

DEPARTAMENTO DE PROYECTOS DE INGENIERÍA

MÁSTER UNIVERSITARIO EN COOPERACIÓN AL DESARROLLO
GESTIÓN DE PROYECTOS Y PROCESOS DE DESARROLLO

TRABAJO FIN DE MÁSTER

**COVID-19: la pandemia que revalorizó los
cuidados y las redes de apoyo.**

Un estudio de caso sobre la Comunidad Valenciana.

AUTOR/A:

Claudia Milena Garcia-Petit Monserrat

DIRECTOR/A:

Alejandra Boni Aristizábal

09 Septiembre 2020

13.882 palabras

- 1. Resumen**
- 2. Introducción y justificación**
- 3. El COVID-19: la pandemia que paralizó el mundo**
 - 3.1 El COVID-19 a nivel nacional**
 - 3.2 El COVID-19 en la Comunidad Valenciana**
- 4. Preguntas de investigación**
- 5. Aproximación y marco teórico**
 - 5.1 ¿Desde dónde partimos?**
 - 5.2 Marco teórico**
- 6. Metodología**
 - 6.1 Observación participante**
 - 6.2 Etnografía virtual**
 - 6.3 Entrevistas semiestructuradas**
 - 6.4 Revisión bibliográfica y documentación consultada**
- 7. Análisis y resultados**
- 8. Conclusión y recomendaciones**
 - 8.1 Conclusiones**
 - 8.2 Recomendaciones**
- 9. Bibliografía**

1. Resumen.

¿Qué sucede cuando una pandemia mundial, altamente contagiosa e infecciosa, comienza a expandirse por todo el mundo? ¿Qué ocurre cuando la mitad de los 7,500 millones de personas, aproximadamente, que habitamos el mundo tenemos que permanecer confinados en nuestros hogares durante más de dos meses? ¿Quién se ocupa de hacer que el mundo gire? ¿Quién planta cara al COVID-19 por el bien de todos? ¿De qué forma se empieza a organizar la gente con esta excepcional situación?

Pues bien, estas son solo algunas de las preguntas que han motivado la realización de este Trabajo Final de Máster, centrándose especialmente en la proliferación de redes de apoyo y de cuidados, en el seno de la sociedad valenciana, mediante las cuales las personas han conseguido sobrevivir a esta insólita situación. Esta investigación acota los casos de estudio a la Comunidad Valenciana, azotada por el aislamiento social y limitación de movimientos en el contexto de la pandemia del COVID-19, que ha provocado que miles de personas no puedan llevar a cabo aquellas actividades esenciales para la vida.

En este contexto, han surgido numerosas iniciativas ciudadanas, desde lo individual hasta lo colectivo, para colaborar entre todos para que nadie se quede atrás. Por tanto, se pretende hacer una aproximación a los posibles cambios vividos en la relación de esta población con el cambio de paradigma, en cuanto a cuidados y relaciones sociales, ahora que aquello mal denominado “servicios” ha permitido que más de 5 millones de personas puedan seguir satisfaciendo sus necesidades básicas. Asimismo, exponer distintos casos, a través de entrevistas, donde se analizará el cambio en las relaciones, el nacimiento y fortalecimiento de redes de apoyo, la modificada perspectiva sobre estos sectores tradicionalmente invisibilizados, y cómo esta pandemia ha sacado a relucir la resiliencia que reside en el seno de esta sociedad.

En conclusión, el presente Trabajo Fin de Máster tiene como principal objetivo poner en valor la importancia del tejido asociativo y las redes de apoyo creadas durante la pandemia del COVID-19, en el territorio que comprende la Comunidad Valenciana. El estudio cuenta con una contextualización previa y una investigación puramente cualitativa, a partir de las cuales se quiere prestar especial atención a las cuatro preguntas de investigación planteadas, con el fin de entender las distintas vías de resiliencia que se han presentado en la población para apaciguar las consecuencias de la enfermedad.

Finalmente, homenajear a todas esas personas que nos han cuidado durante este tiempo de confinamiento, todas esas que han estado en primera línea.

2. Introducción y justificación.

“COVID-19: la pandemia que revalorizó los cuidados y las redes de apoyo” nace con el deseo de reconocer la resiliencia que ha demostrado la sociedad valenciana ante la pandemia, que mantuvo a más de medio mundo confinado en sus hogares. La sociedad, prácticamente en su totalidad, se mostró consecuente con la responsabilidad social que le atañía a nivel individual y colectivo, cumpliendo las normas impuestas por las autoridades, contribuyendo a “doblegar la curva” de contagios de la enfermedad, durante más de dos meses en la mayoría de casos.

Desde que, en diciembre del pasado año, se descubriese al COVID-19, más de 3 millones de contagios han sido notificados, poniendo al mundo entero en jaque. Aun así, y frente al colapso de los Estados y sus servicios sanitarios, parece que la población se irguió y movilizó en pro de colaborar con el prójimo. Primero fue China, seguido de Italia, España y Estados Unidos, después, otros muchos países corrieron la misma suerte con el paso de las semanas. Lo que empezó siendo una gripe alejada por miles de kilómetros terminó contagiando a más de 200.000 personas en España y a más de 10.000 en la Comunidad Valenciana, tan solo 1 mes y medio tras el primer caso. De esta forma, el 11 de marzo de 2020 la Organización Mundial de la Salud la calificó como pandemia, encendiendo todas las alarmas y con consecuencias para todas las personas, sin distinción ninguna.

Pronto empezaron a proliferar las medidas restrictivas, y lo que en China empezaba a normalizarse, en España se presentaban como un paquete de medidas extraordinarias, acompañadas de un Estado de alarma declarado el 14 de marzo por Pedro Sánchez. Algunas de estas medidas incluían la limitación de la circulación o la permanencia de personas o vehículos en horas y lugares determinados, se permitía intervenir y parar industrias, fábricas, talleres, explotaciones o locales, racionar o limitar el uso de servicios o el consumo de artículos de primera necesidad, o impartir las órdenes necesarias para asegurar el abastecimiento de los mercados y el funcionamiento de los servicios y de los centros de producción (Merino, 2020). Es decir, el país se paraba, todo paraba y las personas debían de permanecer en sus domicilios, sin excepción. Pero, ¿cómo iban a hacer las actividades más cotidianas como comprar alimentos y bienes necesarios? ¿Qué pasaba con aquellos, ya dependientes, que necesitaban ayuda de terceras personas? ¿Qué pasaba con todos los servicios básicos para la satisfacción de las actividades más esenciales para el sostenimiento de la vida?

La situación en el Estado español era tremendamente delicada, sobre todo durante el mes de marzo, con los picos de la enfermedad, así que las soluciones no llegaron solamente por parte del Estado. En las distintas ciudades no dejaron de aflorar las propuestas de colaboración como la Red de la Laguna (Rozas, 2020) o la Red vecinal solidaria en Sevilla (El Correo, 2020). Estas redes de apoyo ciudadanas consiguieron prestar los cuidados necesarios y atender a aquellas personas más vulnerables, como

COVID-19: la pandemia que revalorizó los cuidados y las redes de apoyo. Un estudio de caso sobre la Comunidad Valenciana.

por ejemplo a través de la red 'Cuidados Voluntarios', que se organizaba a través de WhatsApp y con sus cientos de voluntarios (Poder Popular, 2020).

El caso de la Comunidad Valenciana no ha sido diferente, y se han dado tanto nuevas iniciativas, como acciones de carácter más individual. Por ejemplo, iniciativas ya existentes como 'Suport Mutu Cabanyal' del Espai Veïnal Cabanyal o Cuidem Benimaclet (Andrés Durà, 2020), se vieron fortalecidas, siendo estas redes de solidaridad vecinal esenciales en sus territorios, funcionando a través de aplicaciones de mensajería instantánea (WhatsApp o Telegram), Facebook, Instagram, Twitter y correo electrónico. Sin embargo, y con el lema de no dejar a nadie atrás, también han hecho uso de carteles en las zonas comunes de las fincas, edificios, zonas residenciales y zonas de paso, de forma que se pueda llegar a cualquier persona que necesite ayuda de algún tipo.

Estas redes de apoyo y cuidados han llegado allí donde el Estado no ha sido capaz, colapsado ante la saturación del sistema sanitario y la debacle de la industria y el sistema capitalista. Estos espacios, en su mayoría, nacieron para dar visibilidad a los cuidados y dar apoyo a aquellas personas que pudiesen necesitarlo y ahora resultando más necesaria que nunca, hace todo lo posible por socorrer a personas en riesgo o vulnerabilidad social (Andrés Durà, 2020). Sus pilares son totalmente contrarios a los que defiende el sistema capitalista y su lógica de producción y multiplicación de beneficios, ante todo, y reclaman la necesidad de hacer frente a esta crisis desde la colectividad (Andrés Durà, 2020).

En este sentido, nos plantamos ante una respuesta colectiva que emerge de la crisis sanitaria pero también del sistema capitalista. Ante un sistema que nos separa, individualiza y nos convierte en productores y productos, nos encontramos que, para sobrevivir a una crisis de tales dimensiones, somos seres tremendamente interdependientes. Por ello, además del fortalecimiento de estas redes organizadas, han surgido muchísimas iniciativas ciudadanas individuales o se han creado y fortalecido los lazos entre vecinos y vecinas que jamás antes habían hablado. Como comentó Yayo Herrero, *"muchacha gente vivía en bloques de edificios en ciudades y no conocía a nadie del bloque y de repente sabe quién está, las circunstancias de vida, se ha empezado a preocupar..."* (Sánchez Piñero, 2020).

Por tanto, han proliferado multitud de redes, tanto organizadas como no organizadas, pero todas autogestionadas al margen del Estado. Continuando con esta idea, la pandemia de la COVID-19 ha permitido visibilizar la importancia que tienen las actividades que sostienen la vida, referidas a partir de ahora como cuidados, sembrando en la sociedad un urgente replanteamiento social de cómo se mantienen las atenciones necesarias para la reproducción de la vida (Pérez Castaño, 2020). De igual forma, se ha producido un incremento en la resiliencia de las personas, entendida como *la capacidad que poseen los sujetos para hacer frente a la adversidad* (Granados-Ospina et al., 2017).

COVID-19: la pandemia que revalorizó los cuidados y las redes de apoyo. Un estudio de caso sobre la Comunidad Valenciana.

No obstante, eso no solamente es un fenómeno que se ha dado entre pequeñas comunidades de vecinos o determinados territorios, sino que han surgido acciones simbólicas a nivel nacional para mostrar el apoyo general hacia todas aquellas personas que han tenido que seguir saliendo de sus casas para permitir que el resto de la sociedad continuemos vivos. Principalmente, y debido al carácter de la crisis, pensaríamos en aquellas personas que integran el sistema sanitario (doctores/as, enfermeros/as, celadores/as, investigadores/as, etc.), sin embargo, la lista de superhéroes y superheroínas no acaba aquí. Esta crisis ha sacado a relucir al, mal llamado y precario, sector servicios compuesto por trabajadores y trabajadoras de supermercados, mercados municipales, tiendas de barrio, agricultores y agricultoras, empleadas del hogar, y un largo etcétera de profesiones precarias, pero absolutamente necesarias para la continuidad de la vida de toda la población.

Como agradecimiento y reconocimiento de sus labores, sin interrupción, han surgido distintas acciones como: los aplausos a sanitarios de las ocho de la tarde, multitud de pancartas de apoyo con mensajes como “Yo me quedo en casa” o “Todo irá bien”, o la reproducción de canciones, que ahora son himnos, como ‘Resistiré’ del Dúo Dinámico. Junto con el seguimiento de las normas impuestas por el gobierno, estas son algunas de las iniciativas ciudadanas para mostrar el apoyo a todas las personas que hacen posible que el país siga funcionando en esta situación de excepcionalidad. Asimismo, también se han dado acciones desde el sector empresarial, como la de distintas marcas de automóviles prestando sus coches para apoyar las labores logísticas y de transporte de los centros médicos (La Vanguardia, 2020). En el caso de la Comunidad Valenciana, también se han dado estas iniciativas, y varias ‘startups’ han reorientado su actividad y ahora fabrican mamparas de metacrilato o viseras para los sanitarios (Las Provincias, 2020).

Por lo tanto, a lo largo de estas y las próximas páginas, se pretende realizar una aproximación a la proliferación de actitudes de cooperación y colaboración ciudadanas. Estas están comprendidas por las redes que se han tejido y fortalecido, las iniciativas ciudadanas individuales y, también, por las distintas acciones de apoyo y reconocimiento a los héroes y heroínas de esta pandemia, desde una aproximación teórica y cualitativa. Así pues, el caso de estudio se centra en las redes asociativas y el tejido social como constructoras de resiliencia y cooperación ciudadana, con el objetivo de no dejar a nadie atrás, sentirnos acompañados cuando estamos reclusos y como forma de superar y paliar las consecuencias más negativas de la pandemia.

3. El COVID-19: la pandemia que paralizó el mundo.

En diciembre de 2019 llegaban las primeras noticias desde Wuhan, China, acerca del virus que iba a poner patas arriba al mundo. De esta forma, la OMS alertó de la aparición de esta nueva enfermedad, y con la gravedad que empezó a identificarse, el gigante asiático comenzó a tomar medidas como la construcción de un mega hospital desde cero (Encabo, 2020). Sin embargo, el virus demuestra que es altamente infeccioso y no entiende de fronteras ni territorios, días más tarde se notifica el primer caso en Japón y para finales de enero, el virus ya había desembarcado en Europa. Consecuentemente, la OMS decidió declarar la alarma internacional, denominando al virus como una pandemia global (OMS, 2020).

