

**Zeitschrift:** Panorama suizo : revista para los Suizos en el extranjero  
**Herausgeber:** Organización de los Suizos en el extranjero  
**Band:** 47 (2020)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Covid-19 y confinamiento: un fuerte impacto en la población : los suizos ante un nuevo estilo de vida  
**Autor:** Herzog, Stéphane  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1033085>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 11.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

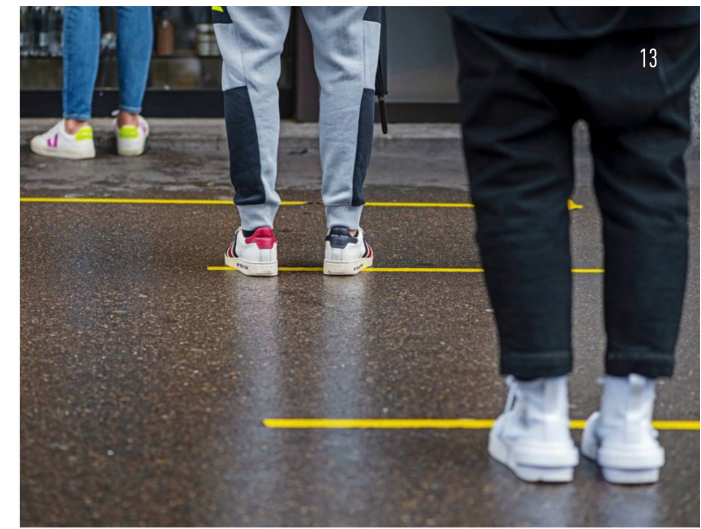
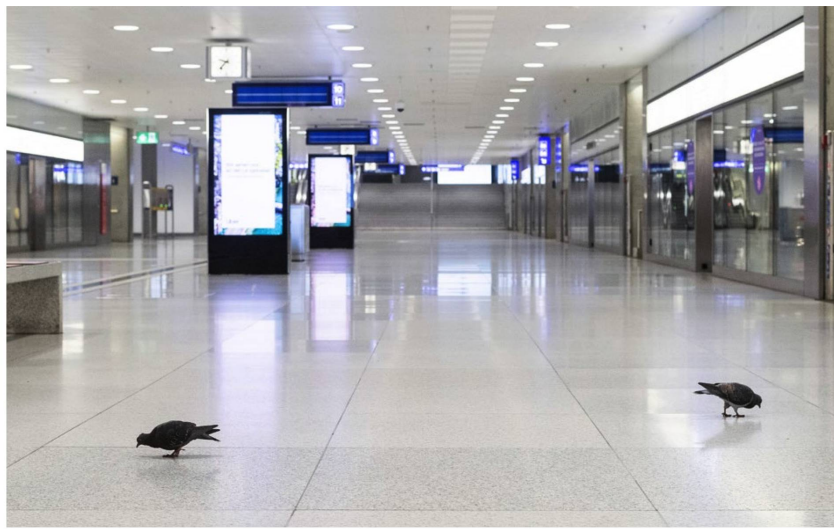
Hay crisis cuando...

... todos compran y almacenan ingentes cantidades de papel higiénico.

... la estación de trenes más grande de Suiza luce desierta en horas pico (Zürich).

... hay cintas adhesivas en el suelo para mantener la distancia entre las personas.

Fotos Keystone



Covid-19 y confinamiento: un fuerte impacto en la población

## Los suizos ante un nuevo estilo de vida

La vivienda se convirtió en el centro de nuestras vidas. Los hábitos sociales y de consumo experimentaron un profundo cambio. Los suizos vivieron el confinamiento de manera muy distinta dependiendo de su condición social.

STÉPHANE HERZOG

Fuera el virus, dentro la seguridad. Así se presentaba el periodo de confinamiento que inició el 16 de marzo y cuyas restricciones han empezado a aliviarse sensiblemente desde el 11 de mayo, fecha de reapertura de los

colegios. De un día para otro, los suizos tuvieron que adquirir nuevos hábitos. Hubo que medir la distancia social, desinfectarse las manos, llevar mascarillas y asistir a reuniones de trabajo en línea. “Me costó un mes adoptar un nuevo ritmo en casa”, reconoce

Marie Cénec, pastora en Ginebra. “Seguir nuestras costumbres es relajante, pero modificar nuestros rituales produce fatiga”, subraya esta mujer de fe que acompañó a los feligreses de su parroquia a través de la red social *WhatsApp*, compartiendo en directo poemas, oraciones e intercesiones a favor de personas deprimidas.

