

Artículo Original

(Des)equilibrio Ocupacional como una experiencia colectiva: Un análisis de los efectos ocupacionales experimentados por estudiantes de Terapia Ocupacional durante el período de pandemia por COVID-19 en una Universidad pública de la zona centro sur de Chile.

Occupational (Im)Balance as a collective experience: Analysis of the occupational effects experimented by Occupational Therapy students during COVID-19 pandemic at a public University in the central-southern zone of Chile.

Rodrigo Ignacio González Oyarzún¹. Francisca Ignacio Silva Ibacache². Constanza Daniela Acevedo Mora³.
Genesis Renne Pino González⁴. María José Muñoz González⁵

¹ Licenciado en Ocupación, Universidad de O'Higgins. Terapeuta Ocupacional. Escuela de Salud, Universidad de O'Higgins. Rancagua, Chile. <https://orcid.org/0009-0001-9733-8221>. rodrigo.gonzalez@uoh.cl

² Licenciada en Ocupación, Universidad de O'Higgins. Terapeuta Ocupacional. Colegio Paula Jaraquemada. Paine, Chile. <https://orcid.org/0009-0005-4270-3411>. francisca.silvaibacache@gmail.com

³ Licenciada en Ocupación, Universidad de O'Higgins. Terapeuta Ocupacional. Rancagua, Chile. <https://orcid.org/0009-0004-0669-9016>. constanza.acevedo.to@gmail.com

⁴ Licenciada en Ocupación, Universidad de O'Higgins. Terapeuta Ocupacional. Autismo Rancagua. Rancagua, Chile. <https://orcid.org/0009-0007-5000-675X> to.genesispino@gmail.com

⁵ Licenciada en Ocupación, Universidad de O'Higgins. Rancagua, Chile. <https://orcid.org/0009-0005-0576-5859>. maria.munoz@pregrado.uoh.cl

Recibido: 18/11/2023
Aceptado: 12/04/2024
Publicación: 28/05/2024

Resumen: Introducción: La siguiente investigación es una propuesta teórica de análisis sobre los efectos ocupacionales experimentados por estudiantes en práctica de Terapia Ocupacional en una Universidad en Chile durante la pandemia de COVID-19, poniendo énfasis en la conceptualización de equilibrio y desequilibrio ocupacional. El equilibrio ocupacional es una experiencia personal influenciada por las características de la persona, sus ocupaciones y el contexto. El concepto de desequilibrio ocupacional tiene sus propias bases teóricas basadas en la superación de esta percepción o del sometimiento frente a la misma. Para este estudio se propone una metodología cualitativa desde un paradigma crítico y diseño fenomenológico, que busque la raíz de las problemáticas ocupacionales a partir de la comprensión de situaciones sociales frente a la pandemia y de inequidades al implementar las medidas socio sanitarias en Chile.

Objetivo: Analizar los efectos ocupacionales experimentados por estudiantes en práctica de terapia ocupacional en una Universidad Pública de la zona centro sur de Chile durante el período de pandemia por COVID-19 en el año 2021.

Resultados: Se observa una percepción de desequilibrio ocupacional compartida entre estudiantes en práctica profesional de Terapia Ocupacional, caracterizándose como una sensación de entregar mayor tiempo e importancia a una ocupación sobre otra, provocando por consiguiente efecto en la rutina diaria, la motivación por participar en ocupaciones productivas y el sentimiento de eficacia.

Conclusiones: El contexto sociopolítico está relacionado a la percepción de desequilibrio ocupacional en estudiantes de internado clínico de Terapia Ocupacional, el cual se caracteriza por una percepción compartida y colectiva.

Palabras Claves: Determinantes Sociales de la Salud. Equilibrio Ocupacional. Medidas Socio sanitarias. Desequilibrio ocupacional.

Abstract: Introduction: The following research is a theoretical proposal of analysis on the occupational effects experienced by Occupational Therapy students in practice at a University in Chile during the COVID-19 pandemic, emphasizing the conceptualization of occupational balance and imbalance. Occupational balance is a personal experience influenced by the characteristics of the person, his/her occupations and the context. The concept of occupational imbalance has its own theoretical bases based on overcoming this perception or subjection to it. This study use a qualitative methodology, from a critical paradigm and phenomenological design, which seeks the root of occupational problems from the understanding of social situations in the face of the pandemic and inequities in the implementation of social and health measures in Chile.

Objectives: To analyze the occupational effects experimented by Occupational Therapy students in a public University in the central southern area of Chile during COVID-19 pandemic in 2021.

Results: The results aim to a shared occupational imbalance perception among students of Occupational Therapy, characterized as a feeling of giving more time and importance to one occupation over another, consequently affecting the daily routine, the motivation to participate in productive occupations and the feeling of efficiency.

Conclusions: Sociopolitical context is related to occupational imbalance perception between Occupational Therapy students. This perception is shared and collective.

Keywords: Social Determinants of Health. Occupational Balance. Socio Sanitary Measures. Occupational Imbalance.

1. Introducción

El impacto social y sanitario de la pandemia por COVID-19 en Chile se configura como un problema estructural, donde el territorio nacional se ve afectado por los efectos sociales y las medidas institucionales utilizadas para enfrentar la problemática. Los efectos mencionados son mayormente visibles en el espectro social, donde las enormes disparidades sociales se han hecho más evidentes con el confinamiento, evidenciándose una necesidad urgente de que los gobiernos diseñen, planifiquen y coordinen respuestas multisectoriales mínimas para proteger y mejorar el bienestar psicosocial de las personas más vulnerables (Leiva et al., 2020).

