

HABITABILIDAD Y CONFINAMIENTO: *experiencias de* LOS USUARIOS Y SU VIVIENDA DURANTE LA PANDEMIA EN MÉXICO

Habitability and confinement: user housing experiences during the pandemic in Mexico

JONATHAN HERNÁNDEZ-OMAÑA*, JESÚS ENRIQUE DE HOYOS-MARTÍNEZ**, DANIEL ABNER HERNÁNDEZ-GARCÍA***

Fecha de recibido:
14 Julio 2023
Fecha de aceptado:
9 Noviembre 2023

*Universidad Autónoma
del Estado de México,
México
johnho2000000@gmail.com

**Universidad Autónoma
del Estado de México,
México
jedehoyosm@uaemex.mx

***Universidad
Autónoma del Estado de
México, México
dahernandezg@uaemex.mx

RESUMEN. La pandemia COVID-19 ha ocasionado impactos significativos en múltiples áreas, siendo la habitabilidad uno de los temas más relevantes debido al prolongado confinamiento social y los cambios en las actividades económicas y sociales. Esto ha sobrepasado al paradigma actual de la vivienda, acelerando cambios en hábitos y actividades cotidianas. El presente artículo analiza las experiencias de un grupo de habitantes durante el confinamiento, así como identifica los impactos percibidos en su salud física y psicológica a través de una metodología exploratoria y una encuesta en línea. El objetivo es conocer cuáles fueron las experiencias e impactos percibidos por los habitantes durante la pandemia para dar forma a un nuevo paradigma de vivienda en la post pandemia.

Palabras clave: COVID-19, percepción de habitabilidad, vivienda.

ABSTRACT. The COVID-19 pandemic has caused significant impacts in multiple areas, with habitability being one of the most relevant issues due to prolonged social confinement and changes in economic and social activities. This has surpassed the current housing paradigm, accelerating changes in habits and daily activities.

This article aims to analyze the experiences of a group of inhabitants during confinement, as well as identify the perceived impacts on their physical and psychological health through an exploratory methodology and an online survey. The objective of this work is to know what the experiences and impacts were perceived by the inhabitants during the pandemic to shape a new housing paradigm in the post-pandemic.

Key words: COVID-19, perception of habitability, housing.



HABITABILIDAD Y CONFINAMIENTO

Para el presente estudio, la habitabilidad puede ser definida como “categoría esencial del espacio habitable, llámese lugar o escenario, interior o exterior, de escala urbana o doméstica, que amalgama tanto lo físico como lo psicológico y social, y que no pierde de vista su interacción con los procesos medioambientales” (Verdugo López, 2021: 82). Este concepto adquirió una mayor relevancia debido al confinamiento obligatorio, el cual evidenció deficiencias en las viviendas; ya que los habitantes aumentaron el tiempo que pasaban en ellas, e incorporaron un mayor número de actividades como lo son el trabajo remoto, socialización, diversión y consumo de productos y servicios en el domicilio (Peters y Halleran, 2021: 11).

La pandemia ocasionada por el virus SARS-CoV-2 (COVID-19) ha provocado grandes impactos a nivel global. Hasta el 5 de enero de 2022, México había registrado 4.03 millones de casos confirmados y 299 842 fallecimientos. Halleran (2021) ha destacado los efectos de esta pandemia en diversos campos como lo son la escasez de servicios, pérdida de vidas humanas, impactos económicos, problemas en sistemas de producción y suministro, así como deficiencias en la vivienda y su habitabilidad.

Estos eventos han resultado en cambios duraderos. Según Verdugo (2021), el enfoque actual de diseño, orientado a lo financiero y administrativo, ha descuidado el análisis de las problemáticas vivenciales de los habitantes y la relación que estos tienen con sus viviendas.

Halleran (2021) resalta que la pandemia COVID-19 no es el primer momento en el que se ha replanteado el diseño de las viviendas, siendo algunos casos: Nueva York en 1800, donde la carencia de legislación resultó en viviendas insalubres; la pandemia de la “Gripe Española” en 1918; y ejemplos de diseño arquitectónico dedicados al cuidado de la salud, como el Sanatorio Paimio diseñado por Alvar Aalto. Por lo tanto, el paradigma de la habitabilidad en la post-pandemia debe enfocarse en garantizar el bienestar físico y psicológico de los habitantes.

Durante el confinamiento los habitantes experimentaron impactos en su salud mental y física, producto de la presión social, económica, política y laboral. Por lo que se ha hecho evidente que la vivienda en la post pandemia debe ser diseñada considerando aspectos habitables más allá de estándares mínimos funcionales; por ello Serrano-Martínez (2021) y Verdugo (2021) proponen que las viviendas deben contemplar una flexibilidad multifacética que permita incorporar las necesidades de los habitantes en la “nueva normalidad”, como los espacios abiertos, vistas del exterior y espacios de carácter laboral en el hogar.

Aunado a esta propuesta, las viviendas deben de incorporar elementos trascendentales para el habitante, como son sus creencias y tradiciones. Esto ayudará a satisfacer las necesidades básicas del individuo y los grupos sociales; al contemplar aspectos como son: la capacidad de socializar en los espacios, el confort, la privacidad, conexión con el exterior, espacios para laborar y recrearse; ya que en la “nueva normalidad” la manera en la que las personas y las comunidades viven, trabajan e interactúan requieren aproximaciones más flexibles y resilientes en las viviendas (D’alessandro *et al.*, 2020: 68; Bettaieb y Alsabban, 2021: 30).

