otro tema, pero el 2020, así como el año duro de confinamiento, muy agradable. Yo diría que fue una relación que yo disfruté

muchísimo. No sé si decir que fue mi mejor relación, pero sí, definitivamente fue la relación que más quise, la neta es que yo estaba muy enamorado. No me arrepiento de nada de esa relación” (Arturo).

Elena describió como la relación con su esposo se fortaleció durante el confinamiento, en mucho gracias al embarazo que ambos deseaban con mucha ilusión, y que a pesar de no estar sucediendo como lo habían imaginado, les permitió un mantener un objetivo común y un proyecto a futuro. En este contexto, el contrato de interacción de Elena y su pareja no solo se basaba en la vinculación afectiva de la pareja, sino también en la construcción de una familia y en la esperanza de vivir el futuro juntos y con su hija.

Elena hizo mucho énfasis en el interés de su esposo de estar presente durante todo el embarazo, en la aportación económica que recibió de él, en el apoyo emocional y la escucha diaria; así como en los años de relación que constituyeron una base sólida para que la relación transitara el confinamiento a pesar de la distancia física y en condiciones que les producían un grado de incertidumbre alto.

“Todo lo que yo me imagino que una pareja vive en el embarazo, nosotros lo hacíamos, pero a distancia, desde ponernos de acuerdo con el nombre, desde cómo te sientes, me hacía que me pusiera el teléfono en el estómago para que él se dirigiera al bebé. Después, cuando supimos que era una niña, pues ya tenía asignado un hombre. Ya nos dirigíamos a ella y la verdad yo sentía que la niña respondía muy bien a su voz porque era muy activa. En la noche era cuando más se movía y escuchaba la voz de su papá y si le respondía de cierta manera, se me se me movía en el vientre. La verdad es que él nunca me dejó de mandar dinero. Realmente su apoyo era tanto emocional como económico” (Elena).

“Mira, yo creo que fue el hecho de que ya llevábamos mucho tiempo como pareja. Estamos juntos desde el 2006, tenemos muchísimo tiempo de relación. Nos ayudó. Y es toda la estabilidad que ya teníamos, emocional, el que ya nos habíamos ido a vivir solos y a otra parte del mundo, ni siquiera en México. Y eso nos ayudaba mucho a conocernos, estar él y yo solos, pero yo creo que también el hecho de que estuviéramos esperando un hijo. Esto yo creo que la pienso, no sé si yo no hubiera estado embarazada, si él me hubiera hablado con la misma intensidad, a lo mejor si me hubiera hablado frecuentemente, pero no diario, y más por como es mi esposo, que es una persona bastante callada. creo yo que el hecho de que yo estuviera embarazada sí fue un factor determinante para que él todos los días hablara porque mi relación con él ya estaba. Ya nos conocíamos, ya nos decíamos te amo, a lo mejor no teníamos que hablar tanto para yo ver que él me amaba porque él es callado, sin embargo, hablábamos diario porque venía un bebé y le daba temor que ese bebé no lo conociera. eso sí nos unió mucho” (Elena).

“Lo veo como experiencias de vida que la verdad tú lo planeas, pero la vida te pone otra cosa que no estaba de acuerdo con tus planes, no dimensionabas. Y la verdad es que yo creo que todas las personas conforme se nos va presentando la situación, pues ahí la vamos haciendo (...) En vez de que fuera una ruptura de que el COVID nos alejó, pues no. El COVID nos acercó o el embarazo o la situación que vivimos, de que teníamos pensado ser padres y lo fuimos, y tuvimos que afrontarlo él en Taiwán y yo en México. Y aunque nos sintiéramos tristes porque no estaba pasando como nosotros lo habíamos planeado, nosotros queríamos vivir el embarazo juntos porque es parte de la paternidad, el COVID nos obligó a vivir una paternidad virtual” (Elena).

La experiencia de Abril fue diferente en tanto la relación afectiva que sostenía no era una relación “formal”. Si bien funcionó durante los meses en los que las restricciones a la presencialidad eran más estrictas, no cumplía con las expectativas de Abril en un inminente futuro que regresaría a la normalidad. En su relato destaca constantemente que la relación era satisfactoria sexualmente, intensa en lo afectivo y útil en el acompañamiento, sin embargo, no brindaba el compromiso a largo plazo y el nivel de formalización que ella esperaba de una pareja.