El primer país en declarar casos dentro de sus fronteras fue Francia, seguida de otros territorios como Italia y España (OMS, 2020). En este momento, la OMS decide que es el momento de declarar la emergencia internacional y con razón: comienzan los primeros decesos de ciudadanos chinos. Mientras el COVID-19 sigue expandiéndose a gran velocidad por todo el mundo, en Europa llegan las primeras medidas de confinamiento para la población italiana. A las semanas es España la que se tiene que confinar y encerrar, permitiendo que solamente salieran de sus domicilios aquellas personas pertenecientes a sectores imprescindibles y el sector de la construcción.

En este sentido, la situación empieza a escalar de forma vertiginosa y, para el 13 de marzo, Pedro Sánchez declara el Estado de alarma¹ con 4.200 casos positivos y 120 fallecidos, notificados por el momento (OMS, 2020). Se procede a la clausura total de lugares de ocio, hostelería, servicios no considerados básicos, y se obliga a toda la población a mantenerse en sus viviendas. A nivel mundial la situación sigue empeorando y en Wall Street se registra un desplome de la economía ciertamente preocupante. El Ibex, el índice español, cae ese día casi ocho puntos a pesar de los mensajes de los bancos centrales (OMS, 2020). Las perspectivas no eran buenas pero el virus y su expansión y consecuencias dependían mucho de cada territorio y contexto, por tanto, vamos a centrarnos concretamente en España y en el caso de estudio: la **Comunidad Valenciana**.

3.1 El COVID-19 a nivel nacional.

Como hemos visto, a partir de mediados de marzo llegaron las medidas duras y los momentos de más incertidumbre y vulnerabilidad para el Estado español. Sin embargo, los primeros casos se notificaron a finales del mes de febrero, en la Comunidad de Madrid, Cataluña y la Comunidad Valenciana. Para la semana del 18 de marzo ya se notificaron 14.000 casos, azotando a la región capitalina en mayor

¹ Artículo 116 de la Constitución Española de 1978, en Título V. De las relaciones entre el Gobierno y las Cortes Generales.

COVID-19: la pandemia que revalorizó los cuidados y las redes de apoyo. Un estudio de caso sobre la Comunidad Valenciana.

medida (Arroyo, 2020a). No obstante, el peor mes fue el de marzo, desde prácticamente el 8 de marzo que empezaron a incrementar los casos de forma desmedida. Por tanto, a partir del 9 de marzo los centros de enseñanza de la capital fueron clausurados, obligando a parte de la población a modificar sus vidas y rutinas, con un parcial confinamiento de todas estas personas y familias afectadas.

Así pues, llegó el Estado de alarma a través de un real decreto que aprueba esta situación de excepción en todo el país, otorgando distintos poderes a miembros específicos del ejecutivo. Por una parte, el ministro de Sanidad, Salvador Illa, se ponía al frente de todas las competencias del Estado, seguido de Margarita Robles, ministra de Defensa; Fernando Grande-Marlaska, ministro de Interior; y José Luis Ábalos, ministro de Transportes, Movilidad y Agenda Urbana (Arroyo, 2020a). Para ello, establecieron el objetivo principal de “*movilizar todos los recursos para proteger los recursos sanitarios de todo el Estado*”, para poder dar respuesta a la emergencia social, proteger a la población y frenar la pandemia (Arroyo, 2020 b).

Sin embargo, la epidemia ya había empezado a expandirse de forma desmedida y, como vemos en el gráfico inferior, los casos no dejaron de crecer en ningún momento. Por tanto, a medida que los nuevos contagios y las muertes aumentaban, el Ejecutivo tenía que tomar medidas más contundentes, con la limitación total de movimientos salvo los de los trabajadores de actividades esenciales (Marcos, 2020). Parece que fue una de las medidas que más condicionó al país de cara a una futura depresión económica, pero, ¿y todos aquellos sectores esenciales?

Bien, pues estos sectores esenciales siguieron día a día abiertos y dando los servicios necesarios para el mantenimiento de la vida de los 47 millones de personas que habitan en España. Se mantenían abiertos *los establecimientos minoristas de alimentación, bebidas, productos y bienes de primera necesidad; farmacéuticos, médicos, ópticas y productos ortopédicos e higiénicos; prensa y papelería; combustible para la automoción; estancos; equipos tecnológicos y de telecomunicaciones; alimentos para animales de compañía; comercio por Internet, telefónico o correspondencia; tintorerías y lavanderías* (Marcos, 2020), mientras la cifra de infectados seguía engordando a cada minuto. Para finales del mes de abril ya se contaba con más de doscientos mil infectados, pero no solo aumentaban los infectados, sino los fallecimientos y los ingresos en UCIS.

Desde un principio, la máxima presión recayó sobre los servicios de alimentación (supermercados, tiendas de barrio y, de forma más extendida, sobre los y las agricultoras), y el sistema de salud y su personal (celadoras/es, enfermeras/os, doctoras/es, investigadoras/es, conductores/as de ambulancias, etc.). La presión fue descomunal, Juan Sánchez, trabajador de servicios de ambulancia en Cataluña, comentaba: “*No tenía pausa. Terminabas un servicio y había otro. Terminabas ese servicio y había otro, y otro, y otro*”, y Cari Fernández, comentaba: “*Nos cagamos vivos todos. Los primeros días veníamos casi llorando. Fue muy duro*” (Morales y Surinyach, 2020).

COVID-19: la pandemia que revalorizó los cuidados y las redes de apoyo. Un estudio de caso sobre la Comunidad Valenciana.

Los grandes núcleos urbanos colapsaron, y las autoridades tuvieron que tomar medidas drásticas como la construcción a contrarreloj de hospitales de campaña, se ampliaron las camas en las UCI a destajo y un tráfico aéreo para traer material sanitario del extranjero sin precedentes. Sí, el sistema sanitario colapsó, pero no fue el único. Las **superficies de venta de alimentos y productos básicos** se vieron sobrepasadas en cuestión de días, ofreciendo imágenes jamás esperadas en pleno siglo XXI. Las grandes superficies empezaron a tener bloqueados sus servicios de reparto y entrega a domicilio, mientras que sus trabajadores y trabajadoras que prestaban atención directa se veían sobrevenidos.

La situación fue descrita por The Wall Street Journal (2020), *“con todo lo que ha conllevado la pandemia, las grandes superficies apenas han tenido tiempo para prepararse. Las dinámicas de los almacenes se han visto saturadas, y poner más furgonetas en marcha para repartir los pedidos es complicado porque no vale cualquier vehículo.”* Las ventas llegaron a registrar aumentos del 145%, en parte por la acumulación desmedida de una ciudadanía extasiada por la incertidumbre de la situación. Por ejemplo, y gracias al testimonio de una trabajadora de una gran superficie de supermercados, sabemos que: *“Había gente que venía con dos compras, porque como al principio los productos estaban limitados. [...] Fíjate, a lo que llegamos, que limitamos la compra de las personas.”* (M1, 2020).

Sin embargo, y pese a la catastrófica situación, empezaron a **surgir reacciones** por parte de las personas y de las empresas. En el caso de Barcelona, la empresa Prototy decidió diseñar un prototipo de respirador de emergencia (Morales y Surinyach, 2020). Después se unieron otros gigantes como SEAT, que, tras realizar un ERTE, decidió empezar a producir respiradores. Aun así, la respuesta empresarial se declinó más por regularizar despidos, ante la incapacidad del sistema de funcionar, y la **resistencia quedó en manos de la ciudadanía.**

Con el Estado en KO técnico y la economía totalmente estancada, parece que solo el pueblo pudo salvar al pueblo a través de la disciplina social y cuidado de lo común (MIRCO, 2020). Cabe añadir, por tanto, que *“este estado de excepción biopolítico, por lo tanto, no solo instala la restricción de libertades, sino que transforma nuestra forma de relacionarnos y actuar”* (MIRCO, 2020), pudiendo significar tanto un cambio negativo como positivo. Por suerte, se han registrado multitud de prácticas individuales y colectivas por parte de la ciudadanía, reforzando los vínculos y la autoorganización en pro del común (MIRPO, 2020).

Asimismo, fueron surgiendo actividades concretas, de carácter performativo, como los aplausos que reconocían la labor de los trabajadores y las trabajadoras esenciales, y también caceroladas ante la drástica situación que se estaba viviendo, especialmente contra la gestión de la crisis sanitaria, dando paso a nuevas formas de participación o al menos de expresión de opinión.

Figura 1. Imagen de ciudadanos aplaudiendo a las 20h.



Fuente: Diario ABC [2020].

3.2 El COVID-19 en la Comunidad Valenciana.

En el caso de la Comunidad Valenciana, el virus entró con la misma fuerza, sin discriminar por clase social, etnia, género, lugar de residencia, etc. De esta forma, el 13 de febrero llegaba la noticia del primer fallecimiento a causa de una neumonía, que finalmente resultó ser un paciente con COVID-19. Como consecuencia, un mes más tarde los más de 5 millones de habitantes, se confinaban de acuerdo a la nueva normativa estatal extraordinaria. En cuanto a los datos del virus, los contagios, fallecimientos y enfermos críticos, aumentó siguiendo la estela de las estadísticas nacionales. Sin embargo, la Comunidad Valenciana no llegó a ser de los territorios más azotados por la pandemia del panorama nacional.

En el plano político, la Generalitat no tardó en tomar medidas acordes con el gobierno central, creando una Mesa Interdepartamental para la Prevención y Actuación ante el Coronavirus (Presidencia de la Generalitat, 2020), o cancelando las Fallas. La situación escaló rápidamente, y las decisiones empezaron a tomarse a la velocidad que la situación imponía, cerrando centros educativos, limitando la movilidad de las personas, entre otras prohibiciones, y dejando al frente a los servicios esenciales.

Se empezó a plantear usar las carpas e infraestructuras de las fiestas tradicionales como hospitales de campaña, y se procedió a la construcción de uno en los terrenos cercanos al Hospital la Fe, y dos más en otros puntos del territorio. La vida de todos los valencianos y las valencianas estaba en juego, y las autoridades no dudaron en destinar todos los fondos necesarios para ello. De la misma forma, los

COVID-19: la pandemia que revalorizó los cuidados y las redes de apoyo. Un estudio de caso sobre la Comunidad Valenciana.

supermercados se vaciaban, y los gigantes Consum y Mercadona apelaban a la conciencia para prevenir el enorme acopio y acumulación de recursos por parte de la ciudadanía.

Figuras 2 y 3. Comunicados en redes sociales de las grandes superficies.



Fuentes: Mercadona y Consum [2020].

Las primeras semanas dejaron imágenes inverosímiles, atendiendo a una lógica de acumulación, nada lejana de la lógica capitalista que nos ha llevado a esta crisis sistémica, en la que solo importa el bienestar individual y de las personas más cercanas. No obstante, poco a poco, la ciudadanía empezó a darse cuenta de que existían grupos vulnerables que, sin la ayuda del Estado, necesitaban de otras personas para, prácticamente, seguir viviendo. Empezaron a coger fuerza y formaron distintas redes de apoyo vecinal y acciones a nivel particular, como realizar la compra a los vecinos vulnerables, que no podían salir de sus domicilios bajo ninguna circunstancia.

Estas redes son, las ya mencionadas, agrupaciones Espai Veïnal Cabanyal o Cuidem Benimaclet, además de la asociación vecinal de la Saïdia. Las redes sociales se convirtieron en su gran pilar, como forma de organizarse y de contactar y ser contactados, además de ser un bastión al que el virus no podía atacar ni mermar de forma directa. Sin embargo, hay que tener en cuenta que, estas redes no solamente permitieron que las personas tuvieran las neveras llenas, sino que también consiguieron mantener a las personas unidas pese al aislamiento y distanciamiento social.

Desde festivales de música en streaming a grupos de gimnasia en los balcones de las fincas (Sánchez, 2020), cualquier actividad era buena para mantener a la gente unida. Así lo apuntaban desde Saïdia Comuna, destacando la necesidad del apoyo mutuo en momentos de crisis. «La idea es

COVID-19: la pandemia que revalorizó los cuidados y las redes de apoyo. Un estudio de caso sobre la Comunidad Valenciana.

que no nos refugiemos en casa para salvarnos cada uno a sí mismo, sino que sigamos siendo una comunidad porque en estos momentos más que nunca necesitamos la ayuda de otros» (Sánchez, 2020). El COVID no solo puso en duda la estructura más macro del sistema, sino también las más micro, como las formas de relacionarnos que propone y cómo construye sociedades individualistas que no pueden responder ante este tipo de crisis. Sin saberlo, estábamos ante un cambio brutal de las relaciones y cómo estas se construyen y, sobre todo, por qué.

En conclusión, la situación del territorio, y todo lo que lo conforma, se vieron enormemente cuestionados por la pandemia. La vida ya no se podía sostener de la misma forma, los sistemas básicos de cuidados se encontraban saturados y sí o sí, necesitábamos de los demás para vivir. Como siempre, pero esta vez era más evidente que nunca. Por tanto, lo que esta investigación acoge es la situación de las relaciones interpersonales, cómo se han mantenido y de qué forma han ayudado a que las personas puedan seguir viviendo, incluso en esta época de incertidumbre y tensión constante.

En consecuencia, las redes de apoyo que se han fortalecido o se han ido construyendo resultan de vital interés, en contraposición a un sistema individualista como el capitalismo, para seguir satisfaciendo necesidades básicas y así mantener un nivel óptimo de bienestar. Por ello, a continuación, se detallan las preguntas que se quieren estudiar, con respecto de la importancia que han cobrado los cuidados en este contexto crítico, y cómo se ha modificado la versión de las personas sobre los mismos a través del fortalecimiento de estas redes de apoyo mutuo, social y comunitario.