PANDEMIA Y HABITABILIDAD

La investigación realizada durante la pandemia ha sido diversa y amplia, de un análisis realizado en los *Journal Citation Reports* (JCR) referente a las palabras clave “housing” y “COVID-19” fueron identificados documentos enfocados a estudios urbanos, salud ocupacional en el entorno público y medicina, destacando países como Estados Unidos, Canadá e Inglaterra.

Las temáticas relacionadas con la habitabilidad, vivienda y COVID-19 en su mayoría se encuentran enfocadas al estudio del funcionamiento de las residencias, la interacción individuo-espacio y los riesgos que la pandemia tiene con respecto a ellos (Ghosh *et al.*, 2021: 274). También se han analizado los cambios en las dinámicas de la vivienda como son el aumento en el tiempo que el usuario permanece en su domicilio, actividades sociales y económicas durante y después de la pandemia (Accorsi *et al.*, 2020: 414; Peters y Halleran, 2021: 11).

En términos de discusión teórica, se ha planteado la necesidad de redefinir la vivienda, al considerar que el paradigma existente ha quedado obsoleto y requiere incluir conceptos como la cultura y tradiciones de los habitantes, las dimensiones psicológicas y demográficas, e incluso incorporar nociones ontológicas y trascendentales al diseño de las viviendas (Clapp *et al.*, 2020: 1592; Bettaiieb y Alsabban, 2021: 30; Hernández *et al.*, 2022).

Finalmente, a nivel institucional, organismos como ONU-Habitat han resaltado la necesidad de incorporar el concepto de “vivienda adecuada” en las directrices básicas de diseño; ya que esto

mejoraría las condiciones de tenencia, disponibilidad de servicios, materiales de construcción, instalaciones e infraestructura, asequibilidad, habitabilidad, accesibilidad, ubicación y adecuación cultural. Se argumenta que una implementación adecuada de estos aspectos podría garantizar la seguridad física y psicológica de los habitantes, además de proporcionar espacios adecuados con protección a los elementos, cambios climáticos, riesgos estructurales y de salud (Verdugo López, 2021: 80).

Una vez identificados algunos de los elementos clave relacionados con la pandemia COVID-19 y las áreas temáticas relevantes de los estudios, se procederá a investigar la habitabilidad y experiencias vividas por los usuarios durante el periodo de confinamiento.

METODOLOGÍA

La presente investigación aborda la relación entre el entorno construido, la salud del usuario durante el confinamiento y la relación entre el bienestar del ser humano y los espacios que habita. Se pretende comprender las características físicas y los requerimientos específicos para prevenir situaciones adversas que afecten la salud física y mental de los habitantes (Amerio A. *et al.*, 2020: 2).

El presente estudio recolecta las experiencias de los habitantes durante el periodo de confinamiento siendo necesarias dos etapas (figura 1).

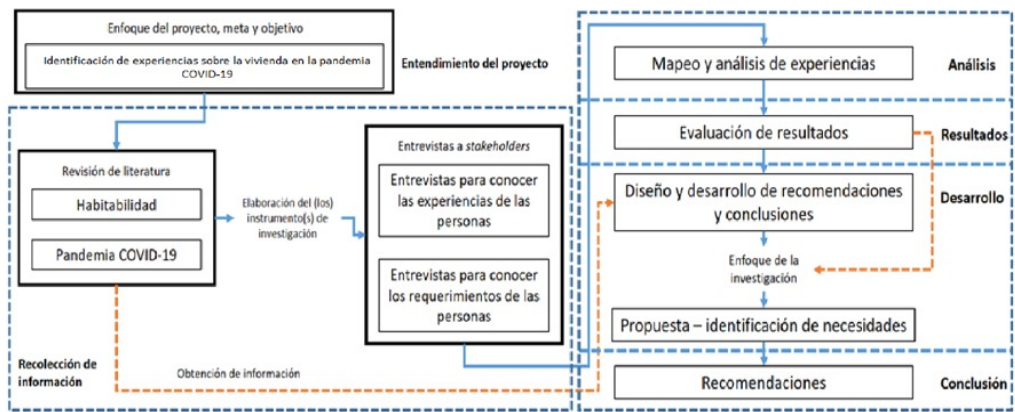


FIGURA 1. ESQUEMA DE METODOLOGÍA APLICADA.

FUENTE: ELABORACIÓN PROPIA.

En la primera etapa se determinaron el enfoque, la meta y el objetivo, para lo cual fue necesaria la revisión bibliográfica de las palabras clave “habitabilidad” y “pandemia COVID-19”. En esta

revisión fueron identificados los elementos referentes al estado del arte y los criterios claves de las investigaciones existentes para encontrar áreas de oportunidad (figura 2).