El Ministerio de Salud de Chile (MINSAL) promulgó políticas institucionales y medidas socio sanitarias para proteger la salud de la población. Esta nueva estructura promovida por cambios contextuales es capaz de alterar el acceso, exploración y desempeño en actividades. Tal es el caso de la educación formal, en la cual cada estudiante debe adoptar, y adaptarse, dentro de sus posibilidades, a la nueva modalidad virtual de enseñanza. Es así como los efectos de las políticas públicas adoptadas por el gobierno chileno se configuran como determinantes de la salud de las personas, afectando las esferas sociales, económicas y ocupacionales (Organización Panamericana de la Salud [OPS], s.f.).

Lo anterior se relaciona al entendimiento actual del concepto de equilibrio ocupacional, donde existe una interrelación entre las posibilidades de acceso y la calidad de las ocupaciones de cada persona. El equilibrio es percibido como un estado en el que las ocupaciones satisfacen necesidades fisiológicas, son congruentes con los valores individuales y entregan una experiencia afectiva que promueve el bienestar (Anaby et al., 2010). De la misma forma, el equilibrio ocupacional se asocia a

la percepción de salud y calidad de vida (Park et al., 2021).

Si bien el equilibrio ocupacional está mediado por factores sociales, se documenta que es una percepción individual, determinada por la cantidad, variación, congruencia y compatibilidad entre ocupaciones (Eklund et al., 2016; Wagman et al., 2015; Wagman et al., 2012). Esta percepción individual está mediada por la satisfacción y el significado (Håkansson et al., 2008) y una disminución en las habilidades funcionales o el acceso a las ocupaciones puede llevar a un desequilibrio ocupacional (Eklund et al., 2016).

Al igual que las ocupaciones, el equilibrio y desequilibrio ocupacional varían según el contexto y las características propias de cada persona. Es así, como factores ambientales, contextuales, personales y ocupacionales pueden ser causantes de desequilibrio ocupacional. Dentro de la bibliografía, el desequilibrio ocupacional no se trabaja como un opuesto teórico al equilibrio ocupacional, sino más bien una serie de insatisfacciones en el hacer, llevando a una percepción negativa de desempeño y acceso a ocupaciones (Peral, 2017), sin embargo, sólo se problematiza desde una perspectiva individual (Anaby et al., 2010).

Se documenta principalmente que el desequilibrio ocupacional, al igual que el equilibrio ocupacional, es una experiencia individual provocada por múltiples factores (Anaby et al., 2010), dentro de los cuales se destacan los factores contextuales. Asimismo, se problematiza el entendimiento sólo individual del equilibrio ocupacional, aludiendo a que los factores contextuales sociales afectan la percepción de equilibrio (Nithis y Wagman, 2020; Nissmark y Malmgren, 2020).

A nivel ocupacional, el desequilibrio ocupacional tiene consecuencias positivas, referidas a aquellas en las que experimentarlo permitía buscar motivaciones, afrontar retos y desarrollarse como persona; al mismo tiempo tiene consecuencias negativas, tales como producir un daño o algún tipo de malestar, como sentirse inútil, aburrirse, agobiarse o enfermar (Peral, 2017). A su vez, se ha documentado que el equilibrio y desequilibrio ocupacional juegan un rol importante en la percepción de funcionalidad, regulación emocional y salud mental (Romero et al., 2024; Chan et al., 2022; Blanco et al., 2012).

El desequilibrio ocupacional sirve como mediador entre las características ocupacionales y el bienestar. En consecuencia, el bienestar está influenciado por el desequilibrio ocupacional, el cual a su vez está influenciado por características de la ocupación en la cual uno se desempeña, lo que se traduce a que también se influencia por los rangos de la personalidad de cada persona (Anaby et al., 2010).

Un grupo de interés para el estudio del alcance del equilibrio ocupacional y desequilibrio ocupacional son las y los estudiantes universitarios en contextos de prácticas profesionales, el cual corresponde al último componente curricular en la formación universitaria, donde las y los estudiantes se enfrentan a contextos reales de atención usuaria. También definido en estudios universitarios del área de la salud como “internado clínico”.

Por un lado, existe una relación entre el estrés psicológico de aquellos estudiantes asociado al sobre esfuerzo y a sobre comprometerse con sus procesos de educación (Porru et al., 2020). De la misma forma, estos estados de estrés pueden afectar el estado de equilibrio o desequilibrio ocupacional, el cual también se considera un estado relativo,

asociado a las demandas y actividades de las ocupaciones en las que se participa (Backman, 2004). Finalmente, el alcance específico de los factores involucrados en la percepción de desequilibrio ocupacional, así como de su comprensión colectiva aún no se han estudiado.

Para ello se busca responder a la pregunta ¿Cómo afectó la pandemia por COVID-19 en las ocupaciones, participación ocupacional y decisiones personales de las y los estudiantes en práctica profesional de Terapia Ocupacional en una Universidad pública en la zona centro sur de Chile durante el año 2021?

Este estudio tiene como objetivo Analizar los efectos ocupacionales experimentados por estudiantes en práctica de terapia ocupacional en una Universidad Pública de la zona centro sur de Chile durante el período de pandemia por COVID-19 en el año 2021.

2. Método

La problemática se observa desde un paradigma de teoría crítica, donde “el investigador crítico observa los hechos desde la perspectiva marcada por el momento histórico, cultural y social de su tiempo, los cuales deben ser observados en sus potencialidades y significados para ser comprendidos en el contexto social e histórico en que se produce” (Gamboa, 2011, p. 48).