4. Preguntas de investigación.

En este trabajo final de maestría, y como venimos comentando, se tratará de estudiar cómo la situación de excepción vivida por la sociedad de la Comunidad Valenciana ha contribuido al fortalecimiento de lazos sociales, redes de apoyo y ayuda, y, en consecuencia, como se ha permitido que las personas sigan satisfaciendo sus necesidades básicas y las actividades necesarias para la vida hayan sido sostenidas de una forma u otra.

Por tanto, para este TFM, se han dispuesto distintas preguntas de investigación con el objetivo de resolver la cuestión inicial, y además poder establecer una relación con los elementos conceptuales escogidos para su interpretación, explicados en la siguiente sección. Las preguntas seleccionadas son:

- ¿Cómo, en esta situación de excepcionalidad motivada por el COVID-19, la respuesta comunitaria ha ofrecido, creado y/o fortalecido una red de apoyo/de cuidados?
- ¿Cómo esta red de cuidados cambia las relaciones entre las personas y qué implica este cambio para las personas?
- ¿Cómo ha cambiado la visión de la ciudadanía con respecto de los cuidados, las personas cuidadoras y el sector servicios?
- ¿Cómo, con la creación o fortalecimiento de estas redes cooperativas, ha mejorado el bienestar de las personas durante la situación de excepcionalidad motivada por el COVID-19?

Sin embargo, hace falta poner el foco en las potencialidades y limitaciones que presenta este TFM. Por un lado, dada la importancia de la pandemia, no solo a nivel nacional, existe muchísima información, prácticamente cada día, al respecto de la cual me puedo nutrir para estudiar el tema central de este proyecto. De la misma forma, esto puede resultar una enorme limitación, un arma de doble filo, debido a la sobreinformación a la que nos encontramos expuestos y la dificultad para discernir aquellas cosas realmente importantes durante periodos de tanta tensión e incertidumbre.

5. Aproximación y marco teórico.

5.1 ¿Desde dónde partimos?

Pese a la novedad que significa el COVID-19, podemos realizar una aproximación teórica compuesta por distintos conceptos, para llegar a resolver las preguntas anteriormente planteadas. Principalmente, y antes de introducir estos elementos y las relaciones entre sí, y para con la pandemia, es importante comentar desde qué punto se parte a la hora de realizar esta investigación.

Partimos de una **investigación descriptiva**, la cual implica un nivel de conocimiento sobre el tema estudiado concreto. Queremos entender cómo se han tejido o fortalecido lazos, y cómo estos han ayudado a mantener el nivel de vida de las personas más vulnerables, pero también de toda la sociedad de la Comunidad Valenciana. Buscamos entender la relación de estas redes de apoyo, organizadas o no, con el bienestar de las personas durante la cuarentena, y cómo estas relaciones han cambiado y qué ha significado para la sociedad. Por esto mismo, uno de los análisis de este caso será el estudio de varias variables interdependientes entre sí, dentro de una población y contexto definidos.

Es decir, se realizará un análisis sobre los distintos elementos y variables que afectan a la situación de la población valenciana en relación con el aislamiento y confinamiento debidos a la pandemia. Desde esta aproximación inicial contamos con múltiples razones que la avalan como positiva, y es que *“sirve para analizar cómo es y se manifiesta un fenómeno y sus componentes”* (Cazau, 2006). Asimismo, esta aproximación, junto con la metodología utilizada, nos servirá para realizar algunas conclusiones y recomendaciones finales sobre aquello que estamos estudiando.

En añadidura a este primer paso, identificamos este análisis dentro del **paradigma interpretativista**, ya que vamos a estudiar una determinada realidad, situación, y queremos comprender los fenómenos que la producen (González Monteagudo, 2001). Algunas de las cosas que buscamos dentro de este paradigma es conocer la naturaleza de la realidad, la interacción y la relación entre investigador y objeto observado, la posibilidad de generalizar, la posibilidad de nexos causales y la importancia del papel del investigador dentro de la propia investigación (Lincoln y Guba, 1985).

Finalmente, contaremos con el relativismo ontológico, debido a que vamos realizar este estudio de caso con multitud de fuentes distintas y apoyándonos en distintas percepciones y visiones, a través de diversidad de medios, individuos e ideologías. Por otra parte, y cómo se comentaba con anterioridad, además de la dificultad de discernir entre la cantidad ingente de información, la epistemología también contará con una falta de objetividad por la proximidad de la investigación con los elementos más intangibles de las personas, como lo son las redes sociales y las relaciones entre personas.

5.2 Marco teórico.

Cuando se decidió que España entraría, por decreto, en una situación tan excepcional como la que supone el Estado de alarma, todo el mundo se echó las manos a la cabeza. En seguida se comenzó a preguntar sobre la industria, la posibilidad de trabajar, de producir, de no parar la economía, de no volver a otra crisis. Sin embargo, se tardó un poco más en pensar en cómo íbamos a satisfacer todas las necesidades básicas que nos permiten funcionar cada día, producir, recibir dinero a cambio de nuestro trabajo, en definitiva: realizar todas esas actividades que nos impone el sistema capitalista en el que vivimos, invisibilizando todas esas otras actividades que permiten que el sistema capitalista funcione.

Por tanto y, casi por obligación, conceptualmente debemos partir de la crisis ecosocial y civilizatoria en la que vivimos, y que esta pandemia ha sacado a relucir. Vivimos, desde hace mucho tiempo, insertos en una crisis sistémica, debida a nuestra forma de vivir antropocéntrica (Ecologistas en Acción (b), 2020), centrada en el ser humano como ente todopoderoso y que no respeta los límites de la Tierra. Nos encontramos inmersos en una situación de emergencia, no solamente por la crisis sanitaria que supone el COVID-19, sino por presentarnos ante una situación de incertidumbre que ha supuesto un cambio de paradigma para la sociedad. Es decir, somos una sociedad extremadamente vulnerable, con un sistema que se guía por un **rumbo de colisión**, una ruta de *expansión continua que, debido a su constante crecimiento, colisiona con la biosfera que es finita* (Max-Neef, en Azkarraga et al., 2014).

No obstante, no podemos entender esta situación sin mencionar el **sistema capitalista** en el que vivimos. Un entramado centrado en la producción por encima de todo, que no atiende a los límites sobrepasados del planeta. Sin embargo, esta pandemia ha dejado entrever sus costuras y debilidades, demostrando que para sobrevivir ha sido necesario reconocer los vínculos que lo hacen funcionar, los lazos de **interdependencia y ecodependencia** que se defienden desde el **ecofeminismo**. En este sentido, se ha puesto en entredicho como el capitalismo ha transformado las sociedades en un intercambio de cosas, gentes e ideas, donde es el mercado el que determina las necesidades del consumidor, además de la fragmentación social que esto implica (Carina, 2003). Como consecuencia, se ha dado un proceso de reconceptualización de la producción, como una forma de satisfacer necesidades básicas en vez de una manera de acumular de recursos y capital, y lo más importante: se ha visibilizado la crisis de los cuidados y el derecho de todas las personas cuidar y ser cuidadas.

Volviendo a la idea de los lazos de interdependencia y ecodependencia, para entender su relación con el capitalismo, tenemos que atender a que este último se *apropia del ecosistema como de los tiempos de las personas, [...] puestas al servicio del mercado relegando los procesos necesarios para la sostenibilidad de la vida al ámbito no remunerado* (Herrero, en Martínez Buján, 2019). Por ello, el ecofeminismo se sostiene estos dos grandes pilares: la ecodependencia la cual defiende el ineludible

COVID-19: la pandemia que revalorizó los cuidados y las redes de apoyo. Un estudio de caso sobre la Comunidad Valenciana.

hecho de que las personas al igual que el resto de seres vivos que habitan el planeta obtenemos lo que precisamos para estar vivos de la naturaleza: alimento, agua, cobijo, energía, minerales (Herrero, 2013). Por otro lado, la interdependencia define la necesidad de otras personas en todos los aspectos de la vida y, en especial, en momentos de vulnerabilidad. Como afirma Herrero (2013), las personas no podríamos sobrevivir si no fuese por los cuidados y tiempo que otras personas nos dedican. Igualmente, este concepto se hace también fuerte en términos de **dependencia social** en cuanto a que necesitamos las cadenas de producción actuales para sobrevivir.

Con esta pandemia, este **hecho social total** ha provocado estos cambios en el ideario social, donde ya no nos encontramos tan convencidos por la sociedad individualista y con mentalidad hedonista y temporal (Bauman, 1999). Se produjo un cambio que incluía una revalorización de los servicios públicos, esas estructuras tradicionales de cuidado recuperaron la importancia que merecían, y merecen. Ante el **colapso del sistema sanitario**, la crisis de cuidados llegó a niveles insospechados, produciendo estos cambios en las formas de comportamiento y gestión comunitaria para suplir aquellas ayudas que habían sido retiradas de una forma tan drástica. Se ha producido una modificación en nuestro imaginario, ahora comprobamos que no estamos preparadas para proteger la vida de las personas, tras vivir centradas en los mercados y las lógicas neoliberales (Forner, 2020).

Una de las relaciones más directas que existe entre el capitalismo y el colapso de la asistencia sanitaria es sencilla: los recortes debidos de las “políticas de austeridad” tras la anterior crisis económica. Podemos afirmar que *“el neoliberalismo destruyó tanto la salud pública que, en situaciones como esta, no tenemos la capacidad de poder contar con una respuesta pública a la altura”* (Bringel, 2020). En este sentido, se comprometió una de las grandes estructuras de cuidado que existen en nuestra sociedad, una de las más básicas: el servicio sanitario, comprometiendo de la misma forma la salud de la población.

De la misma forma, contamos con otros sectores que están desarrollando el mismo papel fundamental y que conforman esa estructura tradicional de cuidados, como el **primer sector** (campesinos y campesinas, agricultores), que pocos meses antes manifestaban por sus derechos, y en el momento de la verdad, se dedicaron a sostener a gran parte de la población (Sánchez Piñero, 2020). Otro de los sectores a recalcar es el **sector servicios o tercer sector**. Su invisibilización como pilar fundamental resulta histórica, su reducción al “servilismo” (Raudales Barragán, 2019) dice mucho del reconocimiento de los cuidados en este sistema. Aun así, han demostrado su importancia en el sostenimiento de la vida, al igual que son esenciales para que el capitalismo funcione, a partir del trabajo mal o no remunerado, que realizan principalmente las **mujeres** (Raudales Barragán, 2019).

En este sentido, apreciamos como los cuidados y sus estructuras se han **mercantilizado dentro del capitalismo**, haciendo que sean reconocidos como un trabajo, pero un trabajo de segunda.

COVID-19: la pandemia que revalorizó los cuidados y las redes de apoyo. Un estudio de caso sobre la Comunidad Valenciana.

Continuando con esta idea, la pandemia del COVID-19 ha permitido visibilizar los cuidados, sembrando en la sociedad un **urgente replanteamiento social** de cómo se mantienen las atenciones necesarias para la reproducción de la vida (Pérez Castaño, 2020). La industria y la economía parecieron pasar a un segundo plano, aunque fuese por unos segundos, dando paso a acciones ciudadanas de reconocimiento a todos los sanitarios, trabajadores de grandes superficies, mercados municipales, agricultores y agricultoras, transportistas, etc.

Teniendo en cuenta todos estos cambios a nivel estructural y social, recuperamos, la ya mencionada, **crisis de los cuidados** (Pérez-Orozco, en Martínez Buján, 2019), entendida como la “*constante tensión entre el capital, el empleo, la reproducción humana y los límites que plantean su organización política*”. Dentro de esta crisis contamos con la desfiguración de estas estructuras básicas de cuidado, pero también con otro pilar importantísimo: las familias, los hogares, las unidades familiares, que recaen, como el resto de cuidados, en manos de las mujeres en la gran mayoría de los casos. Por tanto, esta crisis se ha agravado dentro de esta situación de excepción por dos motivos: el desmoronamiento del sistema de cuidados tradicional y la falta de respuesta institucional.

Donde antes los servicios los proveía el Estado y el mercado, del **diamante del cuidado** solo quedan disponibles los vértices: familiar y sector no lucrativo (Keller Garganté, 2019). Ante la, ya mencionada, paralización del sistema, todas las actividades han recaído en las familias y otra de las partes fundamentales del tercer sector: su apartado no lucrativo. Ante el confinamiento, la imposibilidad de salir, la lógica individualizada del capital ha sido derrocada por la unión de la sociedad, fortaleciéndose para seguir conseguir salir adelante sin dejar a nadie atrás. Esto ha sido posible gracias a los **agentes** que operan (Fantova Azcoaga, 2017), prestando especial atención a la comunidad y en la iniciativa social, ante la inactividad por incapacidad del Estado y del mercado.

Principalmente, la **comunidad** es el núcleo donde se tejen todas las relaciones de apoyo mutuo y compromiso (Keller Garganté, 2019), y donde la iniciativa social y su carácter solidario ayudan a fortalecerlas. En este sentido, podemos aplicar esta visión sobre la comunidad a las familias o unidades familiares, donde a escala más pequeña, se reproducen estas formas de comportamiento para conseguir satisfacer las necesidades básicas de sus integrantes. La vida y el **bienestar**, en gran medida, dependen de los cuidados a los cuales no se les puede asignar un precio (Carrasco, en Fantova Azcoaga, 2017) por eso se encuentran relegados a estos espacios de la vida privada, donde el sistema no influye de la misma forma. Algo semejante ocurre con la **iniciativa social** como agente, la cual en este caso se representa con las redes vecinales, barriales o comunitarias, explicadas anteriormente, o con las distintas iniciativas ciudadanas para reconocer el trabajo de todas las personas cuidadoras.