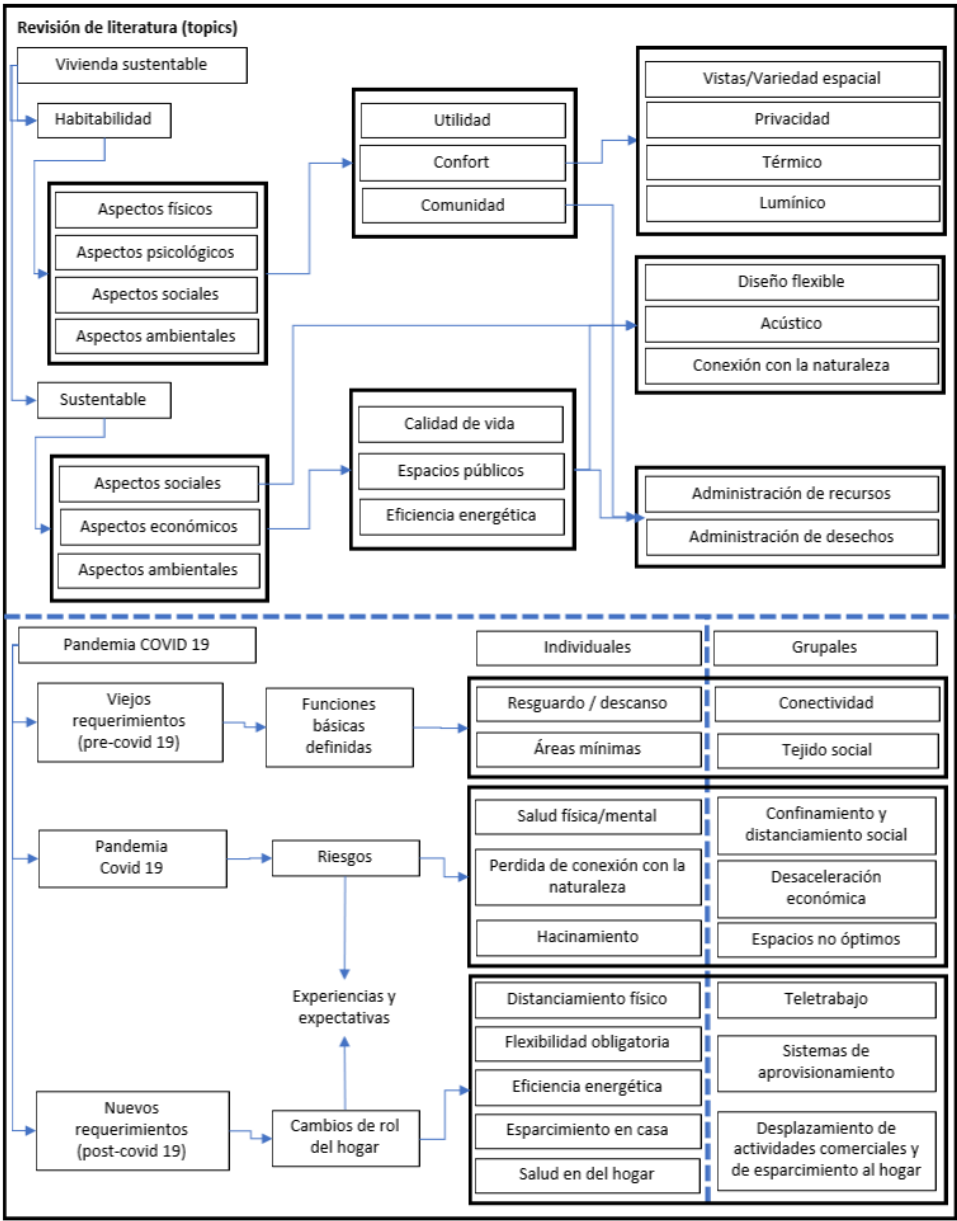


FIGURA 2. ESQUEMA DE TEMAS IDENTIFICADOS EN LA REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA Y SU INCORPORACIÓN EN EL INSTRUMENTO APLICADO.

FUENTE: ELABORACIÓN PROPIA.

Posteriormente, se diseñó un instrumento con base en los datos recopilados en la revisión bibliográfica. Este instrumento fue aplicado en línea durante dos meses (de noviembre de 2021 a enero de 2022) empleando un muestreo “bola de nieve”, obteniendo 150 respuestas. El instrumento constó de cuatro etapas:

- La caracterización de los encuestados.

- La caracterización de las viviendas de los encuestados.
- Las experiencias e impactos percibidos durante el confinamiento.
- Consideraciones prospectivas a futuro con respecto a la vivienda en la post pandemia. Se destaca que este documento tiene un enfoque exploratorio y no incluirá análisis de indicadores o identificación de causalidad.

RESULTADOS

Los resultados de la aplicación del instrumento pueden consultarse en Hernández (2022), siendo los resultados referentes a la caracterización de los encuestados los mostrados en la tabla 1.