Se propone un enfoque cualitativo, donde se priorizan significados, significaciones, experiencias y subjetividades personales de los sujetos de estudio. Esto se justifica debido a que el equilibrio ocupacional es una experiencia personal y subjetiva. La investigación cualitativa proporciona profundidad a los datos, dispersión, riqueza interpretativa, contextualización del ambiente o entorno, detalles y experiencias únicas (Hernández et al., 2014).

El diseño a utilizar es el diseño fenomenológico, el cual nos permite interpretar el espacio social y contextualizar el tiempo donde ocurren las experiencias, siendo orientado a la descripción e interpretación de las estructuras fundamentales de la experiencia vivida, al reconocimiento del significado de las experiencias. Este método compone un acercamiento coherente y estricto al análisis de las dimensiones éticas, relacionales y prácticas (Fuster, 2019). El diseño se centra en el análisis de experiencias subjetivas de las y los estudiantes, es decir, pretende describir y entender los fenómenos desde el punto de vista de cada participante y desde la perspectiva construida colectivamente (Salgado, 2007).

El alcance a utilizar es exploratorio, debido a que pretende estudiar un fenómeno ocupacional y su relación con factores no estudiados anteriormente. Este alcance de investigación se utiliza cuando la revisión de la literatura revela que sólo hay guías no investigadas e ideas vagamente relacionadas con el problema de estudio, o bien, si deseamos indagar sobre temas y áreas desde nuevas perspectivas (Hernández et al, 2014). Esto se debe a que el equilibrio ocupacional es un concepto complejo, el cual se le otorgan diferentes definiciones, debido a sus características subjetivas y contextuales. De la misma forma, tampoco se asegura una conexión entre salud y equilibrio ocupacional, pero sí se ha registrado que una percepción negativa de la propia salud está asociado al desequilibrio ocupacional.

Los criterios de inclusión contemplan que los y las participantes deben cumplir todos los siguientes requisitos: Estudiantes de 5to año de Terapia Ocupacional de Universidad pública de Rancagua que se encuentren realizando su práctica profesional, que no hayan reprobado asignaturas y que participen de manera voluntaria. Para contactar a las personas interesadas se utilizó la estrategia bola

de nieve, donde se identificaron a agentes clave, los cuales apoyaron la difusión de la investigación.

Las personas que cumplieron los requisitos fueron 6 estudiantes de Terapia Ocupacional, las y los cuales accedieron a participar de manera virtual a través de reuniones telemáticas. Se utilizaron técnicas de recogida de información individual, más específicamente, entrevistas semiestructurada cuyo propósito era realizar preguntas sobre experiencias, opiniones, valores y creencias, emociones, sentimientos, hechos, historias de vida, percepciones y atribuciones (Hernández et al., 2014) con respecto a las temáticas de experiencias percibidas durante el período a estudiar, en relación a participación ocupacional, salud mental y percepción de desequilibrio ocupacional. Es una instancia de experiencia de diálogo única en la que no hay estandarización (Hernández et al., 2014), lo cual permite profundizar, reflexionar y conversar desde la experiencia con el grupo de estudio.

Se elaboró un guion de entrevista semiestructurada, basado en los objetivos y pregunta de la investigación. Las entrevistas se realizaron en sesiones individuales, con una duración media de una hora. Todas las entrevistas fueron realizadas a través de video llamada en una plataforma gratuita, siendo grabadas en formato audio y transcritas literalmente. Para el análisis de las experiencias de los participantes se consideró solamente la información surgida durante las entrevistas, además de ser visualizadas a través de criterios del rigor metodológico, como la credibilidad, la auditabilidad o confirmabilidad y la transferibilidad o aplicabilidad (Castillo y Vasquez, 2003).

Se utilizó el análisis temático cualitativo (Braun y Clarke, 2006) en seis momentos, los que incluyen la familiarización, generación de códigos, temas centrales, revisión, categorización y reporte final.

Este proceso se realizó con el software Atlas ti versión 22. Para discutir las categorías obtenidas en proceso de codificación y categorización, la información fue sometida a un proceso de triangulación de investigadores, conformando equipos de investigación para discutir y analizar, superando los sesgos que le daría un investigador solitario a un determinado proyecto (Forni & De Grande, 2020)

La metodología de investigación se elaboró en base a los principios éticos propuestos por la comisión de ética de la Universidad de O'Higgins, asimismo, con la creación de un consentimiento libre e informado. El consentimiento informado incorpora los nombres de los y las responsables de la investigación, los objetivos de ésta y las garantías

para los y las participantes. La investigación resguarda la confidencialidad y la autonomía de las y los participantes. Asimismo, se cuenta con la evaluación del Comité de Ética de la Universidad de O'Higgins mediante un Certificado de Aprobación durante el 8 de julio de 2021, resolviendo aprobar el proyecto.