Como comentaba Yayo Herrero, “*mucha gente vivía en bloques de edificios en ciudades y no conocía*

COVID-19: la pandemia que revalorizó los cuidados y las redes de apoyo. Un estudio de caso sobre la Comunidad Valenciana.

a nadie del bloque y de repente sabe quién está, las circunstancias de vida, se ha empezado a preocupar...”, y, además, hemos visto como el “*distanciamiento y aislamiento físico han producido un acercamiento social*” (Sánchez Piñero, 2020). Es decir, la forma de comportarse y relacionarse de las personas se ha transformado, **lo comunitario** recuperó poco a poco su peso y el sostenimiento diario empezó a depender, en mayor o menor medida, de redes, vínculos y espacios” (Martínez Buján, 2019). Frente al parón del sistema, el deterioro de las estructuras tradicionales de cuidado y otras ayudas de los servicios sociales, se provocó una clara activación de los **vínculos sociales** (Martínez Buján, 2019).

¿Pero qué aportan estas **redes y relaciones** a todas las personas que se ven involucradas en ellas? Fundamentalmente, hablamos de todas esas relaciones que se crean con el objetivo de ayudarse entre unos y otros, la forma más primitiva de cooperación y colaboración entre seres humanos. Sin embargo, podemos entender los **cuidados**, en relación a las redes, desde dos dimensiones, por una parte, la dimensión de los cuidados como tareas y trabajos específicos, y la dimensión del sistema social en el que los cuidados son un motor invisible que hace posible la reproducción de la vida social (Susan Draper, pp.185, en Vega Solís, 2018). Por tanto, estas redes ganaron más importancia y fuerza que nunca, convirtiéndose en la ‘*brasita*’ que permitió tejer esa red de solidaridad de una forma mucho más potente (Sánchez Piñero, 2020).

Recuperando las dos dimensiones del cuidado, en este caso, y en relación al caso de estudio, hemos visto cómo se ejemplifica a través de acciones individuales ciudadanas como la de prestar ayuda a los vecinos más vulnerables que no podían salir de casa bajo ningún concepto. De la misma forma, y como reacción a la nueva situación de la hostelería, han surgido otras formas de servicios como los servicios personalizados a domicilio como forma de supervivencia y de mantener a las personas cerca pese al aislamiento social. También han surgido acciones desde entidades más curtidas en materia, como lo son las ONGs o redes vecinales ya existentes, las cuales han suplido, de forma más organizada, las necesidades de sus vecinos o grupos de interés. Por último, recordar aquellas actividades de reconocimiento por parte de la sociedad para con todas las personas cuidadoras, a través de pancartas, aplausos a las ocho de la tarde y demás homenajes.

Todas estas actividades han contribuido a la construcción social de la resiliencia a través de estas respuestas creativas ante los retos, en este caso el distanciamiento social, que presentaba la epidemia. Más en concreto, podemos hablar del incremento en la **resiliencia comunitaria**, entendida como la capacidad que poseen los sujetos para hacer frente a la adversidad (Granados-Ospina et al., 2017) o la capacidad que posee una determinada comunidad para sobreponerse a las calamidades sufridas, de absorber los choques (Azkarraga et al., 2014). Pese a que esta ya exista, y se encuentre en el seno de las sociedades, y que el sistema se haya encargado, como hemos visto, de erosionarla, no ha tardado en salir fortalecida. Por esto mismo, y con la activación de los vínculos, se ha visto

COVID-19: la pandemia que revalorizó los cuidados y las redes de apoyo. Un estudio de caso sobre la Comunidad Valenciana.

fortalecida la forma de actuar de forma interdependiente entre sí por el bien común, y se fortalece al reconocer el papel de la comunidad y las redes vinculares relacionadas con el cuidado, el apoyo y el afecto (Granados-Ospina et al., 2017).

Esta **resiliencia comunitaria** cuenta con unos **pilares centrales**, como la autoestima colectiva, la identidad cultural, el humor social y la honestidad estatal (Suárez-Ojeda, 2001). Directamente descartamos el último elemento, ya que, por una parte, ha sido una de las grandes críticas para con la gestión que se ha realizado desde el gobierno de la crisis. Sin embargo, nos centramos en la autoestima colectiva, a través de esas acciones ya descritas como las acciones vecinales y barriales (ej. Juegos entre balcones), las cuales fortalecen el sentimiento de pertenencia a la misma, como forma de reconocimiento entre personas y fortalecimiento de los lazos entre sí. Como ejemplificación, encontramos las acciones generales para agradecer el trabajo a las personas que trabajaron por y para todos (ej. aplausos como mecanismo de reconocimiento). Además, en el caso de España, nos podemos centrar también en el humor social, entendida como la capacidad de hacer humor en la propia tragedia (Gamboa de Vitelleschi, 2006).

En definitiva, la resiliencia no solo ha permitido una mejora del funcionamiento de la sociedad y la satisfacción de necesidades básicas, sino que también ha permitido **mantener y/o mejorar el bienestar** de las personas, a través de sus distintas **dimensiones**: individual, familiar y sociocomunitaria (Serrano Pascual et al., 2018). En este caso, entendemos el bienestar como un concepto multidimensional y que su satisfacción depende enormemente del contexto en el que nos encontremos que cambia y evoluciona con el tiempo y se encuentra sujeto a las transformaciones, por consiguiente, cabe resaltar la importancia de contar con las personas que viven esos cambios para definirlo y entenderlo. En definitiva, se ha dado un **resurgir de las comunidades** como un refugio seguro en tiempos de incertidumbre (Bauman, 2001), en pro del bien común.

Finalmente, la satisfacción de estas necesidades básicas es fundamental para el día a día de las personas. Por tanto, la importancia que han recobrado todas estas nuevas dinámicas sociales y formas de relacionarse son extremadamente importantes para entender qué ha significado la respuesta comunitaria a la hora de sobrevivir al confinamiento, qué han implicado estos cambios para las personas, cual es el paradigma actual con respecto de los cuidados, las personas cuidadoras y el sector servicios, y de qué forma todo esto ha contribuido al bienestar y desarrollo de las personas durante la pandemia del COVID-19.

Tras este análisis conceptual, se aspira a definir y exponer todos estos elementos que se van a analizar con respecto del caso de estudio y las preguntas de investigación, indicadas en el apartado correspondiente, con el objetivo principal de discutirlos y dilucidar unas conclusiones al respecto. Se parte de la idea inicial de cómo esta crisis sanitaria, social, política y económica, ha demostrado que el

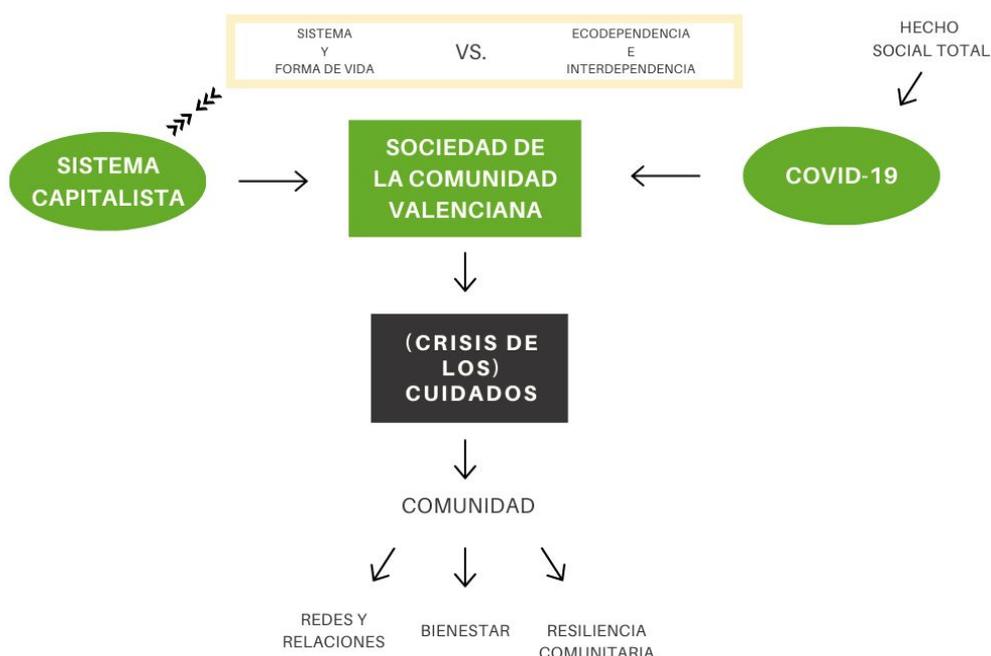
COVID-19: la pandemia que revalorizó los cuidados y las redes de apoyo. Un estudio de caso sobre la Comunidad Valenciana.

mundo puede continuar sin industrias y constante producción, pero sin cuidados el mundo se para. Las actividades esenciales como: las de alimentación, bebidas, productos y bienes de primera necesidad; farmacias, establecimientos médicos, servicios a domicilio de hostelería y restauración; cadenas de abastecimiento de mercados y centros de producción de bienes y servicios; etc., son las únicas que se han permitido continuar en los momentos más críticos, dónde solamente aquello esencial para la vida estaba permitido.

Nos encerramos, ¿y qué quedó? Quedaron todas aquellas personas que hicieron todo lo posible y se dejaron la piel para que todas las personas infectadas se curasen, aquellas personas que se dedican a producir y distribuir alimentos y bienes básicos, las cajeras, las reponedoras, los transportistas, y demás profesionales. ¿Qué tienen todas ellas en común? Curiosamente son aquellas personas instaladas en las capas más bajas del sistema capitalista. Las más precarias y, además, los sectores más feminizados dentro de este sistema, volviendo al círculo vicioso entre el capitalismo devorador y la crisis sistémica (ecológica, de cuidados, económica, socio-política) en la que nos encontramos.

En síntesis, con este marco teórico se pretende realizar la mejor aproximación conceptual posible a unas preguntas de investigación puramente cualitativas. Se pretende estudiar algo tan intangible y subjetivo como las relaciones personales, su modificación en una situación de excepcionalidad y cómo esto ha podido mejorar o ayudar a mantener el bienestar de la sociedad. Como inicio, podemos ver el marco teórico conceptualizado en un simple diagrama.

Figura 4. Mapa conceptual del marco teórico.



Fuente: Elaboración propia [2020].

6. Metodología.

Para este caso de estudio, se ha utilizado un método de **investigación puramente cualitativo**, ya que, como hemos visto en el apartado 5.1, pretendemos entender cómo se han tejido y fortalecido relaciones, objetos de análisis totalmente intangibles e incapaces de ser cuantificados. Es decir, estudiaremos las variables y elementos que afectan a la población, dentro del caso de estudio, mantener cierto nivel de bienestar, incluso reforzarlo, y aumentar la resiliencia colectiva, para describir, interpretar y comprender esta realidad social concreta (Batthyány y Cabrera, 2011). Por esto mismo, debemos de tener en cuenta el dinamismo de la situación y el contexto, al tratarse de una realidad social cambiante y un proceso que nunca antes había sucedido, un proceso sin precedentes.

Por tanto, la justificación principal para utilizar una metodología cualitativa, es que resulta una forma de producir la simbiosis entre los conceptos teóricos y la realidad social que se está estudiando. Al tratarse de un caso excepcional, como el que propone el COVID-19 dentro de la sociedad de la Comunidad Valenciana, no solamente podemos centrarnos en una revisión bibliográfica de otras situaciones similares, sino que tenemos que ir más allá y contar con personas que hayan vivido la situación desde los distintos puntos que se quieren estudiar. Asimismo, se utilizan otras técnicas como la etnografía virtual, indispensable para este caso en el que el confinamiento nos obliga a adaptarnos extremadamente al contexto y, con la utilización de ambas, conseguimos flexibilizar al máximo la metodología a emplear en esta investigación.

Resumiendo, nos plantamos ante una investigación cualitativa orientada a conocer la naturaleza, estructura y dinámica de las resiliencias sociales creadas y activadas en la sociedad valenciana como consecuencia de la pandemia del COVID-19 (Alaminos Chica, 2014).

6.1 Observación participante.

La observación participante se da de forma directa, con la interacción empática entre el investigador y objeto de investigación (Cobertta, 2007, en Batthyány y Cabrera, 2011), además de ser imposible al encontrarse la investigadora inmersa en la misma realidad. Por tanto, y como indica Cobertta (2007), se da una implicación directa de la investigadora en el contexto de investigación y la realidad de la población, que permite adentrarse y encontrarse de lleno en la interpretación. De esta forma, esta observación participante se ha realizado desde el comienzo de la epidemia, pasando por el confinamiento, hasta las fases de transición o desescalada, las cuales ha pasado la Comunidad Valenciana, hasta conseguir llegar a la última etapa del proceso: "la nueva normalidad".

Esta técnica se ha llevado a cabo en todo momento observando los distintos espacios transitados durante la situación, incluyendo el espacio de trabajo, el supermercado o el ámbito familiar. La

COVID-19: la pandemia que revalorizó los cuidados y las redes de apoyo. Un estudio de caso sobre la Comunidad Valenciana.

observación se realizó con el objetivo de destacar distintos puntos que podrían ser interesantes con respecto de las preguntas de investigación que incentivaron este TFM. Desde el inicio, se centró la atención sobre las personas más cercanas, como la familia y compañeros y compañeras de trabajo, además de las personas con una relación más estrecha a través de los distintos medios de comunicación virtuales. En consecuencia, la observación se ha realizado aproximadamente durante 4 meses, de marzo a junio, incluyendo la realización de las entrevistas durante los meses de junio y julio.

En definitiva, y con respecto de esta técnica, el objetivo principal era recoger toda la información posible con respecto del COVID-19 y sus consecuencias sobre la población estudiada. No obstante, cabe recordar que se trata de una experiencia vivencial nunca vivida anteriormente, por lo cual todo lo percibido ha servido para ir vertebrando el trabajo. Además, aquellos elementos que faltaban en esta técnica han podido recuperarse con el resto de técnicas utilizadas, como el análisis de las redes sociales, el método de conexión y organización entre las personas durante la pandemia.