TABLA 1. CARACTERIZACIÓN DE LOS ENCUESTADOS

	Características	Frecuencia	%
Estado de residencia	Estado de México	84	56%
	Ciudad de México	25	17%
	Jalisco	7	5%
	Aguascalientes	4	3%
	Puebla	4	3%
	Morelos	3	2%
	Morelia	3	2%
	Coahuila	2	1%
	Veracruz	2	1%
	Zacatecas	2	1%
	San Luis Potosí	2	1%
	Oaxaca	2	1%
	Durango	2	1%
	Sonora	2	1%
	Sinaloa	1	1%
	Veracruz	1	1%
	Baja California	1	1%
	Querétaro	1	1%
	Nuevo León	1	1%
	Guanajuato	1	1%
Capacidad de realizar su actividad económica a distancia	Si	67	45%
	No	33	22%
	Solo parcialmente (mixta)	50	33%
Edad	0-14 años	0	0%
	15-24 años	9	6%
	25-54 años	132	88%
	55-64 años	5	3%
	65 años o más	4	3%
Género	Mujer	82	55%
	Hombre	66	44%
	Intersexual	1	1%
	Prefiero no contestar	1	1%
Clase social	Baja-Baja: Trabajadores temporales, inmigrantes, comerciantes informales, desempleados y gente que vive de la asistencia social.	8	5%
	Baja-alta: Obreros o campesinos.	3	2%
	Media-baja: Oficinistas, técnicos, supervisores y artesanos calificados.	70	47%
	Media-alta: Dueño de negocio (establecido) y profesionales establecidos y productivos.	69	46%
	Alta-baja: Familia rica de pocas generaciones.	0	0%
	Alta-alta: Familia rica durante varias generaciones.	0	0%
Ingreso promedio del hogar	E (baja-baja): menos de 4 000 pesos al mes.	10	7%
	D (baja-alta): entre 4 500 a 9 000 pesos al mes.	18	12%
	D+ (media-baja): entre 9 000 a 18 000 pesos al mes.	55	37%
	C (media): entre 20 000 a 40 000 pesos al mes.	51	34%
	C+ (media-alta): entre 45 000 a 50 000 pesos al mes.	15	10%
	A/B (alta): más de 100 000 pesos al mes.	1	1%

FUENTE: ELABORACIÓN PROPIA.

En la primera etapa se identificó que (73%) de los encuestados radica en la zona centro del país (Edo. Méx. y CDMX). (78%) continuó sus actividades económicas durante el confinamiento. (88%) tienen edades entre los 25 y 54 años. Respecto al género (55%) son mujeres y (44%)

hombres. Además (93% y 71%) se identifican y corresponden a la clase social media según su actividad e ingreso respectivamente.

En la segunda etapa, se caracterizaron las viviendas de los encuestados y se recopilaron los datos que se muestran en la tabla 2.

TABLA 2. DATOS DE LAS VIVIENDAS DE LOS ENCUESTADOS

Características		Frecuencia	%
Tipología de vivienda	Unifamiliar (vivienda donde solo vive una familia).	96	64%
	Unifamiliar en conjunto aislado (vivienda donde solo vive una familia en un conjunto residencial o privada).	25	17%
	Plurifamiliar (varias familias habitan en un mismo lugar como torres de departamentos, por ejemplo).	29	19%
# de habitantes	1	5	3%
	2	36	24%
	3	37	25%
	4	43	29%
	5	13	9%
	6	10	7%
	7	1	1%
	8	0	0%
	9	2	1%
	10	3	2%
Conexión al exterior	Balcones/Terraza	38	25%
	Jardín o área verde	101	67%
	Vista a calle o al exterior	120	80%
Servicios con los que cuenta su vivienda	Agua	146	97%
	Drenaje	143	95%
	Luz	148	99%
	Gas	140	93%
	Teléfono	128	85%
	Internet	144	96%
	Tv por cable/satélite	97	65%
	Dispositivos de seguridad	37	25%
	Domótica o automatización	14	9%
Tamaño de vivienda	Económica: 30 m² construidos (Baño, cocina, área de usos múltiples (incluye recámara).	12	8%
	Popular: 42.5 m² construidos (Baño, cocina, Estancia-comedor, 2 a 3 recámaras).	24	16%
	Tradicional: 62.5 m² construidos (Baño, cocina, estancia - comedor, de 2 a 3 recámaras).	40	27%
	Media: 97.5 m² construidos (Baño y medio, cocina, sala, comedor, de 2 a 3 recámaras).	39	26%
	Residencial: 145 m² construidos (De 3 a 5 baños, cocina, sala, comedor, de 3 a 4. recámaras, cuarto de servicio, sala familiar).	28	19%
	Residencial plus: 225 m² construidos (De 3 a 5 baños, cocina, sala, comedor, 3 o más recámaras, de 1 a 2 cuartos de servicios, sala familiar).	7	5%

FUENTE: ELABORACIÓN PROPIA.

En relación con las viviendas (64%) de los encuestados habita residencias unifamiliares, (80% en promedio) cuentan con conexión al exterior, (94% en promedio) cuentan servicios básicos. (77%) ocupa viviendas menores a 100 m², habitadas en promedio por cuatro personas por vivienda, coincidiendo con el promedio nacional. Además, se analizaron los espacios específicos en estas viviendas, cuyos datos se presentan en la tabla 3.

TABLA 3. ESPACIOS CON LOS QUE CUENTAN LAS VIVIENDAS DE LOS ENCUESTADOS

Espacios / # de espacios	0	1	2	3	4	5 (+)	Total
Baño	2%	48%	41%	7%	1%	2%	100%
Medio baño	54%	41%	3%	2%	0%	0%	100%
Recámara (habitaciones)	3%	12%	43%	30%	8%	4%	100%
Cuarto de servicio	62%	35%	3%	0%	0%	0%	100%
Sala familiar (comedor)	11%	78%	11%	1%	0%	0%	100%
Estudio u oficina	64%	29%	7%	1%	0%	0%	100%
Patio	23%	68%	9%	0%	1%	0%	100%
Terraza	79%	19%	1%	1%	0%	0%	100%
Balcones	82%	12%	5%	0%	1%	0%	100%
Cochera descubierta (cajones de estacionamiento)	49%	35%	11%	1%	1%	3%	100%
Cochera cubierta (cajones de estacionamiento)	65%	23%	11%	1%	1%	1%	100%
Jardín o áreas de esparcimiento (vegetación)	65%	29%	7%	0%	0%	0%	100%
Otras habitaciones	80%	13%	5%	1%	0%	1%	100%

FUENTE: ELABORACIÓN PROPIA.