3. Resultados y Discusión

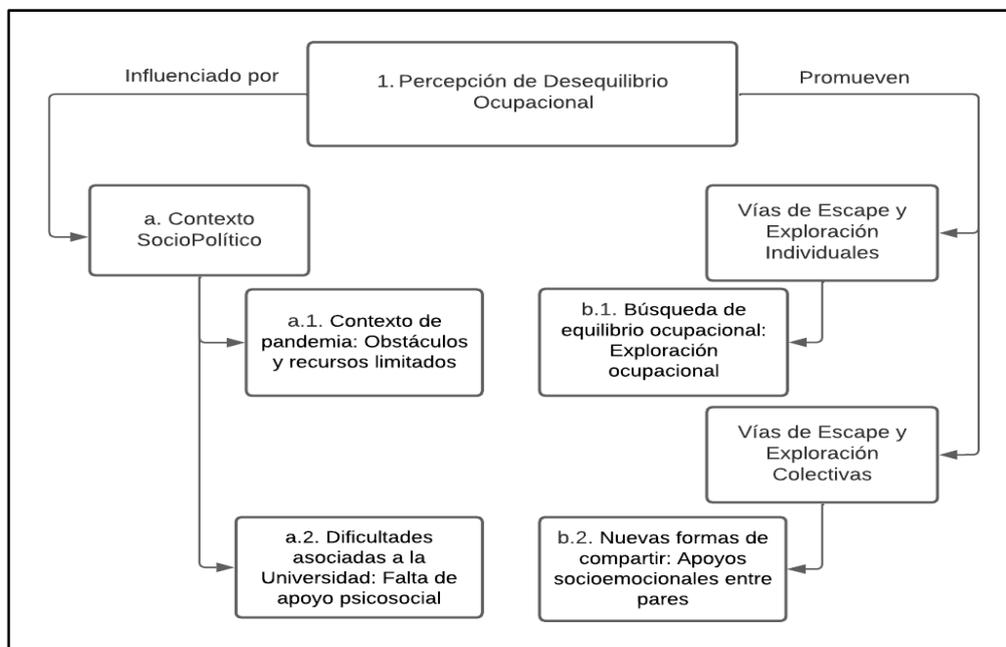
Se llevaron a cabo seis entrevistas a estudiantes en práctica profesional de Terapia Ocupacional, las cuales fueron consideradas para su posterior análisis y codificación. La caracterización de las personas participantes se encuentra en la Tabla 1.

Tabla 1. Caracterización de participantes.

Nombre (Seudónimo)	Edad	Estudios
Roberto (R.)	25	Práctica profesional de Terapia Ocupacional
Marisela (M.)	24	Práctica profesional de Terapia Ocupacional
Bernarda (B.)	26	Práctica profesional de Terapia Ocupacional
Dania (D.)	25	Práctica profesional de Terapia Ocupacional
Jazmín (J.)	27	Práctica profesional de Terapia Ocupacional
Camila (C.)	24	Práctica profesional de Terapia Ocupacional

Se presentan los resultados en cuanto a la percepción de desequilibrio ocupacional asociado a 2 temáticas centrales: el contexto sociopolítico en el que los estudiantes desempeñaron sus internados clínicos y las diversas vías de escape, individuales y colectivas, para disminuir la carga psicológica y ocupacional (figura 1).

Figura 1. Formas e influencias del desequilibrio ocupacional.



Nota. Figura de Elaboración Propia. Relación entre la percepción de desequilibrio ocupacional, el efecto del contexto y las diversas formas de adaptación, en forma de vías de escape individuales y colectivas.

El contexto socio sanitario generó diversas modificaciones en la vida de cada una de las personas y de sus ocupaciones. Para las y los estudiantes del internado clínico les significó dificultades en múltiples dimensiones: físico, psicológico y social. Asociado a lo anterior, se hace presente la percepción de desequilibrio ocupacional de manera transversal, motivado por factores políticos, sociales, institucionales y personales, los cuales se ven representados por instituciones: políticas socio sanitarias e institución educativa. Por otro lado, para sobrellevar estos cambios ocupacionales, las y los estudiantes participan en la búsqueda y exploración de vías de escape, de manera individual, a través de ocupaciones y actividades concretas, y de manera colectiva, a través de apoyos sociales y emocionales entre pares.

1) Percepción de desequilibrio ocupacional.
Dentro de la experiencia de internado clínico se da cuenta de problemáticas asociadas a la cantidad de tiempo que demandaba, tanto en los momentos presentes dentro del lugar, como por fuera al estar en sus casas.

*“Son entre 35 a 40 horas semanales lo que nos exigen desde campos clínicos, de lunes a viernes durante 9 semanas (...) no tengo vida prácticamente, porque no me alcanza el tiempo. Estoy todo el día planificando, viendo lo que tengo que hacer para el internado, durante el fin de semana es lo mismo, (...) no tengo tiempo para hacer nada, entonces eso siento que igual ha afectado mi desempeño.”
(D.).*

Las y los estudiantes refieren necesitar tiempo tanto para el estudio, como también para la planificación diaria, junto con esto desempeñar sus roles. Si bien el proceso de formación práctica corresponde a un modelamiento del ejercicio laboral profesional, se destacaba la necesidad de un acompañamiento psicosocial, a favor de participar en las labores educativas y organizar tiempos para el autocuidado.

Por otro lado, las medidas socio sanitarias también aportan a la percepción de desequilibrio, como se expresa a continuación:

“En pandemia era como levantarme y sin ánimo, siempre tarde quizás tenía las clases como a las 9 pero me despertaba más tarde. Almorzaba super tarde y mal así. A veces por esto mismo que no ponía... no me servían mucho las clases online, no iba y tenía mucho tiempo de ocio.” (M.).

El cambio descrito anteriormente se expresa como una desestructuración de las rutinas cotidianas, promoviendo la percepción de desequilibrio ocupacional, que perjudica el bienestar y la calidad de vida de los estudiantes. Es así como se configura una percepción situada de desequilibrio ocupacional, donde esta población se ve forzada a estructurar su vida alrededor de las ocupaciones productivas.

a) Contexto Socio Político: Obstáculos y desafíos a raíz de las medidas socio sanitarias.

Las políticas de aislamiento están presentes como un componente de preocupación en el relato de las personas entrevistadas. Es así como aquellas personas que confirman contagio por COVID-19 y son trasladados a residencias sanitarias se ven enfrentados a barreras físicas y sociales, donde el cumplimiento de las responsabilidades académicas supera

la necesidad de visibilizar su propio estado de salud, como se menciona a continuación:

“Entonces yo sentí que, bueno, los síntomas físicos son “agh” como muy fuertes, pero también, por ejemplo, estar en la residencia sanitaria ahí como ni siquiera ver la luz del día también fue muy cuático, siento que además de afectar, así como físicamente también afecta psicológicamente.” (M.).

El contagio de COVID - 19 es una experiencia negativa, compuesta de cambios que afectan tanto en salud física como mental. Las residencias sanitarias se presentan como un ambiente no habitual para las personas que contraen el virus, aumentando el aislamiento y el malestar general.

“Quizás sí, como uno se pone más sedentario quizás. Sí, es como eso más que nada, como menos horas para hacer ejercicio quizás, o por esto mismo de las restricciones de no poder salir.” (R.).

a.1) Contexto de pandemia: Desafíos y recursos limitados

Los cambios contextuales mediados por políticas institucionales direccionan los procesos de adaptación de las y los estudiantes hacia una nueva modalidad de aprendizaje y de ejercicio profesional. En este caso, la modalidad online, ya sea de aprendizaje o de prestación de salud se percibe como una experiencia negativa emocional y académicamente:

“En mi caso, si me hubiera tocado online igual hubiera estado más bajoneado, me sentía triste producto de la pandemia no poder haber hecho como un proceso práctico profesional como se debe igual, presencial y con todas las cosas que eso conlleva.” (R.).

Las barreras para acceder a la propuesta normativa de aprendizaje práctico conllevan distintos procesos de afectación en la dimensión emocional. De la misma forma, la participación en estos contextos invita también a la aparición de sentidos de ineficacia o desvalorización del proceso formativo.

“Estaba con mi notebook en la residencia sanitaria, escuchando las clases ahí pa’ la embarrá’ con dolor de cabeza, y eso si como que tuve la posibilidad de comunicar de que estaba enferma, que estaba en una residencia sanitaria pero no lo hice, me acuerdo que se lo comuniqué a una sola profesora, pero no lo quise hacer al resto porque quería finalizar luego y no postergarlo.” (M.).

Existe también un abandono de actividades significativas, ya sea por la falta de tiempo o por procesos de alienación ocupacional. Se propone un ejemplo desde la salud física, donde se expresa el abandono de actividades, como lo es el ejercicio físico, tanto por las medidas socio sanitarias como por cumplir las exigencias del internado clínico.

“Si la verdad es que igual faltaron muchas herramientas por parte del gobierno, principalmente en los aspectos que tienen que ver con la salud mental, pero no hay mucho que hacer desde ese ámbito, soportar no más el tema de las malas acciones de parte del gobierno.” (J.).

Finalmente, existe un descontento con el manejo institucional y político, lo que produce efectos en la salud mental. La falta de apoyo y de una política pública situada propician la aparición de situaciones de estrés e incertidumbre. Esto se produce por conflictos y roces con familiares, por mayor cantidad de tiempo en el hogar, lo que conlleva también a una desestructuración de la rutina y jornadas de trabajo extensas en un ambiente compartido.

a.2) Dificultades asociadas a la comunidad educativa: Falta de apoyo psicosocial

Dentro de las dificultades asociadas a la universidad se destaca la falta de apoyo en aspectos psicosociales:

“Igual encuentro como que la Universidad no da tantas herramientas. En el protocolo como de la práctica o del ramo de práctica, ya sea salud física o niños, te dice que tú no puedes faltar más que 4 días, ¿cachai? Y así tajante (...) una compañera incluso, falleció su abuelo de COVID y la U como que tampoco la apañó mucho en ese sentido.” (R.).

La carga ocupacional del internado clínico provocó un impacto emocional significativo en los estudiantes, donde la mayoría requerían apoyo psicológico para poder sobrellevar estas situaciones. Si bien dentro de la Universidad se entregan servicios de apoyo psicológico, este no logra ocuparse completamente de las necesidades de los estudiantes. Es por ello que las y los estudiantes manifiestan que este apoyo se tiene que solicitar de manera externa a la universidad, provocando una carga económica. Asimismo, las medidas socio sanitarias no solo afectan la dimensión de la salud, sino también aspectos económicos, debido a que los tiempos de traslado se traducen en viajar largos trayectos todos los días o optar por la opción de arrendar en la localidad de internado por una mejor calidad de vida durante este proceso.

“Me costó encontrar arriendo, llegué allá, encontré arriendo en la semana, pero yo llegué allá y me quedé en una residencia de otra Universidad, que la Universidad les puso ahí una residencia y nuestra Universidad no nos puso nada, solamente como una beca de 70 lucas, pero como para dos meses. Y mi

arriendo salía 120 mensual, entonces fue difícil igual, al principio.” (M.).

Uno de los factores que afecta, tanto el aprendizaje como la percepción de eficacia en lo académico, fue el cambio de modalidad de presencial a virtual motivado por las medidas socio sanitarias.

“Pero sí me di cuenta que ese cambio de clases presenciales a clases online ahí sí cambió mi desempeño, porque si sentí que yo le daba menos importancia a las clases online, porque sentía que cualquier cosa me desconcentraba po, no se po estaba en clases y mi mamá abría la puerta para pedirme algo y ya me desconcentraba, podía volver a mirar la pantalla pero no estaba concentrada ¿cachai? Entonces sí sentí que ese cambio de clases presenciales a online si cambió mi desempeño pa’ peor.” (M.)