“Y yo en ese momento que terminamos le dije, terminamos por teléfono, le dije “yo creo que esto no da para más”. Yo estoy en un punto en el que siento que tengo que decidir, no si me sigo involucrando porque yo sí lo quería, lo quería muchísimo. Y yo sentía que él no me había metido a su vida en el mismo sentido que yo la lo había metido a la mía (...) En el momento en el que le digo ya no quiero esta relación se saca mucho de onda. Yo sí, en ese momento me di cuenta que él pensaba que estábamos súper bien, él nunca lo vio venir y después hablamos otra vez, pues un poco llorando, diciéndome “sí quiero estar contigo, hagámoslo. Yo nada más quería recuperarme para darte algo bien”. Yo no creo que ese ese impulso de él, que yo no sentí tampoco tan sincero, que sí, que me quería mucho y que había muchas cosas ahí, que no me quería perder y que me estaba dando algo que yo necesitaba, pero no algo que él quería.” (Abril).

“Estoy bien con eso, la verdad, una relación que dio para lo que dio fue una relación bonita, fue una relación profunda. Yo no creo que esto que haya durado prácticamente sólo el confinamiento le quité que fue afectiva, fue muy divertida, me divertí muchísimo, aprendí muchísimo de mí, aprendí muchísimo de él, me dio consejos que todavía aplico, me dijo cosas de mí que yo no veía. O sea, todo eso me lo quedo. Yo creo que yo lo quise mucho, después que terminamos yo me enteré que él me había querido muchísimo también. Desafortunadamente ya fue tarde y ya ahí quedó esa relación” (Abril).

Bernardo, por su parte, vivió experiencias dolorosas y múltiples pérdidas durante el 2019, que condicionaron en parte su actitud ante las restricciones sanitarias. Destacó además su incapacidad de lidiar con la soledad y el consumo de bebidas alcohólicas.

La distancia física y el silencio de Bernardo acentuaron las inseguridades y los celos de Lidia, al tiempo que se exacerbó la necesidad de espacio personal de Bernardo, importante para la gestión emocional de sus propios conflictos. Como resultado de los complejos procesos personales que enfrentó desde el 2019 al 2021, Bernardo reflexionó sobre su idea del amor ahora comparada con la que tenía en ese entonces; la revalorización de la relación con su hija y la preocupación por estar disponible para ella, en una cercanía física, en la eventualidad de futuras crisis.

“Pues la pandemia al final nos pegó a todos emocionalmente, entre el aislamiento, que no tuviera las mismas actividades, no lo sé. Además, yo en 2019 tuve un año muy difícil, conflictos en el trabajo y finalmente lo perdí. Mi hermano se suicidó. Yo en 2019 tuve dos ataques de estrés que me paralizaron el brazo derecho. Tuve que ir con terapeutas para que me volvieran a dar movilidad (...) Después, ya en 2020, pasa esto de la relación a distancia con Lidia, y yo aunque en realidad según yo estaba bien, tranquilo, pues mi cabeza pensaba todo mal (...) Pero a ella la quería muchísimo. Había una cosa muy linda, muy profunda. Creo que hubo como confianza. Era algo serio, ¿eh? Nos pudimos casar, yo creo, en una de esas. Pero al final, Yo no sano, ella no sana, pues no convivía el asunto, ¿ves? Era lo que sucedía. Porque no como que, no quiero como plantearlo como que ella era una celosa, ¿sí? Sino que yo también no estaba en un estado emocional y físico para administrarla como una persona que yo amaba, ¿me explico? O sea, claro, porque yo si la quería” (Bernardo).

“En diciembre de 2020 ella me vino a visitar, pero sin boleto de vuelta. Y yo le dije “oye, no te quiero yo devolver, pero cómo que sin boleto de vuelta, tienes tu casa. Y ya no le gustó que le preguntara eso. A lo mejor no tuve yo tacto para preguntárselo, pero para mí fue como muy normal decirle. Ella sí quizá tenía muchas intenciones ya de vivir conmigo, y yo todavía no estaba seguro de eso. Fue un trauma, lloró y tal. Y después yo le escribí “hay que hablar para terminar”. Ella me dijo “ya no quiero hablar” y se terminó, se terminó a distancia, como empezó” (Bernardo).

“Lo primero que te decía, un poco la sensación del aislamiento, que no la tuve mucho porque rápido lo rompí, pero tomé decisiones como venirme a vivir cerca de mi hija. Eso me cambió,

decir estoy lejos de mi hija, justo si pasan este tipo de cosas en donde no te permiten viajar, eso fue lo más, yo creo que fue lo más significativo” (Bernardo).