### Distintos tipos de confinamiento

La antropóloga Fanny Parise, investigadora asociada en el Instituto Lemánico de Teología Práctica de la Universidad de Lausana, ha identificado cuatro tipos de confinados. Estos arquetipos se basan en una encuesta realizada a partir del mes de marzo a 6 000 personas, una mitad de ellas en Suiza y la otra en Francia. De acuerdo con este estudio inédito, el 46 % de los

encuestados percibieron el confinamiento como un momento privilegiado. Estas personas estaban trabajando en línea o se encontraban en paro parcial. En cambio, el 12 % de los participantes declaró haber sufrido un aumento de carga mental y un deterioro de sus condiciones de vida. Aún menos afortunados fueron los “náufragos” (34 % de los encuestados), que perdieron su empleo o tuvieron que interrumpir sus actividades.

Fanny Parise compara el confinamiento con un rito de paso; constata que se invirtió la utilidad de las funciones sociales: “El enemigo no tenía rostro, tampoco los héroes. Quienes asumieron esta función fueron algunos grupos profesionales. Las cajeras se convirtieron en un engranaje esencial de la sociedad y el cuerpo médico jugó el papel del salvador. Otras profesiones, que solían gozar de gran estima, vieron caer su importancia, particularmente en el sector terciario, en el que la gente estresada, de repente no sabía qué hacer con su tiempo.”

“Me impresionó la desigualdad de las situaciones”, confirma Marie Cénec. La gente vivió un confinamiento muy diferente dependiendo de la edad, el lugar de residencia, las comodidades, la situación social y familiar.

### Estrés o contemplación

Los confinados que no sufrieron un elevado estrés profesional y familiar vieron como el tiempo se alargaba. Descubrieron el ocio, la meditación. “Mencionaron como algo positivo el hecho de mirar el techo o por la ventana, mientras que antes se consideraba algo ocioso”, señala Fanny Parise. Estas personas aprovecharon su tiempo para practicar deporte, dedicarse al bricolaje o cocinar. “En cuanto a la alimentación y al alcohol, algunos respondieron de manera dionisiaca, otros de manera ascética”, apunta la investigadora. Esta última actitud pudo haber sido una reacción a los excesos del mundo anterior.

“Las personas creyentes contaban con las armas necesarias para luchar contra la angustia, la soledad y la privación”, constata la pastora ginebrina. En el sondeo antropológico, el 46 % de los encuestados manifestó que la epidemia constituía un primer colapso del mundo. Un 51 % de los encuestados señaló haber buscado explicaciones alternativas a las de los medios de comunicación. “Cada ciudadano se convirtió en un experto en coronavirus, mientras que los mismos gobiernos iban descubriendo la epidemia de día en día”, comenta la investigadora francesa.

Los creyentes pudieron situar este acontecimiento dentro de una lógica pre-estructurada, “en la que el reto consiste en pasar por adversidades, pero con la esperanza de superar las dificultades para lograr un crecimiento interior”, explica Marie Cénec. Algunos atribuyeron la culpa del brote epidémico a la tecnología 5G de Wuhan. Otros vieron en la pandemia un complot mundial. Muchos consideraron que la epizootia era la consecuencia del daño causado al planeta. “El episodio del murciélago del mercado de Wuhan que contagia a un humano, es muy ilustrativo. Su papel es equiparable al de una fábula”, considera Fanny Parise.

### Lucha contra el coronavirus: lo que usted debe saber

**Mantener la distancia, lavarse las manos, usar mascarilla, test y rastreo:**

la Oficina Federal de Salud Pública actualiza constantemente las medidas preventivas vigentes en Suiza.

**Para mayor información:** [ogy.de/corona-bag](https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/topics/covid19/inf_03/index.html)

**¿Atrapado(a) en el extranjero?**

El Departamento de Asuntos Exteriores ayuda a los suizos atrapados en el extranjero a regresar a Suiza.

**Para mayor información:** [ogy.de/corona-eda](https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/topics/covid19/inf_03/index.html)