La falta de contenidos y la percepción de poca preparación afecta a las y los estudiantes en su rendimiento y autoestima frente al proceso de internado. Finalmente, todas las problemáticas antes mencionadas decantan en una inseguridad globalizada para enfrentar el internado clínico. Por una parte, las y los estudiantes describen la experiencia del internado desde lo personal como:

“Era una sensación propia de sentirte inútil, como que tú no sabes cosas que a estas alturas ya deberías saber. Y eso igual desmotiva porque, por ejemplo, yo en ese internado ese primer mes, yo no quería ir al internado, no sé.” (B.).

b.1) Búsqueda de equilibrio ocupacional: Exploración ocupacional

Para favorecer los procesos de adaptación a las medidas socio sanitarias y buscar nuevas formas de au-

tocuidado, invita a cada persona a repensar sus intereses y encontrar formas alternativas de satisfacción, como se menciona a continuación:

“La pandemia hizo que yo tuviera esta nueva exploración de intereses, descubrí incluso el hobby de andar en bicicleta por este tema (...) para mí la bicicleta ha sido ese salvavidas durante todo este periodo de pandemia”. (J.)

Si bien las medidas socio sanitarias cambian y desestructuran la cotidianidad de las personas, existe una motivación personal por doblegar la imposición del contexto. La exploración ocupacional se convierte en una forma de enfrentar los cambios contextuales e institucionales, permitiendo acceder a nuevas formas ocupacionales a favor del bienestar.

“No sé si mencionar esto, pero a base de la pandemia empecé a fumar (marihuana), cosa que antes no hacía.” (M.)

Al mismo tiempo, la exploración ocupacional a raíz de la percepción de desequilibrio ocupacional puede propiciar la participación en actividades como el consumo de sustancias. Este proceso de exploración está mediado por una necesidad inmediata de satisfacción y búsqueda de bienestar.

b.2) Nuevas formas de compartir: Apoyos socio-emocionales entre pares

Tanto las políticas institucionales como las propias demandas del proceso formativo se configuran como barreras de participación social para las y los estudiantes. En este proceso de adaptación, los enfoques de participación social cambian a un esfuerzo individual de autocuidado, como se menciona a continuación:

“Sentía que ahí había pasado de realizar actividades con otras personas, pasó a ser algo más individual, no sé, hacerse más amiga del netflix, ver películas y series, compartir más con mis mascotas. Y claro, toda esa interacción social cayó, disminuyó, o sea, yo sentía que cuando estábamos como recién en ese contexto, era como que en verdad no había vida social, entonces era muy poco lo que interactuaba con otras personas fuera de mi entorno familiar.” (M.).

Las actividades de participación social se ven obstaculizadas por barreras políticas e institucionales que impiden la reunión. Esto determina que las y los estudiantes exploren nuevas formas de relacionarse y formar nuevos vínculos como apoyos sociales y emocionales:

“Quizá por ejemplo no hablamos tanto, pero en la práctica pasada estuve en el centro con 3 compañeras más, y el lazo que se formó fue súper bueno para poder llevar a cabo la práctica, era como que uno no estaba sola.” (B.)

De esta forma, los lazos entre compañeros permiten sostener los desafíos personales y contextuales que promueve el internado clínico, permitiendo enfrentar los procesos educativos bajo una percepción de compañerismo y colaboración. Asimismo, los pares, amigos, familiares y docentes constituyen una dimensión social y comunitaria de apoyos que permiten una articulación positiva hacia la disminución de síntomas psicológicos y emocionales, y de la carga ocupacional, como se menciona a continuación:

“Pero más que nada como amigos, familiares, siempre en los momentos de episodios depresivos que uno pueda tener, o en los momentos de estrés, e igual con algunos profesores

que son de confianza, algunos tutores, y eso más que nada.” (R.)

4. Discusión

Las medidas socio sanitarias implementadas en Chile durante la pandemia de COVID-19 en los años 2020 y 2021 se reflejan en un abanico de decisiones a nivel institucional afectando la cotidianidad de las personas. Para la comunidad universitaria de la Universidad de O’Higgins significó cambiar su modalidad de enseñanza a la virtualidad, replicando esta modalidad a algunos internados clínicos de estudiantes de Terapia Ocupacional.

Este nuevo escenario de incertidumbre moviliza a las y los estudiantes a reconfigurar sus rutinas y sus ocupaciones frente a los desafíos del contexto socio-político. Es así como el concepto de equilibrio y desequilibrio ocupacional se hacen presentes en la vida de cada estudiante. Por una parte, el equilibrio ocupacional se expresa como una percepción individual de desempeñar en igual cantidad y calidad de atención las ocupaciones cotidianas, como lo dicho por Liu et al. (2021) donde la mayoría de los estudios de equilibrio ocupacional se han hecho en sociedades occidentales, hay un énfasis implícito en el individualismo, lo que conduce a las visiones de equilibrio ocupacional como un fenómeno de conductas y preferencias personales.

Sin embargo, el equilibrio ocupacional en estudiantes de Terapia Ocupacional se “desequilibra” hacia las ocupaciones académicas, destinando mayor tiempo y atención al internado clínico. Estas consecuencias están dadas por factores ambientales o institucionales; la falta de apoyo y seguimiento en los internados clínicos requiere que las y los estudiantes dediquen mayor esfuerzo tanto para el rendimiento académico como para encontrar nuevas formas de acceder al conocimiento necesario para

rendir sus evaluaciones y procesos prácticos. Se invita a reflexionar sobre el concepto de equilibrio ocupacional como un término percibido personalmente, pero que está fuertemente influenciado por factores contextuales, como las políticas institucionales y el contexto histórico en el que se enmarca. Lo anterior se relaciona con lo propuesto por Nissmark y Malmgren (2020), quienes afirman que el malestar o desequilibrio de salud u ocupacional afecta el entorno social, generando un desequilibrio en la familia o en los pares.