CONCLUSIONES

La presente investigación presenta una discusión sociológica sobre la experiencia de la distancia física y la proximidad emocional en la realidad compleja impuesta por el distanciamiento social por Covid-19, según la experiencia de cuatro personas que no cohabitaron durante el confinamiento. A través del análisis de las dinámicas de interacción realizadas a distancia y de manera presencial, y de la consideración de las características y vivencias particulares de cada entrevistado, se dio cuenta de las condiciones propias de cada confinamiento, las estrategias y habilidades para la comunicación afectiva y el uso de la tecnología y las respuestas y soluciones ante los retos planteados por una situación tan extraordinaria como lo fue la pandemia por Covid-19.

Se pudo constatar que hubo un ajuste en todas las relaciones de pareja para enfrentar el aislamiento social, con el objetivo principal de mantener la interacción con el ser amado, y vincularse en un plano afectivo que resultó de suma importancia para las y los entrevistados. Las herramientas tecnológicas permiten achicar la brecha entre la distancia física y la distancia emocional, conectando a los miembros de la pareja en espacio virtual, en interacciones realizadas específicamente para ello. Para las personas entrevistadas, el distanciamiento físico no significó distanciamiento emocional.

Además, no solamente se ajustaron las interacciones entre las parejas que ya existían antes del confinamiento, sino que también se crearon nuevos tipos de interacción que tuvieron la necesidad de satisfacer necesidades particulares. Como fue el caso de Elena, quién desarrolló una serie de situaciones junto con su esposo, para que él pudiera mantener un contacto con su bebé mientras estaba en el vientre materno: ponerse los audífonos en el abdomen para que la bebé escuchará la voz de su papá, mandarle fotos cada semana para ir midiendo su crecimiento y compartir las citas ginecológicas a la distancia, por ejemplo. O el caso de Abril, quien antes de la pandemia no había utilizado la tecnología con fines eróticos y sexuales.

La información se analizó siguiendo como línea narrativa las experiencias que las y los entrevistados consideraron importantes en sus relatos. Se consideró la historia de las personas y las tribulaciones emocionales en las que estaban inmersos al momento de que se decreta el confinamiento. Se incluyó el momento en que reciben esta noticia y los pensamientos y las decisiones que toman al respecto; los desafíos de la no cohabitación, específicamente, la alternancia entre verse y no verse presencialmente y las características que consideraron esenciales para lograr expresar y sentir el afecto.

La historia de las personas y de la trayectoria afectiva que habían construido con sus parejas, previo a marzo de 2019, fecha en la que se implementa el distanciamiento social en la Ciudad de México, fue relevante ya que sentó las bases para las negociaciones posteriores. Los problemas, conflictos personales, el tiempo de relación y el tipo de compromiso establecido con la pareja, fueron factores importantes a la hora de determinar qué tan estricto sería el encierro y de qué manera se alternará entre el confinamiento por separado, y las interacciones presenciales.

Llama la atención que en el razonamiento sobre las medidas de seguridad y de distanciamiento social con la finalidad de evitar el contagio, los entrevistados consideraron una especie de excepción el contacto físico con su pareja. Por ejemplo, en el caso de Arturo y Abril, ambos declararon seguir un encierro riguroso, salvo en los momentos destinados para ver a la pareja. Una vez al mes, o los fines de semana, según cada caso, se suspendían las normas sobre la distancia social para dar paso a los encuentros amorosos.

Por otro lado, a partir de la reflexión sobre los relatos recolectados, se pueden identificar por lo menos cuatro etapas que las personas transitaron durante el inicio del 2020 y el final del 2021. La primera reacción de las personas entrevistadas fue de incredulidad y luego de sorpresa ante las noticias de la expansión del virus. Todas manifestaron que no pensaron que se extendería más allá de 15 días⁶, por lo que los primeros planes de contingencia tenían este horizonte temporal. Una vez que se hizo inmanente que el confinamiento forzoso sería muy largo, en una segunda etapa, se presentaron una serie de interacciones en las que las parejas negocian los términos en los que pasarían el confinamiento. En esta etapa, las parejas resaltaron la importancia de cuidar la relación de manera que ésta pudiera perdurar a pesar de las circunstancias.

Una tercera etapa estuvo caracterizada por un periodo de prueba, de ensayo y error, sobre los acuerdos tomados en la etapa anterior. En este sentido, realizaron los ajustes que consideraron pertinentes, con el objetivo de poder satisfacer sus necesidades y realizar sus deseos, y no solamente de protegerse del virus.