6.2 Etnografía virtual.

La etnografía virtual, a la que nos referíamos en el punto anterior como el análisis de las redes sociales y medios de comunicación, se ha convertido en un pilar esencial de este estudio de caso debido a las particularidades de relación que ha ocasionado la pandemia y el confinamiento de la sociedad. Sobre todo, su esta técnica ha sido útil para realizar una contextualización lo más próxima a la realidad estudiada y para estructurar las entrevistas llevadas a cabo. Como expone Cobertta (2007), en las sociedades modernas el principal productor de material documental sobre la propia sociedad son probablemente los medios de comunicación de masas, y añade que estas presentan un espejo fiel de la sociedad, añadiendo el poder de las imágenes a la ya rica documentación de la prensa escrita (Cobertta, 2007).

Por tanto, y ante la imposibilidad de que las personas de la sociedad valenciana establezcan relaciones de apoyo y socialización al uso, atendemos a *la virtualidad, al ser considerada una opción para el desarrollo de relaciones interpersonales* (Mosquera Villegas, 2008). Asimismo, a diferencia de la observación participante, con esta técnica *el investigador intenta no producir alteraciones a la comunidad o grupo donde se lleva a cabo la investigación* (Mosquera Villegas, 2008). En consecuencia, la importancia de utilizar esta técnica radica en cómo los medios digitales se han convertido en pilares fundamentales para mantener conectadas a las personas y permitir que la vida pudiese continuar. Esto se complementa con su vertiente cualitativa, *la cual se centra en relatar, de manera detallada, cuáles son las motivaciones de quienes usan Internet, cómo lo hacen, qué sucede allí, cómo puede ser un espacio de socialización, todo desde una perspectiva descriptiva y analítica* (Álvarez Cadavid, 2009).

6.3 Entrevistas semiestructuradas.

Para este caso de estudio, se decidió utilizar las entrevistas semi-estructuradas partiendo de un guión con las temáticas principales que se querían abordar, pero dejando abierta la introducción y discusión de otras cuestiones que pudieran surgir durante el desarrollo de las mismas. Este mismo fue el motivo principal para la realización de este tipo de entrevistas y no otra, para así permitir una conversación fluida, que permitiera emerger otras temáticas que quizá no habían sido planteadas en un inicio por la investigadora pero que, viniendo de personas que han vivido tan de cerca el rol de cuidadores y cuidadoras, pudiesen ser imprescindibles para el análisis final.

Esta tipología de conversación permite libertad a la persona encuestada para sacar cualquier asunto sin problema alguno, y así poder hablar de temas relevantes que quizá el investigador o la investigadora hayan pasado por alto en el inicio. Las entrevistas fueron realizadas a personas las cuales se consideraban interesantes para el objeto de estudio, principalmente por sus actividades laborales o voluntarias durante la pandemia. Asimismo, todas las entrevistas se encuentran en el Anexo, al igual que su codificación, la cual atiende al género (M, mujer), y al número de entrevista por orden de realización.

Figura 5. Perfil de las personas entrevistadas.

Código de entrevista	Duración (min)	Sexo	Relación con la temática
M1	20:32	Femenino	Trabajadora de Consum
M2	14:24	Femenino	Ciudem Benimaclet

Fuente: Elaboración propia [2020].

6.4 Revisión bibliográfica y documentación consultada.

Finalmente, y como hemos visto, además de los documentos institucionales de naturaleza pública (Cobertta, 2007), como lo pueden ser documentos políticos o medios de comunicación de masas, también se ha realizado una importante revisión bibliográfica. Esta búsqueda exhaustiva se ha focalizado, para la indagación, en las palabras clave de: *cuidados*, *redes de apoyo*, *resiliencia*, *resistencia comunitaria*, etc. Todos los artículos y demás documentos, se han consultado con la idea de construir el marco teórico referencial que sirva de base para la argumentación del estudio de caso, desde el punto de vista epistemológico (Izaguirre Remón et al., 2010). Como consecuencia, esta búsqueda ha permitido realizar unos análisis finales que dieran respuesta a las preguntas de investigación planteadas inicialmente. Por tanto, esta forma de recopilar los datos ha implicado una

COVID-19: la pandemia que revalorizó los cuidados y las redes de apoyo. Un estudio de caso sobre la Comunidad Valenciana.

intervención sobre la realidad estudiada, al menos como estímulo para hacer o comunicarse a los sujetos (Cobertta, 2007).

Dentro de esta documentación se han consultado tanto fuentes primarias, secundarias y terciarias (Izaguirre Remón et al., 2010), acudiendo sobre todo a las últimas, en forma de conferencias, que han permitido realizar una conexión teórica entre material documental y la falta de documentación, por su novedad, sobre la pandemia del COVID-19.

7. Análisis y resultados.

Tras la exposición del esquema investigativo, y la presentación del caso de estudio, se pueden analizar los distintos pilares de una forma que intentemos aproximar la respuesta a la cuestión de los cuidados y las redes de apoyo durante la pandemia y en sus etapas posteriores, hasta alcanzada la “nueva normalidad” en los meses siguientes. Sin embargo, primero de todo, cabe mencionar lo que ha sido el elemento más importante durante la pandemia, y lo que ha marcado los tiempos y acciones llevadas a cabo: la economía.

Principalmente, cabe resaltar como, desde el Gobierno estatal y las instituciones internacionales, decidieron sentar las bases de la transición de las etapas finales del confinamiento debido a la pandemia basándose en una economía que se tambaleaba tras meses estancada. Como hemos visto, pocos eran los empleos activos, sumiendo a todos los demás trabajos a acogerse a los ERTE², los cuales también han traído muchísimo debate en el territorio al tener que ser asumidos por el Gobierno. En este sentido, la **perspectiva económica** se vio afectada con las medidas que se fueron promulgando, como el cese de las actividades económicas, dando origen a una nueva preocupación: el incremento del desempleo (Hermi Zaar y García Ávila, 2020), entre otras. De esta forma, el Gobierno decidió movilizar aproximadamente el 20% del PIB español en medidas para paliar estas graves consecuencias (Hermi Zaar y García Ávila, 2020). Igualmente, se regularon los desahucios, los alquileres, las hipotecas, y demás problemáticas, también sociales, que llevaban años pidiendo ser reguladas. No obstante, la medida más destacada, y controvertida, ha sido el Ingreso Mínimo Vital.

Parece que en cuanto a economía se refiere, todas las medidas llegan rápido y con diligencia, al igual que la aprobación de las mismas por parte de entidades como la Unión Europea. Sin embargo, ¿dónde quedan las demandas sociales? Y aquellas que parecen haber sido atendidas, ¿no podían haber sido atendidas con anterioridad? Contamos con varios ejemplos como **la sanidad**, la cual llevaba años sufriendo enormes recortes y, durante la pandemia, fue uno de los sectores más perjudicados. El mayor problema en España, fue la saturación de los hospitales y sus UCI, debido al gran número de enfermos y a la falta de equipamiento como respiradores y protección para los sanitarios (Hermi Zaar y García Ávila, 2020). Asimismo, se sumaba la problemática de los test rápidos y su efectividad, la cual era muy dudosa. Todo esto obligó a que el Estado tuviera que tomar medidas drásticas, como la construcción de hospitales de campaña y morgues improvisadas.

² Expediente de Regulación Temporal de Empleo: procedimiento mediante el cual una empresa en una situación excepcional busca obtener autorización para despedir trabajadores, suspender contratos de trabajo o reducir jornadas de manera temporal, cuando atraviesen por dificultades técnicas, organizativas que pongan en riesgo la continuidad de la compañía.

COVID-19: la pandemia que revalorizó los cuidados y las redes de apoyo. Un estudio de caso sobre la Comunidad Valenciana.

No obstante, en lo que a este TFM respecta, nos vamos a centrar en analizar las temáticas relacionadas con las cuatro preguntas iniciales planteadas (ej. respuesta comunitaria, fortalecimiento del apoyo y de los cuidados, etc), las cuáles podemos consultar en el cuarto apartado de este trabajo.

Ahora sí, prestando atención a la **población confinada** y la extrema situación que se vivió, podemos comenzar a analizar cómo se han dado los cuidados y utilizado las redes de apoyo para seguir satisfaciendo todas las actividades necesarias para el desarrollo de la vida diaria. Como sabemos, con la excepcionalidad de la situación, nadie podía salir y se incentivaba a todas las personas a trabajar desde casa, en las medidas de sus posibilidades. Esto significó que los niños y las niñas dejaran de ir al colegio, aumentando la carga de trabajo en casa, sobre todo en el caso de las madres. Por otra parte, se extremaba la situación de grupos vulnerables, como personas de avanzada edad que corrían un mayor riesgo si querían salir de casa.

Así es como empezó a emerger la **solidaridad ciudadana**, la cual nos atañe como uno de los focos esenciales de este trabajo final. Primeramente, hemos visto claras acciones de solidaridad con aquellas personas más necesitadas, como personas mayores que no podían salir a hacer la compra. Desde los propios supermercados esto se podía ver, como nos confirma una de las entrevistadas, *“veías a mucha gente que decía, ‘llevo compra para mi suegra, para mi madre, para mi vecina’. Super volcada la gente en este tema”* (M1, 2020). Por tanto, podemos decir que los lazos de cooperación no solamente fueron de utilidad dentro de las familias o unidades familiares, sino también entre vecinos, posibilitando así el fortalecimiento de nexos comunitarios.

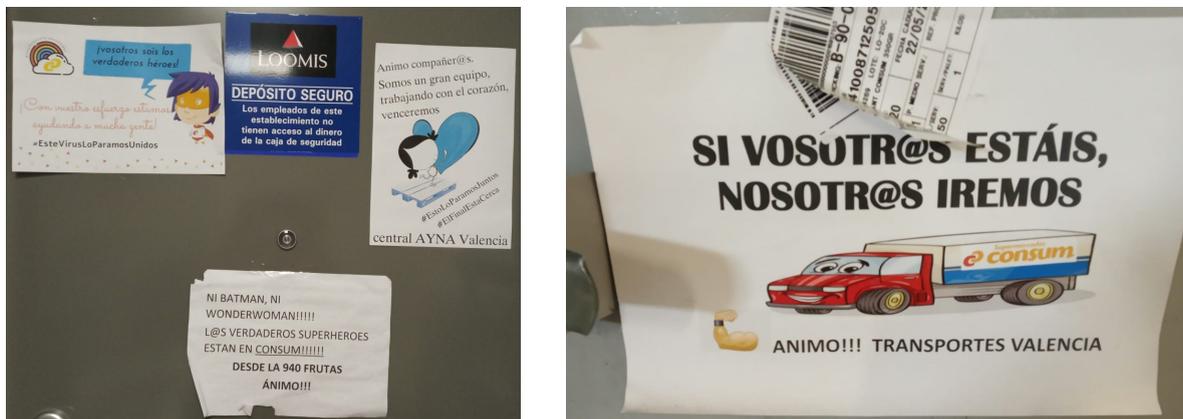
Además, esta solidaridad no solo se dió en el ámbito individual o la esfera más privada de las personas, sino que desde **entidades comunitarias** como Cuidem Benimaçlet también comenzaron a coordinarse estructurando una *Red de Cuidados y de Apoyo Mutuo para el barrio* (M2, 2020). M2 (2020), *“se decidió montar esta red de cuidados, y la manera de organizarnos fue crear un grupo de Telegram en el que empezó a entrar la gente que podía dar apoyo, que podía hacer diferentes tareas. Las tareas y apoyos que ofrecíamos eran pues... desde ayudar a hacer la compra hasta a hacer acompañamiento telefónico a toda la gente que se encontraba con soledad no deseada, y poder tener a alguien con la que comunicarse o hablar en momentos en los que el contacto era tan complicado... poder ayudar a tirar la basura, ir a la farmacia, hacer los diferentes recados, si era necesario pasear al perro”*.

Igualmente, los vínculos en otros espacios, como el trabajo, también se fortalecieron o empezaron a tejer, con y entre las personas que trabajaron durante el Estado de alarma. M1 (2020), *“Estamos al lado de un hospital... venían muchas enfermeras, médicos... nos felicitaban... [...] la gente nos decía ‘tener cuidado, cuidaros mucho, muchas gracias’... [...] no te lo esperabas de la gente y lo agradecida que es. Te llena un montón.”*, comentaba Rosa, cajera de Consum, cuando comentamos el trato de la

COVID-19: la pandemia que revalorizó los cuidados y las redes de apoyo. Un estudio de caso sobre la Comunidad Valenciana.

gente antes y durante la pandemia, en la entrevista. Incluso, **dentro de la propia estructura** de la cooperativa, se empezaron a crear vínculos entre trabajadores y trabajadoras que nunca antes habían existido. M1 (2020), *“Nosotros con la central no teníamos relación, son de tu misma empresa pero no sabes quienes son.... no tienes contacto con ello. Y a las cajeras, a todas las secciones, nos mandaron mensajes. [...] Como aquí sólo podían venir los camioneros, nos mandaban hojas con mensajes.”*

Figuras 6 y 7. Imágenes de mensajes de apoyo entre trabajadoras y trabajadores de Consum.



Fuente: Rosa Pardo del Campo [2020].

Asimismo, pese a encontrarse en una situación tan crítica, en la primera línea ante la pandemia, el equipo de Consum también practicó la solidaridad con respecto de los sanitarios de un hospital cercano. *“Con una de las chicas les dijimos: ‘a ver, qué necesitáis que os vamos a llevar lo que necesitéis’.... leche, agua, café, magdalenas... Para cuando se quedan de noche... y lo ha hecho mucha gente, que les ha llevado a las enfermeras, a los hospitales... en agradecimiento y por el gran esfuerzo que estaban haciendo...”* (M1, 2020). De esta forma, podríamos decir que la mayoría de las personas que se encontraban en disposición de ayudar de alguna manera, lo hacían.