Las ocupaciones de esparcimiento, como el ocio y la participación social, son pospuestas o reemplazadas por actividades productivas. Sin embargo, éstas son intensamente buscadas por las y los estudiantes como un insumo a implementar en sus vidas cotidianas por la satisfacción y desconexión que permiten frente a las exigencias de las actividades productivas. La búsqueda por ocuparse y adaptarse es necesaria porque los individuos necesitan cambiar lo que hacen para responder al nuevo contexto para mantener su desempeño ocupacional (Klinger, 2005). Sin embargo, la búsqueda de participación y exploración en el esparcimiento puede llevar a la persona a encontrarse con ocupaciones iatrogénicas, por lo que el acompañamiento y levantamiento de problemáticas asociadas a ésta área de la ocupación es clave.

Si nos remitimos a la pregunta de investigación, las medidas socio sanitarias implementadas en Chile sí tienen un efecto en el equilibrio ocupacional de las y los estudiantes en práctica de Terapia Ocupacional. El contexto socio político en Chile se expresa en las medidas socio sanitarias de restricción de movimiento y de reunión. Esto obliga a las y los estudiantes a adaptarse a una modalidad de aprendizaje nueva, con desafíos en materia de recursos, motivación y sentido de eficiencia. La falta de motivación para participar en las clases del año 2020 y los cursos remediales del año 2021 se configura como

una inseguridad profesional para desempeñarse en el internado clínico. Finalmente, los factores descritos anteriormente, desde lo macro a lo particular, obliga a los y las estudiantes a destinar mayor tiempo, dedicación, significado y valor a las actividades académicas, promoviendo la percepción de desequilibrio ocupacional. Lo anterior se condice con lo dicho por Parnell (2020), donde describe el concepto de desequilibrio ocupacional como estar bajo o sobre ocupado por darle tiempo excesivo a una ocupación a expensas de otra.

5. Conclusiones

Las medidas socio sanitarias implementadas por el gobierno de Chile presentaron una serie de cambios en la estructura social, política e institucional a lo largo del país. Diferentes situaciones en el territorio promueven síntomas dentro del marco de la salud mental, tales como la preocupación, temor e incertidumbre. Desde este punto, las personas como seres ocupacionales enfrentan la reestructuración de sus rutinas y la lucha por mantener o adaptar la multiplicidad de roles en el hogar, trabajo y comunidad educativa.

En ese sentido, las experiencias de las y los estudiantes de Terapia Ocupacional en internado clínico se desempeñan en un escenario de constante incertidumbre, que se enmarca tanto desde una percepción social compartida respecto de las inequidades visibilizadas por contexto socio sanitario y sociopolítico en Chile durante el período 2020-2021, como también desde la apreciación personal de su desempeño en el último proceso de formación universitaria.

Es posible comenzar a problematizar y reflexionar sobre una percepción de desequilibrio ocupacional compartida entre estudiantes de internado clínico de Terapia Ocupacional, caracterizado como una sensación de entregar mayor tiempo e importancia

a una ocupación sobre otra, provocando por consiguiente la afectación de la rutina diaria, la motivación por participar en ocupaciones productivas y el sentimiento de eficacia. Los efectos ocupacionales mencionados anteriormente se manifiestan de manera transversal en una inseguridad en el desempeño profesional del internado clínico.

Los resultados permiten reforzar las definiciones de equilibrio ocupacional y desequilibrio ocupacional como un concepto relacionado a la percepción individual, pero se problematiza hacia la reflexión de estos conceptos como colectivos e influenciados directamente por el contexto social y político.

Relacionado a lo anterior, como principales limitaciones de esta investigación fueron definidas por las restricciones de reunión, que impidieron realizar

las entrevistas de manera presencial y el desarrollo de otras actividades colectivas, como un grupo focal. La combinación de estas dos estrategias puede permitir reforzar la definición de equilibrio ocupacional como una percepción colectiva.

Fuentes de Financiamiento

Este trabajo no cuenta con fuentes de financiamiento.

Agradecimientos

Agradecimientos a las personas participantes de esta investigación, al equipo docente y a nuestros colegas Terapeutas Ocupacionales.

6. Referencias

- Anaby, D., Jarus, T., Backman, C., & Zumbo, B. (2010). The Role of Occupational Characteristics and Occupational Imbalance in Explaining Well-being. *Applied Research Quality Life*, 5, 81-104. <https://doi.org/10.1007/s11482-010-9094-6>
- Blanco, G., Ángulo, Y., Contreras, J., Pacheco, Y., & Vargas, V. (2012). Estrés y desempeño ocupacional en estudiantes de terapia ocupacional. *Revista Chilena de Terapia Ocupacional*, 12(1), 1-16. <https://adnz.uchile.cl/index.php/RTO/article/view/22048/23365>
- Backman, C. (2004). Occupational Balance: Exploring the Relationships among Daily Occupations and Their Influence on Well-Being. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 71(4), 202-209. <https://doi.org/10.1177/000841740407100404>
- Braun, V., & Clarke, V. Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Chan, M., Al Balushi, A., Al-Adawi, S., Alameddine, M., Al Saadoon, M., & Bou-Karroum, K. (2022). Workplace bullying, occupational burnout, work-life imbalance and perceived medical errors among nurses in Oman: A cluster analysis. *Journal of Nursing Management*, 30(6), 1530-1539. <https://doi.org/10.1111/jonm.13432>