Las estrategias de cuidado durante el confinamiento en los casos analizados no solo fueron resultado de la información disponible y los lineamientos de las autoridades estatales en salud pública, sino que estuvieron profundamente influenciadas por factores emocionales, y por lo tanto, culturales. Las decisiones de seguir o no las recomendaciones sanitarias reflejan una compleja interacción entre la necesidad de cuidar la salud física y las emociones que se experimentan, en este caso, en relaciones afectivas de importancia.

Finalmente, se observó un periodo de aparente “normalidad”, en el que las interacciones entre la pareja se dejaron de catalogar en tanto impuestas por una emergencia sanitaria global, y se empezaron a sentir como parte de una rutina cotidiana.

Por último, queremos apuntar que todas las interacciones implican una combinación de proximidad y distancia, tanto física como emocional, así como una organización de la comunicación y de la confianza, que permita la realización de dichas interacciones. Durante el confinamiento fueron indispensables las interacciones marcadas por la afectividad, permitiendo la transformación de los encuentros para, a pesar de las restricciones, proveer de compañía, cercanía, intimidad y satisfacción.

La presente investigación concluye que lo que diferenció a las interacciones comunes de aquellas en las que las personas reforzaron una vinculación emocional, fue su capacidad de hacer sentir a la persona como parte de una unidad, un equipo, un vínculo social. Así como su cualidad de producir confianza en el interés propio y del otro en mantener un vínculo afectivo.

⁶ A principios de marzo de 2020 hubieron referencias en diferentes medios que señalaban plazos de 15 días, por ejemplo, López-Gattel, el entonces Secretario de Salud, dijo el 12 de marzo que los siguientes 15 días serían decisivos para el desarrollo de la infección, ya que se esperaba un alza considerable de los casos. Por lo que todas las decisiones que tomara la población debían “tener como referencia las indicaciones de los técnicos, de los médicos y de los científicos” (Sánchez, 2020). Como parte del plan de contingencia nacional, la primera etapa de distanciamiento social era de 15 días, tiempo después del cual se haría una nueva evaluación epidemiológica y se emitirían nuevas recomendaciones.

REFERENCIAS

Agamben, G. (1996). *La comunidad que viene*. Pre-Textos.

Alonso, M. F., de Miguel Luken, V., Faroldi, L. G., Moreno, J. M. G., Cabello, J. M. J., Rodríguez, O. J., & Gutiérrez, N. K. (2022). *La gestión de la intimidad en la sociedad digital: parejas y rupturas en la España actual*. Fundación BBVA.

Arriaga, X. B., & Agnew, C. R. (2001). Being close versus being in a close relationship: Predicting the quality of romantic relationships. *Personal Relationships*, 8(2), 127-143. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2001.tb00058.x>

BBC News. (2020, marzo 17). Coronavirus: qué es el distanciamiento social y por qué los expertos insisten en practicarlo para combatir la pandemia de covid-19. BBC News. <https://www.bbc.com/mundo/noticias-51899782>

Bourdieu, P. (1997). *La distinción: Criterio y bases sociales del juicio* (1ª ed.). Siglo XXI Editores.

Builes, M. (2019). Cercanía y desasosiego: Usos de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) en parejas de la ciudad de Medellín, Colombia. *Palabra: Palabra que Obra*, 19(1), 121-133.

Cantó-Milà, M. (2011). *La comunicación en la era digital: Relaciones interpersonales y redes sociales*. Editorial UOC.

Cantó-Milà, N., González Balletbò, I., Martínez Sanmartí, R., Moncunill Piñas, M., & Seebach, S. (2021). Distanciamiento social y COVID-19. Distancias y proximidades desde una perspectiva relacional. *Revista de Estudios Sociales*, (78), 75-92.

Cantó-Milà, N., Núñez, F., & Seebach, S. (2013). Send me a message and i'll call you back: The late modern webbing of everyday love life. In *Internet and Emotions* (pp. 144-158). Routledge.

Ceberio, M. R., Agostinelli, J., Daverio, R. F., Benedicto, M. G., Wild, C., Baez, N. A., & Deffina, J. T. (2024). COVID 19: Formación y convivencia de parejas durante el aislamiento. *Revista ConCiencia EPG*, 9(1), 237-250.

D'Angelo, M. (2018). La biopolítica y los ejemplos de Agamben: Entre lo singular y lo colectivo. *Revista de Filosofía Política*, 40(2), 135-155.

Eguiluz, L. (2014). *Entendiendo a la pareja: Marcos teóricos para el trabajo terapéutico*. México: Pax.