Siguiendo esta línea de exposición, y cómo primera aproximación a un análisis de las consecuencias de la pandemia, podemos decir que la sociedad fortaleció lazos entre sí, basándose en la cooperación, la ayuda y la solidaridad. Igualmente, y recuperando las palabras de Yayo Herrero acerca del **redescubrimiento que se ha dado en la población con respecto de los vecinos y las personas que nos rodean**, cabe puntualizar cómo las relaciones entre personas han podido verse modificadas y lo que esto puede significar. Como comentó una de las entrevistadas, *“A mí me ha impresionado. Veías gente en el balcón y decías, ‘esto no lo había visto en mi vida’. De hecho, hay casas que decías, ‘anda, pues ahí vive alguien’, que siempre ves las mismas casas, los mismos balcones, pero nunca ves gente en el balcón”* (M1, 2020).

COVID-19: la pandemia que revalorizó los cuidados y las redes de apoyo. Un estudio de caso sobre la Comunidad Valenciana.

De esta forma y, recuperando la idea de solidaridad, vemos como además de volver a conocernos y reconocernos como interdependientes los unos de los otros, acudimos a las demás personas en momentos importantes en situaciones de excepción. Como expone la entrevistada de Cuidem Benimaclet, *“es difícil gestionar cuando nos quitan lo más importante, que no es el consumo sino las relaciones con las personas... Al final somos seres interdependientes, necesitamos mucho apoyo emocional”* (M2, 2020). Por ejemplo, M1 (2020) comentó, *“Y los cumpleaños de los críos... Aquí tenemos una vecineta, y su madre por el grupo de la escalera nos dijo que era el cumpleaños de Marta para aplaudirle después de las ocho. Nos dejó globos en los buzones, le echamos globos, le cantamos toda la finca.”*

En una situación normal del día a día sería impensable que todas las personas convivientes en una finca saliesen al balcón por este motivo, pero en el confinamiento esto comenzó a verse como una normalidad. Igualmente, en el caso de Benimaclet, al contar con un tejido comunitario más trabajado durante años anteriores que posibilitan la más rápida organización y difusión, como en el caso de otras fechas importantes durante el confinamiento como la Diada o acciones en recuerdo de Guillem Agulló. M2 (2020), *“las redes sí han posibilitado una mayor sensación de comunidad en el barrio, creemos que durante el confinamiento, cuando todas salíamos a aplaudir a las ocho de la tarde o cuando habían acciones como Guillem Agulló o la Diada el 25 de Abril, en este barrio todo eso se celebró bastante, se escuchaba bastante, y cuando salías al balcón y escuchabas que tu vecina también aplaudía o que tu vecina también gritaba “Ni oblit, ni perdó”, esto hace la sensación de barrio unido, un barrio con más comunidad”*.

En definitiva, podemos ver cómo la **sociedad ha comenzado a ser más consciente de lo que nos necesitamos** los unos a los otros, se han dado cuenta que nos necesitamos para vivir, ante la sociedad individualizada que el sistema lleva años imponiendo. Podemos ver cómo el apoyo y los cuidados han permitido que las personas sigan haciendo una vida normal dentro de esta situación de excepcionalidad, y dentro de un imaginario en el que nos consideramos independientes unos de otros, *“La verdad es que sí, y hoy en día como está la sociedad que parece que no te haga falta nada... Que tienes todo, el supermercado abierto, el bar... el tal...”* (M1, 2020).

En esta línea, desde Cuidem Benimaclet defienden que *“los cuidados son la base de la construcción de la vida, la base de la sostenibilidad de la vida y necesitamos poner esos cuidados siempre, siempre en el centro, no solo cuando haya situaciones complicadas como esta”* (M2, 2020). Con esto, podemos identificar un cambio en la relación a la visión sobre lo cuidados donde las personas a nivel individual ofrecían su ayuda, e incluso los negocios del barrio ofrecían sus servicios para apoyar a aquellas personas más necesitadas, *“hemos tenido comercios en el barrio que han apoyado la construcción de bancos de alimentos, que han dado comida a aquellas personas que lo necesitaban, que han*

COVID-19: la pandemia que revalorizó los cuidados y las redes de apoyo. Un estudio de caso sobre la Comunidad Valenciana.

posibilitado también esos cuidados.” (M2, 2020). Por tanto, los cuidados han dejado atrás su nomenclatura de servicios y se han erigido como pilar esencial durante el COVID-19.

Asimismo, estas **redes cooperativas** se han dado en otros puntos de la geografía valenciana, como en los barrios del Cabanyal, la Saïdia o Russafa, como podemos ver en la figura siguiente, posibilitando el mantenimiento del bienestar de sus vecinas y vecinos durante el confinamiento.

Figura 8. Mapa de iniciativas en la ciudad de Valencia.



Fuente: El Salto Diario [2020].

Estas redes, como hemos ido viendo, han ido desde la movilización de desahucios o ayudas para hacer frente a los alquileres hasta apoyo en casos de violencia de género. Igualmente, uno de los puntos esenciales de estas acciones era preservar la proximidad de la ayuda, *“considerábamos que era muy importante el tema de la proximidad, cuanto más próximos puedan ser los cuidados mucho mejor. Si podemos ayudar y apoyar a la vecina de nuestro propio bloque, mucho mejor que no tener que desplazarnos a otro bloque porque consideramos que los apoyos cuanto más locales sean más capacidad de transformación tendrá ese apoyo”* (M2, 2020). Esto es recurrente en todas las acciones, como podemos ver en el siguiente material audiovisual de Cuidem Benimaclet para la difusión.

COVID-19: la pandemia que revalorizó los cuidados y las redes de apoyo. Un estudio de caso sobre la Comunidad Valenciana.

estudio ha sido la importancia de la proximidad entre la ayuda y la necesidad, entendida desde estas entidades como *“la ‘importancia de contar en el barrio con un tejido social próximo, con un comercio local próximo, que te conoce, qué te apoya’ (M2, 2020).*

Asimismo, subrayan los pilares fundamentales y esenciales de la entidad, entendiendo que esta proximidad favorece la construcción de estos lazos de ayuda y apoyo mutuos: *“Cuidem es una organización que [...] más o menos hemos ido participando unas 100 personas, siendo ese número el de participación permanente. Creemos que esto es lo que construye barrio, y con redes de apoyo y cuidados fuertes podemos hacer frente a cualquier ataque que este barrio pueda vivir, tanto una pandemia como el COVID como la construcción de mil cuatrocientas trece viviendas [....]. Creemos que cuanto más tejido y conectado esté el barrio, mejor lo podremos defender, mejor lo podremos cuidar” (M2, 2020).*

En resumen, podemos realizar unas primeras aproximaciones a cómo los cuidados y los y las cuidadoras sí se han revalorizado gracias a la aparición del COVID-19. Sin embargo, no ha sido por las acciones institucionales, sino por la autoorganización y solidaridad ciudadana, ya sea desde el que hacer individual o colectivo de las personas. Sin embargo, lo único que todavía resulta incierto es la continuidad de los lazos de apoyo surgidos y la resiliencia comunitaria conseguida. Sí tras terminar las conocidas fases de la desescalada y la llegada de la ‘nueva normalidad’ son múltiples las imágenes de personas incumpliendo las normativas o actuando con poca conciencia y responsabilidad social, ¿cuánto tardaremos en olvidar lo vivido? Como comentó la entrevistada, trabajadora de Consum; *“Somos de olvidarnos fácil de las cosas. Ese es uno de los problemas de esta sociedad” (M1, 2020).*

Esta última idea es el hilo conductor del próximo, y último, apartado de este TFM, intentando dilucidar algunos de los puntos esenciales conocidos durante este estudio de caso. En suma, resulta importante dar algunas recomendaciones para mantener esas acciones socio-comunitarias con una perspectiva local para la mejor detección y resolución de las problemáticas surgidas en cada territorio. La pandemia del COVID-19 puede resultar de gran utilidad en distintas disciplinas, así como en el caso de la cooperación, donde sirve de base para apoyar las iniciativas locales y la construcción de redes de apoyos y cuidados localizados, dejando de lado el sistema individualista impuesto y fortaleciendo los lazos de cooperación y colaboración ciudadanas.

8. Conclusión y recomendaciones.

Tras el análisis de las distintas fuentes de información, se puede realizar una aproximación a ciertas conclusiones con respecto de la repercusión de la crisis del COVID-19 y el confinamiento en relación a las relaciones sociales y vínculos entre personas, así como los lazos comunitarios y de solidaridad dentro del caso de estudio elegido para este trabajo fin de máster. De tal forma, esta sección se estructura en las conclusiones finales extraídas a lo largo del tiempo dedicado a este caso de estudio, con unas posteriores recomendaciones, acordes a los aprendizajes que se pueden extraer de las mismas.

8.1 Conclusiones.

Ante la aborígen que ha significado la pandemia para la sociedad valenciana, hemos visto cómo la ciudadanía se organiza y responde ante cualquier problemática para sobrevivir. Identificamos esta situación de excepcionalidad como un hecho social total, que ha introducido cambios en el ideario social (Bauman, 1999), permitiéndonos así conocer la expresión más pura de la ciudadanía, como *“un sentido de pertenencia y de corresponsabilidad con la comunidad de la que uno forma parte, así como una práctica en el espacio de lo público que se nutre de los valores esenciales de la democracia”* (Maldonado González y González Gaudiano, 2013).

Como sociedad, hemos observado de cerca las costuras del sistema y *“nuestra radical fragilidad como especie, pero también numerosas insuficiencias e hipocresías sociales”* (Benach, 2020). Esta crisis sanitaria, y multidimensional, ha destapado *nuestras debilidades* pero también nos ha ofrecido *oportunidades para aumentar nuestra resiliencia. O sea, permitiéndonos desarrollar nuevas maneras de prevenir y afrontar las dificultades propias de nuestra existencia, personal y colectiva* (Lodeiro, 2020). En este sentido, la sociedad ha asistido a un replanteamiento urgente del sistema y forma de vida, con especial atención a las maneras en las que se sostiene la vida (Pérez Castano, 2020), cuestionables cuanto menos.

Por tanto y, ante esta crisis, el tejido social existente, y estimulado por la necesidad de colaborar y cooperar para superar la problemática, ha permitido la *“autoorganización de la gente y promueve sus capacidades de autogobierno, fomentando una cultura política más democrática, de escucha de las necesidades diversas y de búsqueda de soluciones colectivas; y contribuye a reducir el individualismo y el aislamiento, generando vínculos sociales y relaciones de ayuda mutua que pueden activarse con diversos propósitos”* (Keller Garganté, 2019). En otras palabras, ante esta crisis sistémica, focalizada en los cuidados y agravada por la falta de respuesta institucional, se estimuló la activación de vínculos sociales (Martínez Buján, 2019).

COVID-19: la pandemia que revalorizó los cuidados y las redes de apoyo. Un estudio de caso sobre la Comunidad Valenciana.

Siguiendo esta idea, parece que ante la adversidad se ha dado un *renacimiento de los movimientos sociales con perspectiva transformadora y emancipadora* (Azkarraga et al., 2014). Históricamente los movimientos sociales *suelen surgir en momentos de grandes emergencias, de calamidades (más o menos naturales) y de fuerte represión sobre las libertades individuales y colectivas. En el pasado, las guerras han desencadenado olas de contestación social* (Della Porta, 2020). Por tanto, nos encontramos ante la posibilidad de salir de la crisis que se vaticina aprovechando las redes y fortaleciendo, aún más, la resiliencia comunitaria conseguida a partir de la pandemia.

Con respecto a esto, la comunidad ha servido como espacio para tejer relaciones de apoyo mutuo y compromiso (Keller Garganté, 2019) y, en relación a esto, la ciudadanía consigue consolidar su función como mecanismo de rendición de cuentas de las acciones llevadas a cabo por la Administración. Como explicó Della Porta (2020), *“se envían mensajes colectivos de protesta o solidaridad desde balcones y ventanas. A través de estas formas innovadoras, las protestas presionan a los que están en el gobierno y controlan sus acciones”*, reflejando la utilidad a medio y largo plazo de una sociedad unida en favor de una mayor justicia social. Y concluye; *“las crisis demuestran que la gestión de los bienes comunes necesita una regulación y una participación desde abajo”* (Della Porta, 2020).

En este caso lo hemos visto claramente, con la organización de Cuidem Benimaçlet, como ejemplo de cómo estas redes vertebran mejor algunas necesidades sociales y les dan más fuerza ante la Administración. Como explicó la entrevistada, *“es importante fortalecer y mantener esas relaciones de vecindad, pero también consideramos que la Administración debe de cumplir un papel que a veces no está cumpliendo. En esta ocasión, por vía de servicios sociales nos derivan gente que necesitaba pues, ayuda para hacer la compra o acompañamiento, y nosotras derivamos a aquella gente que necesitaba un apoyo económico, porque entendemos que estas redes no son redes clientelares, sino redes de apoyo del poder popular”* (M2, 2020). En consecuencia, se demostró una vez más que los actores locales pueden ser determinantes a la hora de ayudar a unos servicios públicos sumergidos en miles de problemáticas, y sin presencia lo suficientemente fuerte y reconocida en los territorios y a nivel local, para dar las soluciones necesarias.

Al igual que se demostró la capacidad autónoma de estas redes, se demostró la incapacidad del sistema capitalista de respetar los límites del planeta y las personas, situando siempre a la producción en el centro. A lo largo del estudio de caso hemos visto como las principales razones en el reforzamiento de vínculos sociales han sido para cubrir las necesidades, sobre todo las básicas, siguiendo las ideas expuestas por el ecofeminismo de interdependencia y ecodependencia como pilares fundamentales para el desarrollo de la vida. Estos dos pilares no solo se sostienen de forma teórica, sino, como hemos visto, de forma práctica, por ejemplo cuando el vecindario se agrupa para evitar que los más vulnerables no puedan hacer la compra.

COVID-19: la pandemia que revalorizó los cuidados y las redes de apoyo. Un estudio de caso sobre la Comunidad Valenciana.

De la misma forma que se han redescubierto estas relaciones sociales y se ha revalorizado su capacidad, también ha entrado en juego el factor de la proximidad geográfica, y su importancia con respecto del bienestar colectivo. Igualmente, ha permitido también la revalorización de los cuidados así como de las personas cuidadoras, pese a todavía seguir necesitando que el cuidado sea *reconocido y universalizado* (Marrades Puig, 2019).

Dentro del concepto de cuidados vale la pena destacar además, que no se les puede asignar un precio (Carrasco, en Fantova Azcoaga, 2017), su dimensión del sistema social, donde funcionan como catalizador indispensable para hacer posible la reproducción de la vida social (Susan Draper, pp. 185, en Vega Solís, 2018). En este aspecto, los cuidados han sido el motor principal de este fortalecimiento de redes y relaciones que, a su vez, han provocado el incremento de una resiliencia comunitaria extinguida por la forma de vida individualista que impone el capitalismo. Como vimos, la resiliencia se basa en cuatro pilares, de los cuales podemos destacar: la autoestima colectiva y el humor social (Suárez-Ojeda, 2001). Estos dos elementos han sido claves, tanto en las acciones vecinales como en la capacidad de hacer humor, sobre todo a través de internet, de la situación.

Esta forma de actuar, de unirnos más de una forma u otra, ha permitido que la sociedad continúe con su vida de la mejor forma posible, manteniendo o mejorando el bienestar de las personas tanto en la dimensión individual, familiar y sociocomunitaria (Serrano Pascual et al., 2018). La comunidad parece haber resurgido, como ente único que tiene como objetivo el bien común. Ahora parece que nos reconocemos más y entendemos qué elementos y acciones son necesarias para la vida, y cuales podemos modificar o incluso erradicar.

Actualmente, el personal sanitario así como personal del sector servicios, o voluntarios y voluntarias de cualquier red de apoyo, son considerados los héroes y heroínas de la pandemia. Incluso el vecino, que antes no conocíamos, se ha convertido en el aliado perfecto en tiempos de incertidumbre. Durante los meses de confinamiento han recibido todo tipo de muestras de apoyo, mensajes de solidaridad, reconocimientos puntuales y permanentes. Sin embargo, ¿hasta cuánto durará este recuerdo en las memorias de la gente?

8.2 Recomendaciones.

Por último se pueden realizar algunas recomendaciones en relación a lo estudiado y analizado en este caso de estudio, y estas podrían, y deberían, transformarse en aprendizajes y servir para construir formas más eficaces de gestionar nuestras vidas y nuestra relación con el sistema y entre nosotros. Las recomendaciones pueden ir dirigidas a los distintos actores determinantes durante la pandemia pero, empezaremos con las sugerencias que pueden servir para modificar, en una medida u otra, el funcionamiento o papel que juega la Administración pública.

Principalmente, las instituciones deben de tener muy en cuenta los aprendizajes que nos muestran los cambios en las relaciones sociales durante la pandemia. Deben de empezar a valorar las redes de apoyo y colaboración, emergidas ante la insuficiencia del Estado, las cuales pueden significar grandes avances. De acuerdo con Andrés Durà (2020), estas redes, en el futuro, *“pueden tener unas implicaciones políticas y sociales brutales”*. Siempre y cuando, el conjunto de la sociedad también lo recuerde y lo tenga presente, y no olvidemos rápido lo sucedido como planteamos al final de las conclusiones.

La Administración debe de aprender de la capacidad de autoorganización demostrada por la sociedad durante los meses de encierro, y promover estas iniciativas, no echarlas atrás, darles apoyo, promoción y fortalecerlas. Como en el caso de entidades como Cuidem Benimaclet o Associació Cuidem Cabanyal-Canyamelar, se deben de *“construir nuevas formas de gestión democrática basadas en la organización colectiva de la ciudadanía”* (Martínez Buján, 2019). No obstante, contamos con *un modelo constitucional de democracia representativa que asfixia cualquier posibilidad de avanzar hacia mecanismos de democracia directa o participativa* (Escudero Alday, 2011), así que se necesitan unas formas de actuar nuevas, como podrían ser los presupuestos participativos o favorecer una relación más estrecha con estas redes y organizaciones. Igualmente, estos actores conviven con el mercado y las empresas, otras piezas del puzzle que, con intereses de por medio, pueden poner todas las barreras posibles para impedir estos cambios.

En definitiva, como expone Sánchez Piñero (2020), necesitamos un *“cambio radical del modelo, que tiene que ver con qué se produce, cómo se produce, para quién se produce y cómo garantizar condiciones de vida buenas para todo el mundo”*. Asimismo añade, *“lo ideal es que se transforme en una política público-comunitaria, donde las instituciones públicas recojan esta dinámica solidaria y de apoyo mutuo”*. Consecuentemente, vale la pena plantear una mayor participación ciudadana, a través de la cual ésta puede *“reivindica sus derechos ante las autoridades locales, constituyen formas de co-construcción y de co-participación en el diseño y evaluación de políticas públicas locales, con una visión global, este es el reto: construir, participar, implicarse colectivamente desde lo local y, en consecuencia, influir también a nivel global”* (Maldonado González y González Gaudiano, 2013).

De esta manera, en este nivel institucional, es inevitable apuntar a la necesidad de provocar una transición ordenada hacia otros modelos de producir, consumir y vivir (Azkarraga et al., 2014). Este cambio de sistema debe de ser estructural, añadiendo una mayor concienciación social y provocando también transiciones en otros aspectos, en un sentido ecológico, sostenible y justo.

Por otro lado, si nos centramos en niveles de menor escala, como el local o el individual, debemos recordar que *los movimientos sociales crean y recrean vínculos: se basan en las redes existentes pero*

COVID-19: la pandemia que revalorizó los cuidados y las redes de apoyo. Un estudio de caso sobre la Comunidad Valenciana.

también, en la acción, las conectan y las multiplican (Della Porta, 2020). En este sentido, nos presentamos ante unos lazos que pueden tener capacidad de modificar la agenda pública y política, introduciendo en el panorama problemáticas históricamente invisibilizadas. El caso de Ciudem Benimaclet es una muestra de ello, con su capacidad para paralizar el PAI, un plan de edificación que pretendía acabar con la huerta del barrio. Como comentaba la entrevistada, *“principalmente nuestra lucha durante estos meses ha sido parar el PAI de Benimaclet, lucha que se ha conseguido gracias a todo el apoyo vecinal y a toda la organización del vecindario* (M2, 2020).

A través del movimiento ‘Aturem el PAI’ y las acciones colectivas organizadas por las distintas entidades comunitarias del barrio, han conseguido parar un proyecto que atenta contra el bienestar de las personas y la integridad territorial, en pro, mayoritariamente, del interés económico. Por tanto, la recomendación es clara, creer más en estos movimientos de base sostenidos sobre lazos de cooperación y apoyo mutuo sinceros, y siempre en pro de la comunidad o de las personas que habiten el territorio, fortaleciendo el sentimiento grupal para significar un mayor peso en la toma de decisiones que afecte al mismo. Además, hay que tener en cuenta que *“lo que sucede en el espacio público tiene una conexión directa con los espacios de la privacidad, con los intereses privados y con la agregación de estos intereses en redes de socialidad que conectan diversas individualidades”* (Tejerina, 2005).

Siguiendo esta línea, hay que defender los proyectos comunitarios, que quieren emerger de los territorios y por los territorios, pasando por cada fase de formulación contando con la comunidad. En definitiva, estos aprendizajes también sirven como recomendación para el mundo de la cooperación al desarrollo, donde hay que apostar más por los proyectos comunitarios y las acciones que nazcan a través de iniciativas vecinales, movimientos de base, etc. Cada vez son más los organismos que se decantan por estos proyectos, ¿por qué no centrarnos en las redes vecinales y otros actores locales como ejes principales y articuladores de proyectos con capacidad transformadora?

COVID-19: la pandemia que revalorizó los cuidados y las redes de apoyo. Un estudio de caso sobre la Comunidad Valenciana.

9. Bibliografía.

Alaminos Chica, A., et al. (2014). Reacciones comunitarias a la crisis económica y social en España. *Instituto de Desarrollo Social y Paz, Universidad de Alicante. Revista Internacional de Trabajo Social y Bienestar*, Vol. 3, pp. 47-53.

Alabao, N. (2020). La crisis de cuidados, un debate pendiente. *CTXT, Contexto y Acción*. Recuperado el 16 de Abril de 2020, de <https://ctxt.es/es/20190220/Firmas/24553/crisis-de-los-cuidados-dependencia-feminismo-residencias-de-ancianos-nuria-alabao.htm>

Álvarez Cadavid, G. M. (2009). Etnografía virtual: exploración de una opción metodológica para la investigación en entornos virtuales de aprendizaje. *Revista de Educación, Comunicación y Tecnología*, Universidad Pontificia Bolivariana. Vol. 3, nº 6; Enero-Junio de 2009. Disponible en: <http://revistaq.upb.edu.co>

Andrés Durà, R. (2019). Los movimientos sociales (ya) no tienen quien les escuche en València. *La Vanguardia*. Recuperado el 01 de Septiembre de 2020, de <https://www.lavanguardia.com/local/valencia/20191218/472303135949/movimientos-sociales-compromis-valencia.html>

Andrés Durà, R. (2020). ¿Cómo ayudar a los demás? Se activan las primeras redes de solidaridad en Valencia por el coronavirus. *La Vanguardia*. Recuperado el 16 de Abril de 2020, de <https://www.lavanguardia.com/local/valencia/20200316/474192504786/como-ayudar-coronavirus-redes-solidaridad-valencia.html>

Arroyo, J. (2020 a). Coronavirus: infectados en España y la evolución del brote desde el origen. *Redacción Médica*. Recuperado el 29 de Abril de 2020, de <https://www.redaccionmedica.com/secciones/sanidad-hoy/coronavirus-infectados-espana-y-evolucion-covid19-desde-origen-4148>

Arroyo, J. (2020 b). Coronavirus: España declara el estado de alarma y prevé 10.000 infectados. *Redacción Médica*. Recuperado el 29 de Abril de 2020, de <https://www.redaccionmedica.com/secciones/sanidad-hoy/coronavirus-espana-declara-estado-alarma-por-covid-1823>

Azkarraga, J., et al. (2012). Eco-localismos y resiliencia comunitaria frente a la crisis civilizatoria.

Bauman, Z. (1999). "Modernidad líquida". España: S.L Fondo de Cultura Económica.

Bauman, Z. (2001). La sociedad individualizada. Madrid: Cátedra.

Benach, J. (2020). Confinamientos 2.0. ¿Dónde está la Salud Pública? *CTXT, Contexto y Acción*. Recuperado el 26 de Agosto de 2020, de <https://ctxt.es/es/20200701/Firmas/32899/Joan-Benach-salud-publica-sanidad-tratamientos-prevencion-covid-pandemia.htm>

Bringel, B. (2020). Mucho más que un cacerolazo: resistencias sociales en tiempos de COVID-19. *Open Democracy*. Recuperado el 16 de Abril de 2020, de <https://www.opendemocracy.net/es/mucho-m%C3%A1s-que-un-cacerolazo-resistencias-sociales-en-tiempos-de-covid-19/>

Batthyány, K. y Cabrera, M. (2011). Metodología de la investigación en Ciencias Sociales, apuntes para un curso inicial. Montevideo, Uruguay: universidad de la República.

Carina, M. (2003). Capitalismo, Globalización y Espacio Público". *Reflexión crítica*. Recuperado el 03 de Mayo de 2020, de http://www.reflexioncientifica.com.ar/sociedad_001.pdf

Cazau, P. (2006). "Introducción a la Investigación en Ciencias Sociales". Buenos Aires, Argentina: El psicoasesor.

Corbetta, P. (2007) Metodologías y técnicas de investigación social. Madrid, España: McGraw Hill

Della Porta, D. (2020). Movimientos sociales en tiempos de Covid-19: otro mundo es necesario. *Open Democracy*. Recuperado el 26 de Agosto de 2020, de <https://www.opendemocracy.net/es/movimientos-sociales-en-tiempos-de-covid-29-otro-mundo-es-necesario/>

COVID-19: la pandemia que revalorizó los cuidados y las redes de apoyo. Un estudio de caso sobre la Comunidad Valenciana.

El Correo. (2020). Red vecinal solidaria en Macarena y Centro. *El Correo Web*. Recuperado el 16 de Abril de 2020, de <https://elcorreoweb.es/sevilla/red-vecinal-solidaria-en-macarena-y-centro-FF6475305>

El Salto Diario. (2020). Mapa | Una ola de iniciativas de apoyo mutuo desde los barrios desborda la inacción institucional. *El Salto Diario*. Recuperado el 24 de Agosto de 2020, de <https://www.elsaltodiario.com/coronavirus/mapa-ola-iniciativas-apoyo-cuidado-mutuo-barrios-autogestion-desborda-inaccion-institucional>

Encabo, I. (2020). Cronología: la evolución del coronavirus del paciente uno al un millón. *El Independiente*. Recuperado el 26 de Abril de 2020, de <https://www.elindependiente.com/vida-sana/salud/2020/04/04/cronologia-la-evolucion-del-coronavirus-del-paciente-uno-al-un-millon/>

Escudero Alday, F. (2011). Democracia, ma non troppo: los mecanismos de participación ciudadana en la Constitución española. *PAPELES de relaciones ecosociales y cambio global*. N° 116 2011/12, pp. 43-53.

Fantova Azcoaga, F. (2017). Los cuidados como eje para la transformación de las políticas sociales. *Documentación social*. Recuperado el 27 de Abril de 2020, disponible en <http://fantova.net/>

Forner, G. (2020). El movimiento feminista vasco crea una mesa técnica para hacer frente a la crisis de cuidados. *El Salto*. Recuperado el 19 de Abril de 2020, de <https://www.elsaltodiario.com/coronavirus/movimiento-feminista-crea-mesa-tecnica-tesis-cuidados>

Gamboa de Vitelleschi, S. (2006). *Juego. Resiliencia. Resiliencia. Juego*. Argentina; Bonum.

Generalitat Valenciana. (2019). Portal de información ARGOS. Consultado el 16 de Mayo de 2020, disponible en: http://www.argos.gva.es/bdmun/pls/argos_mun/DMEDB_COMUDATOSINDICADORES.Dibujapagina?aNComuld=17&aNIndicador=2&aVI.ingua=c

González Monteagudo, J. (2001). "El paradigma interpretativo en la investigación social y educativa: nuevas propuestas para viejos interrogantes". Recuperado el 15 de mayo de 2020, de <http://institucional.us.es/>

Granados-Ospina, S. J., et al. (2017). El camino de la resiliencia: del sujeto individual al sujeto político. *MAGIS, Revista Internacional de Investigación en Educación*, Vol. 10; 20, pp. 49-68.

Hermi Zaar, M y M-B, García Ávila. (2020). El Covid-19 en España y sus primeras consecuencias. *Espacio y Economía, Revista brasileira de geografia econômica*, 17, 2020 - Año IX, n° 17. Recuperado el 17 de julio de 2020, de <https://journals.openedition.org/espacioeconomia/10142>

Herrero, Y. (2012). Propuestas ecofeministas para transitar a un mundo justo y sostenible. *FUHEM. Revista de Economía Crítica*, n°16, segundo semestre 2011, ISSN 2013-5254, pp. 30-54.

Herrero, Y. (2013). Miradas ecofeministas para un sistema cargado de deudas. *Ecologistas en Acción. Revista de Economía Crítica*, n°13, primer semestre 2013, ISSN 2013-5254, pp. 278-307.

Herrero, Y. (2016). Economía feminista y economía ecológica, el diálogo necesario y urgente. *Revista de Economía Crítica*, n°22, segundo semestre 2016, ISSN 2013-5254, pp. 144-161.

Izaguirre Remón, R., et al. (2010). La revisión bibliográfica como paso lógico y método de investigación científica. Universidad Nacional de Guinea Ecuatorial - Facultad de Ciencias Médicas. Recuperado el 11 de Mayo de 2020, de <https://serviciospublicos.files.wordpress.com/2010/04/revis.pdf>

Keller Garganté, C. (2019). La organización del cuidado en los proyectos comunitarios de base. El caso del residencial Santa Clara de Málaga. *VI Congreso de Economía Feminista*. Universidad de Valencia. Disponible en: <https://femeconomiafeminista.com/>

La Vanguardia. (2020). Acciones solidarias: así ayudan las marcas de coches a los hospitales en la lucha contra el coronavirus. *La Vanguardia*. Recuperado el 25 de Abril de 2020, de <https://www.lavanguardia.com/motor/actualidad/20200320/474271250090/acciones-solidarias-asi-ayudan-las-marcas-de-coches-a-los-hospitales-lucha-coronavirus-covid-19.html>

Las Provincias. (2020). La Marina de Empresa de Valencia impulsa iniciativas contra el coronavirus. *Las Provincias*. Recuperado el 25 de Abril de 2020, de <https://www.lasprovincias.es/economia/marina-empresa-valencia-20200407134152-nt.html?ref=https:%2F%2Fwww.google.com%2F>

COVID-19: la pandemia que revalorizó los cuidados y las redes de apoyo. Un estudio de caso sobre la Comunidad Valenciana.

Lincoln Y. S., y E.G. Guba. (1985). "Naturalistic Inquiry. London, United Kingdom: Sage.

Lodeiro, T. (2020). Covid-19, una invitación a la lentitud. *El Salto Diario*. Recuperado el 26 de Agosto de 2020, de <https://www.elsaltodiario.com/decrecimiento/toni-lodeiro-covid-19-invitation-lentitud>

Maldonado González, A. L., y E. J., González Gaudiano. (2013). De la resiliencia comunitaria a la ciudadanía ambiental. *Integra Educativa*, Vol. 6: 3, pp. 13-28.

Marcos, J. (2020). Paralizada toda actividad no esencial en España. *El País*. Recuperado el 29 de Abril de 2020, de <https://elpais.com/espana/2020-03-28/el-gobierno-amplia-el-confinamiento-los-trabajadores-de-actividades-no-esenciales-deberan-quedarse-en-casa.html>

Marrades Puig, A. (2019). La importancia de la ética del cuidado: propuestas para su universalización. *VI Congreso de Economía Feminista*. Universidad de Valencia. Disponible en: <https://femeconomiafeminista.com/>

Martínez Buján, R. (2019). Ciudadanos con "sentido común": desafíos, vacíos y contradicciones. *Investigaciones Regionales – Journey of Regional Research*, Vol. 44 (2019/2), pp. 111-124.

Merino, J. C. (2020). Sánchez declara el estado de alarma: "Este virus lo pararemos unidos". *La Vanguardia*. Recuperado el 20 de Abril de 2020, de <https://www.lavanguardia.com/politica/20200313/474109121097/sanchez-declara-estado-alarma-15-dias-coronavirus.html>

MIRCO. (2020). La disciplina social y el cuidado de lo común: "Solo el pueblo salva al pueblo". *CTXT*. Recuperado el 16 de Mayo de 2020, de <https://ctxt.es/es/20200501/Firmas/32164/MIRCO-coronavirus-disciplina-social-cuidados-riesgos-incertidumbres.htm>

Morales, A., y A. Surinyach. (2020). Con las puras manos. *Revista 5W*. Recuperado el 16 de Mayo de 2020, de <https://www.revista5w.com/why/las-puras-manos>

Mosquera Villegas, M. A. (2008). De la Etnografía antropológica a la Etnografía virtual: estudio de las relaciones sociales mediadas por Internet. *FERMENTUM Mérida - Venezuela - ISSN 0798-3069 - AÑO 18 - N° 53 - SEPTIEMBRE - DICIEMBRE 2008*; pp. 532-549.

Oliví, I. (2020). ¿Cómo será la ayuda al desarrollo después de la crisis del coronavirus? *Instituto Elcano*, 30 de marzo de 2020. Recuperado el 26 de Agosto de 2020, de <http://www.pensamientocritico.org/wp-content/uploads/2020/05/Olivi%C3%A9-mayo-2020.pdf>

OMS (Organización Mundial de la Salud). (2020). COVID-19: cronología de la actuación de la OMS. *Organización Mundial de la Salud*. Recuperado el 26 de Abril de 2020, de <https://www.who.int/es/news-room/detail/08-04-2020-who-timeline---covid-19>

Pascual, S. (2020). Comunidad en tiempos de coronavirus. *CTXT, Contexto y Acción*. Recuperado el 16 de Abril de 2020, de <https://ctxt.es/es/20200302/Firmas/31546/comunidad-coronavirus-transicion-solidaridad-lazos-Sergio-Pascual.htm>

Pérez Castaño, L. (2020). Cuando el coronavirus hizo visibles los cuidados. *CTXT, Contexto y Acción*. Recuperado el 16 de Abril de 2020, de <https://ctxt.es/es/20200302/Firmas/31311/Laura-Perez-Casta%C3%B1o-coronavirus-cuidados-reproduccion-vida-feminismos.htm>

Poder Popular. (2020). Cuidados voluntarios: red de solidaridad para sobrevivir al coronavirus. *Poder Popular*. Recuperado el 16 de Abril de 2020, de <https://poderpopular.info/2020/03/13/cuidados-voluntarios-red-de-solidaridad-para-sobrevivir-al-coronavirus/>

Presidencia de la Generalitat. DECRETO 3/2020, de 9 de marzo, del president de la Generalitat, por el que se crea la Mesa Interdepartamental para la Prevención y Actuación ante el Coronavirus, Covid-19. [2020/2286] DOGV núm. 8757bis, de 09.03.2020

Raudales Barragán, L. E. (2019). La mercantilización del cuidado en su reducción a servicios y abuso de confianza en las relaciones de cuidado. *Vínculos. Sociología, análisis y opinión*, N° 16, enero-junio de 2020, pp. 213-219.

COVID-19: la pandemia que revalorizó los cuidados y las redes de apoyo. Un estudio de caso sobre la Comunidad Valenciana.

Rozas, Y. (2020). Crean una red vecinal para ayudar a las personas más vulnerables del municipio. *Diario de Avisos*. Recuperado el 16 de Abril de 2020, de <https://diariodeavisos.lespanol.com/2020/03/crean-una-red-vecinal-para-ayudar-a-las-personas-mas-vulnerables-del-municipio/>

Sánchez, G. (2020). Nacen redes de apoyo vecinal para comprar alimentos a los mayores. *Levante-EMV*. Recuperado el 16 de Mayo de 2020, de <https://www.levante-emv.com/comunitat-valenciana/2020/03/17/nacen-redes-apoyo-vecinal-comprar/1990274.html>

Sánchez Piñero, D. (2020). Yayo Herrero: "El balcón se ha convertido en un apéndice que te permite conectarte con los demás". *Nortes*. Recuperado el 16 de Abril de 2020, de <https://www.nortes.me/2020/04/09/yayo-herrero-balcon-apendice-comunicativo/>

Serrano Pascual, A., et al. (2018). Sociologizando la resiliencia. El papel de la participación socio-comunitaria y política en las estrategias de afrontamiento de la crisis. *Revista Española de Sociología (RES)*, Vol. 28: 2 (2019), pp. 227-247.

Suárez-Ojeda, E. N. (2001). Una concepción latinoamericana: la resiliencia comunitaria. En A. Melillo, E. N. Suárez-Ojeda (Coord.), *Resiliencia: descubriendo las propias fortalezas* (pp. 67-82). Buenos Aires: Paidós.

Tejerina, B. (2005). Movimientos sociales, espacio público y ciudadanía: los caminos de la utopía. *Revista Crítica de Ciências Sociais*, Nº 72, Outubro 2005, pp. 67-97. Centro de Estudos Sociais da Universidade de Coimbra; Coimbra, Portugal.

The Wall Street Journal. (2020). Covid-19 y el futuro de los supermercados. *El Confidencial*. Recuperado el 16 de Mayo de 2020, de https://www.elconfidencial.com/mercados/the-wall-street-journal/2020-03-28/covid-futuro-supermercados_2522100/

Vega Solís, C. (Ed.). (2018). *Cuidado, comunidad y común. Experiencias cooperativas en el sostenimiento de la vida*. Madrid, España: Traficantes de sueños.

You, M. (2020). Las redes de apoyo social, clave para el alivio del coronavirus en China. *Open Democracy*. Recuperado el 16 de Abril de 2020, de <https://www.opendemocracy.net/es/las-redes-de-apoyo-social-clave-para-el-alivio-del-coronavirus-en-china/>

COVID-19: la pandemia que revalorizó los cuidados y las redes de apoyo. Un estudio de caso sobre la Comunidad Valenciana.

MATERIAL AUDIOVISUAL.

Anticapitalistas, (a). [Anticapitalistas]. (2020, 04, 12). ¿Ecosocialismo o pandemias? El COVID-19 y crisis ambiental: hacia un contexto de transición. [Archivo de video]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=LFQeIACuxH8&t=1s>

Anticapitalistas, (b). [Anticapitalistas]. (2020, 04, 16). Economía socialista y planificación democrática. [Archivo de video]. Recuperado de https://www.youtube.com/watch?v=DI_44iFmw3JM&t=2744s

Anticapitalistas, (c). [Anticapitalistas]. (2020, 04, 30). Teoría feminista de la reproducción social con la compañera Laia Facet. [Archivo de video]. Recuperado de https://www.youtube.com/watch?v=t3_fzBi7VWc&t=707s

Ecologistas en Acción, (a). [Ecologistas en Acción]. (2020, 04, 15). Comunicación ecosocial en tiempos de crisis vírica, con Alberto Martín. [Archivo de video]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=0k1QdLHLKgs>

Ecologistas en Acción, (b). [Ecologistas en Acción]. (2020, 04, 22). La pandemia del coronavirus en un contexto de crisis sistémica, con Luis González Reyes. [Archivo de video]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=IPcZA8bJTQM&t=2502s>

Ecologistas en Acción, (c). [Ecologistas en Acción]. (2020, 04, 28). Interdependencia, cuidados y resiliencia comunitaria: ecofeminismo más que nunca, con Yayo Herrero. [Archivo de video]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=zA7PkPdl5no&t=3229s>

Entre Pueblos. [Entrepueblos Entrepobles Entrepobos Herriarte]. (2020, 04, 09). Economía feminista para no volver a la “normalidad”. [Archivo de video]. Recuperado de https://www.youtube.com/watch?v=Qg_39AVvG6M

Yayo Herrero. (20, 04, 12). Yayo Herrero: Abordar la emergencia civilizatoria tras el Covid-19: retos y aprendizajes. [Archivo de video]. Rosa Sensat. Recuperado de <https://www.rosasensat.org/video-yayo-herrero-abordar-la-emergencia-civilizatoria-tras-el-covid-19-retos-y-aprendizajes/>

Yayo Herrero. (2020, 04, 21). Economía ecológica y feminista. Lecturas ecofeministas sobre los momentos de crisis. Observatorio de Deuda en la Globalización [Webinar, on-line].