Estos datos revelan relaciones entre los espacios de las viviendas y las actividades de los habitantes, lo que nos permite identificar los siguientes escenarios:

- Baños: (48%) indica tener sólo un baño en su vivienda y (41%) afirma contar con dos. Considerando el número de habitantes promedio, sólo el segundo grupo pudo seguir correctamente los protocolos de aislamiento al tener áreas separadas, reduciendo el riesgo de contagio al no tener que compartir esos espacios.
- Medio baño: (54%) no tienen y (41%) cuenta con uno, este último grupo puede aislar las necesidades fisiológicas básicas de una persona contagiada, aunque en menor medida que el caso anterior.
- Habitaciones: (43%) dispone de dos espacios y (30%) cuenta con tres. En caso de contagio el segundo grupo tiene una mayor posibilidad de aislar a una persona contagiada sin la necesidad de desplazar a otro(s) habitante(s).
- Cuarto de servicio: (62%) no tiene uno y (35%) cuenta con uno. Esto implica a riesgos adicionales en la limpieza de utensilios y ropa en caso contagio.
- Sala familiar -comedor-: (78%) señaló contar con espacio destinado a esta actividad, pero al tener que compartir estas áreas tenían que consumir sus alimentos o planificar sus actividades en horarios diferentes, en el caso de contagio la persona tenía que evitar su uso completamente desplazando estas actividades a su área

de aislamiento. (11%) señaló no contar con este espacio, por lo cual su vivienda no tiene donde realizar actividades de convivencia o relajación.

- Estudio u oficina: (64%) carece de este espacio, afectando a aquellos que realizaron trabajo remoto o clases en línea. (29%) señalaron contar con un espacio para este tipo de actividad, pero los habitantes tenían que planificar horarios para que todos los miembros pudieran hacer uso de este espacio.
- Patio: (68%) tiene un patio para realizar actividades al exterior y experimentar una menor desconexión con el exterior, sin embargo, (23%) al no contar con este espacio debían salir de su domicilio a espacios públicos para poder realizar actividades al exterior, limitando su capacidad de cumplir el confinamiento, esto fue importante en los casos donde había niños.
- Terraza: (79%) no cuenta con este espacio, el cual en el caso del centro de México, donde tiende a llover entre 90 a 120 días, podría ser considerado como indispensable para tener una conexión constante con el exterior.
- Balcones: (82%) no cuenta con este espacio (esto puede estar relacionado con la percepción de seguridad en las viviendas). En otros países los balcones fueron fundamentales para que los habitantes pudieran tener relación directa con el exterior, sin embargo, esto era más prevalente en zonas

densamente pobladas donde la vivienda multifamiliar es común.

- Cocheras descubiertas/cubiertas: (49%) no cuentan con un cajón de estacionamiento descubierto y (65%) cubierto, y (35%) señaló contar con al menos un cajón descubierto y (23%) cubierto. Estos espacios jugaron un papel fundamental al tener que realizar la desinfección de productos adquiridos antes de ingresarlos a la vivienda.
- Jardín o áreas de esparcimiento (con vegetación): (65%) señaló no contar con un área de jardín. Estos espacios fungieron un papel importante en la realización de actividades de relajación y conexión con la naturaleza, ya que en los casos donde no se contaba con ellos debían desplazarse

a espacios públicos donde se elevaba el riesgo de infección, en algunos casos la pandemia detonó prácticas como la creación de pequeños huertos en los cuales los habitantes realizaban actividades de esparcimiento “al exterior”.

- Otras habitaciones: (80%) señaló no contar con otros espacios, impactando la capacidad de aislar a un miembro de la familia o realizar actividades de trabajo remoto en áreas adecuadas.

En la tercera etapa se analizan las experiencias e impactos percibidos durante el confinamiento obligatorio, siendo éstas las mostradas en la tabla 4.

TABLA 4. EXPERIENCIAS PERCIBIDAS DURANTE LA PANDEMIA

Experiencias		Frecuencia	Porcentaje
Se contagió de COVID-19	Si	44	29%
	No	106	71%
Convivió con alguien infectado de COVID-19	Si	47	31%
	No	103	69%
Qué tan estricto fue su confinamiento (1 bajo - 5 alto)	1	6	4%
	2	9	6%
	3	37	25%
	4	61	41%
	5	37	25%
Impactos psicológicos (El encuestado experimentó sentimientos de:)	Ansiedad	91	61%
	Estrés	101	67%
	Depresión	62	41%
	Paranoia	27	18%
	Aburrimiento	78	52%
	Aletargamiento	54	36%
Impactos físicos (El encuestado experimentó:)	Ninguna	26	17%
	Capacidad física reducida por falta de actividad.	100	67%
	Incremento del sedentarismo por el confinamiento.	120	80%
	Deterioro de la salud por falta de ingresos o trabajo.	35	23%
	Incremento en el consumo de tabaco, alcohol u otras sustancias.	27	18%
	Deterioro de la salud por exposición elementos dañinos en su vivienda (humo, hongos, falta de ventilación, falta de exposición al sol, etc.).	15	10%
	Deterioro de la salud incapacidad de adquirir alimentos.	7	5%

FUENTE: ELABORACIÓN PROPIA.