Festinger, L. (1957). *A theory of cognitive dissonance*. Stanford University Press.

Giddens, A. (1995). *Modernidad e identidad del yo: El yo y la sociedad en la época contemporánea*. Península / Ideas.


Gobierno de la Ciudad de México. (s.f.). *Primeras medidas de distanciamiento físico*. Informe de Gobierno CDMX. <https://informedegobierno.cdmx.gob.mx/acciones/primeras-medidas-de-distanciamiento-fisico>

Gobierno de México. (2020). *Recomendaciones de la Secretaría de Salud para la Jornada Nacional de Sana Distancia* [en línea]. Disponible en: <https://www.gob.mx/salud/hospitalgea/documentos/jornada-nacional-de-sana-distancia>. Consultado el 5 de febrero de 2025.

Goffman, E. (2006). *La presentación de la persona en la vida cotidiana*. Amorrortu.

- Holman, T. B., Johnson, D. R., & Lovaas, M. A. (2020). Relationships and resilience during the COVID-19 pandemic: The role of couple closeness and coping strategies. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37(4), 992-1013. <https://doi.org/10.1177/0265407520956453>
- Illouz, E. (2007). *Intimidades congeladas. Las emociones del capitalismo*. Katz Editores.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.
- Martínez, L., & Gómez, P. (2020). Ejemplo y política en las redes sociales: El caso de los influencers según Agamben. *Revista de Comunicación y Política*, 35(2), 103-120.
- Micolta, A., & Escobar, M. (2007). *Familias de Cali con padres y/o madres inmigrantes en España: Perfil socioeconómico, cambio en roles y funciones*. Cali, proyecto inédito.
- Pérez, J. (2015). Subjetividad y ejemplaridad: Agamben y los estudios de la subjetividad en las ciencias sociales. *Cuadernos de Sociología*, 16(3), 84-98.
- Pistole, C., Roberts, A., & Chapman, M. (2010). Attachment, relationship maintenance, and stress in long distance and geographically close romantic relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 27(4), 535-552.
- Ramonet, I. (2020). *La pandemia y el sistema mundo*.
- Rodríguez Salazar, T., & Rodríguez Morales, Z. (2020). Intimidación y relaciones de pareja durante la pandemia de la COVID-19 en Guadalajara. *Espiral (Guadalajara)*, 27(78-79), 215-230.
- Sager, C. (2009). *Contrato matrimonial y terapia de pareja*. Amorrortu.
- Sager, M. (2012). The contract of interaction in personal relationships. *Journal of Social Interaction*, 19(2), 133-145.
- Sánchez, J. (2020, 12 de marzo) En 15 días México entraría en fase de transmisión comunitaria de coronavirus. *El Sol de México*. <https://oem.com.mx/elsoldemexico/mexico/en-15-dias-mexico-entraria-en-fase-de-transmision-comunitaria-de-coronavirus-16697327.app.json>
- Secretaría de Gobernación. (2020, mayo 29). Acuerdo por el que se establecen los lineamientos técnicos específicos para la reapertura de las actividades económicas. *Diario Oficial de la Federación*. https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5594138&fecha=29/05/2020
- Segovia, Z. M. D. (2021). *Amor en Pandemia: El rol Moderador del Afrontamiento Diádico en la Relación Entre el Apego y Satisfacción Relacional en Parejas Jóvenes que no Cohabitan* (Master's thesis, Pontificia Universidad Católica de Chile (Chile)).
- Sen, A. (2000). *Desarrollo y libertad*. Editorial Planeta.
- Sevillano Bravo, M., & Escobar Serrano, M. (2011). Confianza-desconfianza en las relaciones conyugales de parejas transnacionales. *Prospectiva: Revista de Trabajo Social e Intervención Social*, (16), 225-256.
- Suárez Escobar, M., & Durand Alcántara, C. (2021). El amor a distancia. México en los tiempos de pandemia y... ¿después?. *Revista De Estudios De Antropología Sexual*, 1(12), 52-63.
- Tenorio Tovar, N. (2023). *Las relaciones de pareja en la sociedad contemporánea: equipo, roles y rituales románticos*.

Valle Canales, B. L., & Chavarría Hernández, J. C. (2021). Hábito comunicacional y distanciamiento social. Efectos en los modos de producción de signos durante la pandemia de COVID-19. *Comunicación y Sociedad*, 18, e7953.

Todo el contenido de **LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades**, publicados en este sitio está disponibles bajo Licencia [Creative Commons](#) .