- Eklund, M., Orban, K., Argentzell, E., Bejerholm, U., Tjörnstrand, C., Erlandsson, L., & Håkansson, C. (2016): The linkage between patterns of daily occupations and occupational balance: Applications within occupational science and occupational therapy practice. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 24(1), 41-56. <https://doi.org/10.1080/11038128.2016.1224271>
- Forni, P., & Grande, P. (2020). Triangulación y métodos mixtos en las ciencias sociales contemporáneas. *Revista mexicana de sociología*, 82(1), 159-189. <https://doi.org/10.22201/iis.01882503p.2020.1.58064>
- Fuster, D. (2019). Investigación cualitativa: Método fenomenológico hermenéutico. *Propósitos y Representaciones*, 7(1), 201-229. <https://doi.org/10.20511/pyr2019.v7n1.267>
- Gamboa, R. (2011). El papel de la teoría crítica en la investigación educativa y cualitativa. *Revista Electrónica de Diálogos Educativos*, 21, 53-70. <http://revistas.umce.cl/index.php/dialogoseducativos/article/view/1079/2661>
- Håkansson, C., Lissner, L., Bjorkelund, C., & Sonn, U. (2008). Engagement in patterns of daily occupations and perceived health among women of working age. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 16(2), 110-117. <https://doi.org/10.1080/11038120802572494>
- Hernández, R. Fernández, C. y Baptista, M. (2014). *Metodología de la Investigación*. Sexta Edición. McGraw Hill Education.
- Klinger, L. (2005). Occupational adaptation: Perspectives of people with traumatic brain injury. *Journal of Occupation Science*, 12(10), 9–16. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/14427591.2005.9686543>
- Leiva, A., Nazar, G., Martínez, M., Petermann, F., Richezza, J., & Celis, C. (2020). Dimensión psicosocial de la pandemia: la otra cara del COVID-19. *Ciencia y enfermería*, 26(10), 1-12. <https://doi.org/10.29393/ce26-3dpal60003>
- Liu, Y., Zemke, R., Liang, L. & McLaughlin, J. (2021). Occupational harmony: Embracing the complexity of occupational balance. *Journal of Occupational Science*, 30(2), 145-159. <https://doi.org/10.1080/14427591.2021.1881592>
- Nissmark, S. & Malmgren, A. (2020). Occupational balance among family members of people in palliative care. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 27(7), 500-506. <https://doi.org/10.1080/11038128.2018.1483421>
- Nithis, B. & Wagman, P. (2020). Occupational balance from a clinical perspective. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 29(5), 373-379. <https://doi.org/10.1080/11038128.2020.1865450>
- Organización Panamericana de la Salud. (s.f.). Determinantes sociales de la salud. <https://www.paho.org/es/temas/determinantes-sociales-salud#:~:text=La%20Organizaci%C3%B3n%20Mundial%20de%20la,condiciones%20de%20la%20vida%20cotidiana%22>
- Park, S., Lee, H., Jeon, B., Yoo, E., Kim, J., & Park, J. (2021). Effects of occupational balance on subjective health, quality of life, and health-related variables in community-dwelling older adults: A structural equation modeling approach. *PLoS One*, 16(2). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0246887>
- Parnell, R. (2020). Occupational imbalance in hurried African American working mothers. *Journal of Occupational Science*, 29(1), 82-96. <https://doi.org/10.1080/14427591.2020.1839785>
- Peral, P. (2017). *Equilibrio Ocupacional en Estudiantes de Terapia Ocupacional*. [Tesis Doctoral]. Universidad Miguel Hernández de Elche. <http://dspace.umh.es/bitstream/11000/3768/1/TD%20Peral%20G%C3%B3mez%2C%20Paula.pdf>

- Porru, F., Robroek, S., Bültmann, U., Portoghese, I., Campagna, M., & Burdorf, A. (2020). Mental health among university students: The associations of effort-reward imbalance and overcommitment with psychological distress. *Journal of Affective Disorders*, 1(282), 953-961. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.12.183>
- Romero, D., Toledano, A., Pinilla, M., Sánchez, O., García, J., Triviño, J., Ortiz, A. (2024). Occupational Balance and Emotional Regulation in People With and Without Serious Mental Illness. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 91(1), 100-109. <https://doi.org/10.1177/00084174231178440>
- Salgado, A. (2007). Investigación cualitativa: diseños, evaluación del rigor metodológico y retos. *Liberabit*, 13(13), 71-78. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272007000100009&lng=es&tlng=es
- Wagman, P., Håkansson, C., & Björklund, A. (2012). Occupational balance as used in occupational therapy: a concept analysis. *Scandinavian journal of occupational therapy*, 19(4), 322-327. <https://doi.org/10.3109/11038128.2011.596219>
- Wagman, P., Håkansson, C., Jonsson, H. (2015). Occupational Balance: A Scoping Review of Current Research and Identified Knowledge Gaps. *Journal of Occupational Science*, 22(2), 160-169. <https://doi.org/10.1080/14427591.2014.986512>



(Des)equilibrio Ocupacional como una experiencia colectiva: Un análisis de los efectos ocupacionales experimentados por estudiantes de Terapia Ocupacional durante el período de pandemia por COVID-19 en una Universidad pública de la zona centro sur de Chile está distribuido bajo una [Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/).