Sobre las experiencias durante el confinamiento (71%) no se contagió de COVID-19 y (69%) no compartieron sus viviendas con personas contagiadas. Esto puede atribuirse al hecho que (66%) afirman haber realizado el distanciamiento social de manera estricta, ya que sus viviendas no cuentan con los requerimientos espaciales mínimos para realizar un aislamiento efectivo. Con respecto a los impactos psicológicos percibidos (61%) experimentaron ansiedad, ya sea por no estar acostumbrado a estar confinados en espacios limitados o por el estado de emergencia general en la población. (67%) estrés debido a la falta de acceso a actividades de dispersión y relajación y (52%) padecieron aburrimiento debido a la falta de actividades realizables al interior de su vivienda o la imposibilidad de salir. (41%) mencionan haber sentido depresión al sentirse limitados o en casos de contagios segregados del resto del núcleo familiar y (36%) padeció de aletargamiento debido a la imposibilidad de realizar actividades recreativas o físicas al interior de su domicilio.

En el caso de los impactos físicos (67%) señaló experimentar reducción en su capacidad física por falta de actividad y (80%) incrementó en el sedentarismo debido a la incapacidad de realizar actividades físicas al interior de su vivienda. En contraste (23%) percibió deterioro de su salud por falta de ingresos, (18%) notó un incremento en el consumo de alcohol u otras sustancias durante el confinamiento obligatorio, (10%) percibió daños en su salud por la exposición a elementos nocivos en la vivienda (como hongos, humedad, emisiones de gases, entre otros) y (5%) padeció impactos por la incapacidad de adquirir alimentos al no poder realizar su actividad económica de manera remota.

Finalmente, en la etapa prospectiva, se recopilaron datos sobre las expectativas de los habitantes y sus viviendas, siendo estos presentados en la tabla 5.

TABLA 5. EXPERIENCIAS PROSPECTIVAS DURANTE LA PANDEMIA

Experiencias prospectivas		Frecuencia	Porcentaje
La pandemia COVID-19 cambiará de forma permanente la manera en la que realiza sus actividades	Si	87	58%
	No	23	15%
	Tal vez	40	27%
Su vivienda es apta para vivir en confinamiento social	Si	96	64%
	No	38	25%
	Tal vez	16	11%
Ocurrirán más pandemias a futuro	Si	113	75%
	No	2	1%
	Tal vez	35	23%
Está preparado para otra pandemia	Si	37	25%
	No	50	33%
	Tal vez	63	42%
Puede optimizar su vivienda para mejorar su habitabilidad	Si	107	71%
	No	28	19%
	Tal vez	15	10%
Su vivienda debería ser modificada para mejorar su habitabilidad	Si	71	47%
	No	39	26%
	Tal vez	40	27%

FUENTE: ELABORACIÓN PROPIA.

En lo que se refiere a las experiencias de los habitantes (58%) señaló que la pandemia cambiará la manera en la que realizan sus actividades de forma permanente, lo cual ya ha ocurrido en el caso de la normalización del trabajo remoto y su legislación. (64%) considera que su vivienda es apta para vivir en confinamiento social, lo cual se contrapone al hecho de que un gran porcentaje de los habitantes percibió impactos en su salud física y psicológica y que sólo (25%) considera estar preparado para otra pandemia, (71%) cree que puede optimizar su vivienda para mejorar su habitabilidad y (47%) estaría dispuesto a modificar su vivienda para mejorar su habitabilidad.

DISCUSIÓN

En el análisis de los datos y tendencias durante el confinamiento, se identificaron experiencias específicas que se relacionan con impactos en la salud física y psicológica de los encuestados al no contar con espacios necesarios para realizar actividades como el trabajo remoto, actividades físicas al exterior o aislados de otros habitantes. Es posible señalar que los usuarios expresan estar conformes y considerar apta su vivienda estos, sin embargo, percibieron impactos físicos y mentales que pudieran estar relacionados con la carencia de criterios de confort y dotación de espacios que deberían ser considerados como fundamentales, pero en el paradigma actual de la vivienda son considerados como criterios de “lujo”. Bettaieb & Alsabban (2021) señalan que al no implementar estos elementos se producirán viviendas “habitables”, pero que realmente no procuran ni promueven el bienestar del individuo, lo cual podría explicar la percepción y afectación de los encuestados.

Es preciso enfatizar que para cambiar el paradigma de la vivienda se requiere modificar los estándares de diseño de las viviendas, pasando de un enfoque económico y utilitario a uno que considere las necesidades humanas en el diseño y dotación de los espacios. Por ello los aspectos vivenciales deben incorporarse para permitir un desarrollo pleno y digno en una vivienda adecuada, como lo sugieren los organismos internacionales.

Serano-Martínez (2021) indica que si bien la experiencia del usuario depende de cómo cada individuo reacciona y se adapta a la situación desde su propia vivencia, los espacios influyen en el desarrollo de sus actividades. Sin embargo, en viviendas ya existentes la ampliación o replanteamiento total es limitada, por lo que la optimización y flexibilidad de los espacios es un elemento fundamental.

