

Entendiendo las experiencias y prácticas resilientes de adolescentes y jóvenes durante la pandemia del COVID-19 en Colombia.



The Partnership for Maternal, Newborn and Child Health (The Partnership, PMNCH)

Meheret Melles-Brewer, Technical Officer

Ola WazWaz, Technical Officer Partnership for Maternal, Newborn & Child Health

Asnhu

Rachel Ambalu

Pan American Health Organization PAHO/WHO

Sonja Caffè

International Planned Parenthood Federation IPPF

Daniel Tobón García, Program Officer for Youth

Asociación Profamilia

Dirección Ejecutiva

Marta Royo, Directora Ejecutiva

Lina María Castaño, Gerente de Proyectos e Investigaciones

Equipo de investigación

Juan Carlos Rivillas, Director de Investigaciones

Diana Moreno, Directora de Incidencia

Rocío Murad Rivera, Coordinadora de Investigaciones Sociodemográficas

Christian Jiménez, Coordinador de Comunicaciones

Ángela Cifuentes, Analista de Investigación Cualitativa

Daniela Roldán Restrepo, Analista de Investigación Cualitativa

Danny Rivera, Analista Estadístico

Francy Milena Parra, Analista de Comunicaciones

Nicolás Giraldo, Analista de Incidencia

Camila Vera, Auxiliar administrativa

Equipo de Recolección de información

Ángela Cifuentes Avellaneda

Camila Vera-Gil

Carolina Amezcuita

Daniela Roldán Restrepo

Juan David Jiménez

Naren Nazarit

Transcripciones

Lida Muñoz

Mauricio López

Natalia Maya

Claudia González

Portada

Foto: Profamilia, 2020.

Bogotá, D.C. Colombia 2020

Por favor citar: The PMNCH WHO, PAHO WHO y Asociación Profamilia. Entendiendo las experiencias y prácticas resilientes de adolescentes y jóvenes durante la pandemia del COVID- 19 en Colombia (Junio 17 de 2020). Bogotá, D.C. 2020.

ISBN 978-958-8164-85-4

Contenido

Introducción	6
1. Objetivos y metodología	7
1.1. Objetivo general	7
1.2. Metodología	7
2. Resultados	9
2.1. Desafíos y necesidades de adolescentes y mujeres jóvenes durante la pandemia del COVID- 19.	9
2.2. Prácticas resilientes de los adolescentes y las mujeres jóvenes para enfrentar los desafíos de la pandemia.	15
3. Mensajes para incidir centrados en los adolescentes y las mujeres jóvenes durante la pandemia.	21
4. Referencias.	27

Agradecimientos

Profamilia y la Alianza para la Salud de la Madre, el Recién Nacido y el Niño (PMNCH) desean agradecer a las mujeres, adolescentes y jóvenes de Colombia que contribuyeron con su valioso tiempo y compartieron sus historias, intereses y necesidades durante la realización de esta evaluación rápida. Un agradecimiento especial a la OPS/OMS y a IPPF. En particular, a los gestores del proyecto Valiente, al Programa Jóvenes y al equipo de comunicaciones de Profamilia quienes proporcionaron todo el apoyo administrativo y logístico para llevar a cabo las entrevistas en profundidad, los testimonios y los videoclips con adolescentes y mujeres jóvenes durante la pandemia. Finalmente, nuestro más sincero agradecimiento a los entrevistadores por su gran trabajo facilitando todos los detalles en cuanto a contactos, redes, procesos bien documentados y un exitoso trabajo de campo por vía rápida.

Los datos presentados en el informe son el producto de un análisis realizado por Angela Cifuentes, Daniela Roldán, Rocío Murad, Danny Rivera, Diana Moreno, Nicolás Giraldo y Juan Carlos Rivillas. Ola WazWaz, Rachael Amberu, Ashnu y Meheret MELLES-BREWE, Sonja Caffè y Daniel Tobón revisaron el informe completo. Ángela Cifuentes proporcionó un valioso apoyo técnico y administrativo. Juan Carlos Rivillas, Rocío Murad y Ola WazWaz coordinaron la evaluación general. Marta Royo, Lina Castaño, Juan Carlos Rivillas y Ola WazWaz proporcionaron apoyo en la edición.

La financiación del proyecto corrió a cargo de la Alianza para la Salud de la Madre, el Recién Nacido y el Niño (The Partnership, PMNCH). Este trabajo es producto de la colaboración entre la PMNCH, la OPS/OMS, la IPPF y Profamilia - Colombia.

Resumen ejecutivo

El documento está organizado en una Introducción y tres Secciones. La Introducción describe la importancia de hacer visibles las realidades experimentadas por las mujeres y los adolescentes en la defensa y las respuestas políticas a nivel mundial y nacional. La sección 1 presenta los objetivos y la metodología seguida. La Sección 2 presenta los resultados logrados y describe los desafíos y las necesidades de las adolescentes y las mujeres jóvenes durante la pandemia de COVID-19, así como las prácticas resilientes de los adolescentes y los jóvenes para enfrentar los desafíos de la pandemia. La Sección 3 contiene mensajes de promoción centrados en las experiencias de adolescentes y jóvenes durante la pandemia. Esperamos que estos resultados contribuyan a una mejor comprensión de la situación de las adolescentes y mujeres jóvenes en circunstancias vulnerables durante la pandemia de COVID-19 y que sirvan como insumo para desarrollar estrategias de respuesta eficientes.

Introducción

El lunes 16 de marzo de 2020, el gobierno de Colombia anunció acciones para controlar COVID-19. Estas recomendaciones y el cierre afectaron directamente a toda la población, pero los más afectados fueron los menores de 29 años. Profamilia aplicó una encuesta de población que completaron 3549 personas adultas en Colombia (+18 años) entre el 8 y el 20 de abril de 2020 (1). Este estudio revela que en el país existen al menos tres diferentes grupos de personas que están respondiendo a la pandemia y a las medidas de distanciamiento físico de diferentes formas: los que resisten la situación (34%), los que la sufren (26%) y los que la aceptan (40%). En el grupo de personas que sufren la pandemia, el 73% son mujeres, el 64% son menores de 29 años, el 55% tienen un ingreso familiar promedio superior a los 2 millones de pesos COP (aproximadamente 400 GBP), el 61% ha tenido alguna enfermedad crónica o alguien en la familia; el 73% reportó problemas mentales, el 30% no tenía trabajo antes del nuevo coronavirus y uno de cada diez tenía una necesidad sexual y reproductiva insatisfecha en los últimos 21 días. Este grupo de colombianos más jóvenes tuvo el mayor apoyo y adhesión a las medidas del gobierno (68%) en comparación con otros grupos de población (2).

La pandemia COVID-19 presenta una crisis sanitaria, una crisis humanitaria y una crisis económica, con impactos previstos a largo plazo, especialmente para las poblaciones más vulnerables del mundo. Las mujeres y las niñas tienen necesidades sanitarias específicas, pero durante pandemias de salud como la de COVID-19 es menos probable que tengan acceso a información, productos y servicios sanitarios esenciales de calidad, o a cobertura de seguros para los gastos de salud rutinarios y catastróficos, especialmente en las comunidades rurales y marginadas. Esto se agrava por las múltiples o cruzadas desigualdades, como el origen étnico, la situación socioeconómica, la discapacidad, la edad, la ubicación geográfica y la orientación sexual, entre otras. A pesar de las medidas colectivas concertadas, sigue faltando información sobre la situación de las mujeres, los adolescentes y los jóvenes, incluidas las desigualdades entre los géneros exacerbadas por la crisis. Es necesario hacer mucho más para amplificar las realidades vividas por las mujeres y los adolescentes, en las respuestas de promoción y política a nivel mundial y nacional (3).

El estudio Solidaridad de Profamilia (1) permitió establecer que entre las personas con edades comprendidas entre los 18 y los 29 años: 23% de las mujeres y 21% de los hombres perdieron su trabajo durante la pandemia; 19% de las mujeres y 24% de los hombres están preocupados porque durante la cuarentena se presenten situaciones de violencia al interior del hogar; 18% de las mujeres y 28% de los hombres han presenciado actitudes racistas o xenófobas contra migrantes; 16% de las mujeres y 14% de los hombres han tenido alguna enfermedad mental como depresión, ansiedad, esquizofrenia o pérdida de sueño; 24% de las mujeres y 15% de los hombres han tenido afectación de los oídos, la nariz o la garganta; 85% de las mujeres y 75% de los hombres de 18 a 29 años están muy preocupados porque alguien de la familia tenga una emergencia médica durante la pandemia y no reciba atención.

Este es un momento crucial a nivel mundial. Se necesita una política de promoción sistemática, basada en las experiencias vividas por las mujeres y los adolescentes y respaldada por los derechos humanos, para poner de relieve la forma en que se ven afectados por COVID-19 y las medidas necesarias para hacer frente a las consecuencias a corto y largo plazo del estigma y la discriminación, la violencia contra la mujer y las repercusiones socioeconómicas en las poblaciones vulnerables, entre otras cuestiones. Es fundamental que en todos los planes de preparación y respuesta en materia de salud pública para COVID-19 se tengan en cuenta los efectos directos e indirectos en la salud de las mujeres y las niñas.

1. Objetivos y metodología

1.1. Objetivo general

Evaluación de las necesidades, experiencias y prácticas resilientes de los adolescentes y las mujeres jóvenes durante la crisis del COVID-19 en Colombia, con el propósito de fundamentar las actividades de promoción y las principales respuestas de política con relevancia específica en las mujeres, los adolescentes y los jóvenes.

Objetivos específicos:

- Analizar los datos recogidos en la encuesta de población en curso "Estudio Solidaridad" sobre la situación de las mujeres, los adolescentes y los jóvenes durante la pandemia de COVID- 19.
- Identificar las necesidades específicas de los adolescentes y mujeres jóvenes y documentar sus experiencias vividas durante la pandemia de COVID- 19.
- Reconocer las prácticas resilientes que han utilizado adolescentes y mujeres jóvenes para atender sus necesidades durante la pandemia del COVID- 19 relacionadas con la garantía de sus derechos.
- Generar evidencia necesaria para elaborar nuevos mensajes de incidencia política y fundamentar las respuestas normativas relacionadas con las mujeres, los adolescentes y los jóvenes.

1.2. Metodología

Recopilación y análisis de datos

Se recopiló información sobre las experiencias vividas por los adolescentes y las mujeres jóvenes durante la crisis del COVID-19, utilizando la guía de evaluación rápida que se estructura en torno a los siguientes temas:

- Violencia doméstica
- Educación
- Medios de subsistencia
- Migración
- Movilidad
- Salud
- Salud mental
- Salud y derechos sexuales y reproductivos
- Seguridad alimentaria
- Seguridad y protección

La información se reunió a través de los siguientes pasos:

Revisión de literatura

La revisión de literatura incluyó la identificación de fuentes de datos de los gobiernos nacionales y locales, organizaciones no gubernamentales e investigaciones de Profamilia. Esto evidenció las dimensiones de impacto de la pandemia en la vida de los adolescentes y las mujeres jóvenes, así como las experiencias vividas y los servicios positivos a los que están accediendo durante el encierro, con especial énfasis en la salud y los derechos sexuales y reproductivos, la violencia doméstica, la salud mental, la educación, los medios de vida y la seguridad alimentaria. Este examen fue una fuente para el análisis presentado en la matriz titulada "Experiencias vividas de COVID-19". Además, la revisión de literatura proporcionó una perspectiva comparativa de los principales desafíos los adolescentes y las mujeres jóvenes; ejemplos de lo que ha funcionado bien para responder al desafío; y cómo/qué servicios se prestan/deben prestarse durante COVID-19 (y más allá) para hacer frente al desafío.

Análisis descriptivo del Estudio Solidaridad.

El estudio Solidaridad (1) fue un estudio exploratorio descriptivo transversal que usó datos a nivel subnacional a partir de una encuesta por muestreo no probabilístico realizada entre el 8 y el 20 de abril de 2020. La encuesta se realizó en línea en SurveyMonkey® y se envió a los correos electrónicos de la base de datos de socios y redes sociales de Profamilia (Twitter y Facebook, WhatsApp). Se utilizó una muestra no probabilística por bola de nieve que permitió que el tamaño de la muestra aumentara en la medida en que las personas inicialmente contactadas invitaban a participar a otras. El número total de encuestas completadas por personas entre 18 y 29 años de edad fue de 1.287 de las cuales 886 son mujeres, 288 son hombres y 13 tienen género no normativo. Se aplicó en las cinco ciudades con la propagación más alta del virus SARS-COV-2 y las cinco ciudades con la propagación más baja, según informes del Ministerio de Salud y Protección Social del 26 de marzo de 2020.

El cuestionario de Colombia tiene cuatro componentes: 1) características sociodemográficas, 2) responsabilidad de cuidados y empleo, 3) percepciones de riesgo y salud hacia COVID-19 y 4) cambios de comportamientos, disposición y capacidad para el aislamiento. Las características sociodemográficas consideradas fueron edad, género, área de residencia, grupos vulnerables, nivel de educación, pertenencia étnica, estado civil, ciudad de residencia, tenencia de vivienda y tipo de aseguramiento en salud. Para el nivel socioeconómico se consideraron cinco indicadores: nivel de educación, situación laboral, ingresos y ahorros del hogar.

La percepción de riesgo y salud se midió por la susceptibilidad percibida y la gravedad percibida. Para establecer la susceptibilidad se preguntó a las personas sobre la percepción de su probabilidad de ser infectado con COVID-19 y sobre su estado de salud general y mental bajo las medidas preventivas actuales del gobierno colombiano. La gravedad se midió preguntando a las personas encuestadas sobre la gravedad percibida de los síntomas de las personas infectadas con COVID-19. Los cambios de comportamientos incluyeron la efectividad percibida y la adopción real de comportamientos preventivos (para protegerse a uno mismo y a los demás) para evitar el contagio de COVID-19 y la transmisión posterior.

Entrevistas con los actores clave.

La matriz titulada "Experiencias vividas durante el COVID- 19" proporcionó tres ejes clave para los cuestionarios de las entrevistas con adolescentes y mujeres jóvenes: i) principales desafíos para los adolescentes y las mujeres jóvenes; ii) ejemplos de lo que ha funcionado bien para responder al desafío; y iii) cómo/qué servicios se prestan/deben prestarse durante COVID-19 (y más allá) para hacer frente al desafío.

Los entrevistados fueron seleccionados con base a un mapeo previo de los grupos sociales de interés. El objetivo era llegar a entre 20 y 24 participantes. Se logró una participación en todos los grupos sociales de interés. En total, 23 adolescentes y mujeres jóvenes participaron en las entrevistas. La tabla 1 muestra el sexo y la edad de los encuestados por grupos sociales de interés.

Tabla 1. Participantes de la investigación según grupos de social, edad y sexo.

Nivel de reclutamiento o grupos sociales de interés	Adolescentes (15 to 19)		Mujeres jóvenes (20 a 29)
	Mujeres	Hombres	
Migrantes venezolanos	1	2	3
Afrodescendientes	1	1	2
Población Indígena	2	1	2
Población con discapacidad	0	0	3
Personas de la comunidad LGBTI	3	1	1
Total	7	5	11

Entre el 1 y el 2 de junio de 2019 se realizaron 23 entrevistas en profundidad (hombres n = 5 y mujeres n = 18). