



Aprendizaje Esperado: Elabora resúmenes que integren la información de varias fuentes. (Identificar elementos del resumen)

1. Lee los siguientes párrafos y, enlaza cada uno con el tema que le corresponda y su idea principal.

TEMAS

PÁRRAFOS

IDEAS PRINCIPALES

LAS EMOCIONES ANTE
LA PANDEMIA

En la pandemia del nuevo coronavirus hemos vivido, y seguimos viviendo, toda la gama de emociones que somos capaces de sentir. Primero, la incredulidad: "No, esto no pasa aquí. Ocurre al otro lado del mundo. No, aquí no llegará". Negar la realidad de una amenaza es una forma de lidiar con el miedo. Cuando la fuerza de la realidad se impone con evidencias directas, el miedo se hace presente y provoca otras emociones. El enojo es la más común.

El miedo muy intenso o permanente
puede paralizar.

EL ENOJO ANTE LA
PANDEMIA

Recuerdo a un compañero del gimnasio que se quejaba de los chinos. "Sus nefastas costumbres de comer cosas raras han provocado la epidemia", decía casi con violencia, como si ellos la hubieran causado. También se quejaba de las autoridades "que no hacen nada por protegernos". Era el inicio de la epidemia; no había aquí ningún caso reportado, pero su molestia le impedía valorar la situación. El enojo, que puede llevar incluso a la violencia, es una forma de protección. Si se encuentra la causa -así sea imaginaria- de la amenaza, podemos luchar furiosos contra ella. Defendemos tranquiliza.

La ambigüedad del peligro empuja
también a buscar más información
y, entonces, se presta oídos a lo que
sea, incluso a las ideas más
absurdas.

UNA AMENAZA
LATENTE

La realidad se seguía imponiendo. Hay una amenaza real, se decía, pero ¿cómo es?, ¿cómo se identifica?, ¿cómo me defiendo? Las preguntas sin respuesta clara hacen más ambiguo el peligro y generan respuestas también ambiguas. Entonces vimos a la gente moverse con nerviosismo de un lado a otro, como con prisa, sin saber qué hacer, hasta que una idea en apariencia sensata -cómo conseguir provisiones- provocó compras de pánico. La ambigüedad del peligro empuja también a buscar más información y, entonces, se presta oídos a lo que sea, incluso a las ideas más absurdas. "Hay que hacer gárgaras de limón", "sal con bicarbonato", escuché a alguien que afirmaba. "Como el virus se muere con el calor, respiremos con un secador de cabello a todo lo que da frente a la nariz".

En la pandemia del nuevo
coronavirus hemos vivido, y
seguimos viviendo, toda la gama de
emociones que somos capaces de
sentir.

LA PANDEMIA

El miedo muy intenso o permanente, como sabemos, puede paralizar; si se mantiene, la desesperación da lugar al desánimo, la depresión, el abandono de sí mismo e incluso a las tendencias suicidas. En pleno desastre se encuentra también la indiferencia, que lleva a la irresponsable conducta de ser potenciales diseminadores del mal al no mantenernos en cuarentena.
Thomas, E. (Junio de 2020). Nuestras emociones en la pandemia. ¿Cómo ves? Núm. 259. Recuperado de: comoves.
unam.mx/numeros/articulo/259/nuestras-emociones-en-la-pandemia

Si se encuentra la causa de la
amenaza, podemos luchar furiosos
contra ella.