Para ello debe realizarse un análisis por espacios que identifique funcionamientos específicos; ya que Hubbard (2021) menciona que la sensación de hacinamiento puede ser provocada por el mobiliario, resultando en experiencias negativas, por ejemplo: espacios de uso múltiple o flexible pueden generar una reducción en el bienestar del usuario al saturar espacios o no contar el espacio y mobiliario requerido, resultando en situaciones subóptimas como trabajar desde un sillón o cama, lo que podría ocasionar problemas posturales a mediano y largo plazo.

Otro espacio importante para considerar son las transiciones entre espacios, las cuales al no contar con separación entre espacios pueden generar problemas (por ejemplo: las áreas de vestíbulo o lobby para la desinfección, que se procuraban de manera provisional o improvisada).

Estos espacios pueden estar relacionados con la capacidad de aislar o separar espacios, ya que Verberk (2021) destaca que en casos donde existió contagio de algún miembro era necesario crear horarios o rutinas para evitar la interacción con los enfermos, creando un sentimiento de segregación.

CONCLUSIONES

La vivienda desempeña un papel fundamental en la calidad de vida, y tras la pandemia es crucial renovar su función como elemento esencial para el desarrollo integral de los habitantes. Debe ser un espacio que fomente el desarrollo físico, psicológico, social, espiritual, cultural y económico. Por ello la post-pandemia es un momento oportuno para redefinir el diseño, uso y funcionamiento de las viviendas; así como vincular el desarrollo urbano para crear entornos que promuevan el bienestar y potencialicen las ventajas del entorno.

De las experiencias y características de las viviendas de los encuestados, se destaca lo siguiente:

En cuanto a la caracterización de los encuestados se identificó que (74%) pertenece a la zona centro del país, por lo cual se deben considerar espacios cubiertos que les permitan realizar actividades en el exterior o al menos tener una conexión directa con el mismo. Se identificó que (88%) corresponden a un intervalo de edad de 25 a 54 (edad económicamente activa) y expresaron la capacidad de poder continuar con sus actividades económicas (de clase media, como oficinistas o profesionales establecidos) a distancia, por lo cual es necesario considerar espacios que les permitan realizar estas actividades en un entorno adecuado (privado y evitando interrupciones o distractores).

En relación con sus viviendas (64%) expresó vivir en viviendas unifamiliares, con un promedio de cuatro habitantes (corresponde con la media nacional) y (94% en promedio) cuentan con acceso a los servicios básicos. En lo que respecta al tamaño de la vivienda (77%) habitan en menos de 100 m² y (43%) cuentan con dos habitaciones, lo cual les impide aplicar acciones efectivas en caso de requerir aislar a un miembro en caso de contagio. Aunque (67%) expresó contar con un espacio como jardín o área verde (57%) señalaron experimentar desconexión con el exterior o la naturaleza.

Respecto a los espacios particulares de la vivienda se identificaron limitaciones que pudieran ocasionar afectar la salud física y psicológica de los usuarios, ya que al no contar con espacio suficiente en la vivienda para generar

espacios de uso específico (habitaciones o baños completos adicionales en caso de contagio), espacios dedicados a actividades académicas o laborales en modalidad remota, y en algunos casos específicos la necesidad de verse obligados a compartir espacios con todos los habitantes, pueden generar fricciones entre los habitantes al no considerar la interacción permanente y cotidiana de los usuarios.

Estas problemáticas se ven exacerbadas por el enfoque de espacios mínimos o viviendas dormitorio, que no contemplan los aspectos sociales y vivenciales de los usuarios, generando espacios limitados sin la posibilidad de ser separados apropiadamente. Aunado a ello el enfoque económico de la construcción de las viviendas no suele contemplar aspectos de confort como son correctos aislamientos acústicos, separación de actividades y flexibilidad, ya que estos son considerados como criterios de lujo, lo que impide construir viviendas adecuadas como lo señalan organismos internacionales.

De las experiencias e impactos percibidos por los usuarios fue posible identificar que los encuestados percibieron impactos en su salud física, por lo cual se proponen las siguientes líneas de acción.

Impactos psicológicos: Modificar el enfoque de espacios mínimos en la vivienda para contar con espacios que le permitan a los usuarios realizar sus actividades personales y sociales de manera digna, en el caso de las viviendas existentes se propone emplear elementos de aislamiento o concentración de actividades para optimizar el uso del espacio.

Se deben generar transiciones que permitan a los usuarios separar el interior del exterior de la vivienda, y generar espacios interiores confortables.

Se deben ofrecer espacios que permitan al habitante relajarse, así como realizar actividades de dispersión al interior de la vivienda, lo cual contrapone totalmente al paradigma del mínimo funcional.

Impactos físicos: Se deben proveer espacios que permitan el desarrollo de actividades físicas y evitar la pérdida de conexión con el exterior y la naturaleza (como lo son el uso de balcones o terrazas en el caso de zonas donde llueva un gran número de días al año).

Procurar el diseño de áreas suficientes para que los habitantes puedan hacer uso de los espacios al interior y exterior de la vivienda de manera activa, ya que en muchos casos la percepción de reducción de capacidad física e incremento en el sedentarismo se debió al hecho de no realizar desplazamientos físicos fuera de la vivienda.

En el caso de no poder incluir estos espacios al interior de la vivienda se debe proveer de estos espacios al exterior de ésta, permitiendo al habitante realizar recorridos fuera de su vivienda.

Una vez propuestas estas líneas de acción es evidente la necesidad de replantear la vivienda, y pasar de un modelo de diseño de mínimos y viviendas dormitorio a un modelo, cuyo enfoque fundamental sea atender las necesidades vivenciales del ser humano, como lo son la necesidad de realizar actividades de relajación, dispersión, socialización y laborales en espacios aptos y dignos para el uso y disfrute de todos los habitantes.

FUENTES DE CONSULTA

Accorsi, E. K., Samples, J., McCauley, L. A. y Shadbeh, N. (2020), "Sleeping Within Six Feet: Challenging Oregon's Labor Housing COVID-19 Guidelines", *Journal of Agromedicine. Taylor & Francis*, vol. 25, núm. 4, pp. 413-416. doi:10.1080/1059924X.2020.1815622.

Amerio, A., Brambilla, A., Morganti, A., Aguglia, A., Bianchi, D., Santi, F., Costantini, L., Odone, A., Costanza, A., Signorelli, C., Serafini, G., Amore, M. y Capolongo, S. (2020), "COVID-19 Lockdown : Housing Built Environment's Effects on Mental Health", *International Journal of Environmental Research and Public Health*, vol. 17, pp. 2-10. doi:10.3390/ijerph17165973.

Bettaieb, D. M. y Alsabban, R. (2021), "Emerging living styles post-COVID-19: housing flexibility as a fundamental requirement for apartments in Jeddah", *Archnet-IJAR*, vol. 15, núm. 1, pp. 28-50. doi:10.1108/ARCH-07-2020-0144.

Clapp, J., Calvo-Friedman, A., Cameron, S., Kramer, N., Kumar, S. L., Foote, E., Lupi, J., Osuntuyi, O. y Chokshi, D. A. (2020), "The COVID-19 shadow pandemic: Meeting social needs for a city in lockdown", *Health Affairs*, vol. 39, núm. 9, pp. 1592-1596. doi:10.1377/hlthaff.2020.00928.

D'alessandro, D., Gola, M., Appolloni, L., Dettori, M., Fara, G. M., Rebecchi, A., Settimo, G. y Capolongo, S. (2020), "COVID-19 and living space challenge. Well-being and public health recommendations for a healthy, safe, and sustainable housing", *Acta Biomed*, vol. 91, núm. 1, pp. 61-75. doi:10.23750/abm.v91i9-S.10115.

Ghosh, A. K., Venkatraman, S., Soroka, O., Reshetnyak, E., Rajan, M., An, A., Chae, J. K., Gonzalez, C., Prince, J., DiMaggio, C., Ibrahim, S., Safford, M. M. y Hupert, N. (2021), "Association between overcrowded households, multigenerational households, and COVID-19: a cohort study", *Public Health. The Royal Society for Public Health*, 198, pp. 273-279. doi:10.1016/j.puhe.2021.07.039.

Hernández, O. J. (2022), Instrumento vivienda y COVID-19, Google Forms. Disponible en https://docs.google.com/forms/d/1BoSyrZr_T1TlHfKmBZJwf4EZoxStHPhWyHZTCVSA6oQ/edit?usp=sharing, consultado el 10 octubre de 2022.

Hernández, O. J., De Hoyos, M. J. E. y Arellano, V. D. A. (2022), "El transhumanismo, un paradigma para el análisis de habitar y la vivienda post pandemia", *Nodo*, vol. 16, núm. 32, pp. 8-17. Disponible en <http://revistas.uan.edu.co/index.php/nodo>, consultado el 5 de marzo de 2023.

Hubbard, P., Reades, J. & Walter, H. (2021), "Housing: Shrinking homes, COVID-19 and the challenge of homeworking", *Town Planning Review*, vol. 92, núm. 1, pp. 3-10. <https://doi.org/10.3828/tpr.2020.46>, consultado el 5 de marzo de 2023.

Peters, T. y Halleran, A. (2021), "How our homes impact our health: using a COVID-19 informed approach to examine urban apartment housing", *Archnet-IJAR*, vol. 15, núm.1, pp. 10-27. doi:10.1108/ARCH-08-2020-0159.

Serrano-Martínez, C. (2021), "COVID-19 and housing. Experiences of confined families with children under four years old at home", *Ehquidad Revista Internacional de Políticas de Bienestar y Trabajo Social*, vol. 15, pp. 27-46. doi:10.15257/ehquidad.2021.0002.

Verberk, J. D. M., Anthierens, S. A., Tonkin-Crine, S., Goossens, H., Kinsman, J., de Hoog, M. L. A., Bielicki, J. A., Bruijning-Verhagen, P. C. J. L. y Gobat, N. H. (2021), "Experiences and needs of persons living with a household member infected with SARS-CoV-2: A mixed method study", *PLoS ONE*, vol. 16, pp. 1-19. doi:10.1371/journal.pone.0249391.

Verdugo López, M. (2021), "Housing habitability in times of COVID-19 in Mexico. Case of Culiacan", *Ehquidad Revista Internacional de Políticas de Bienestar y Trabajo Social*, núm. 15, pp. 77-112. doi:10.15257/ehquidad.2021.0004.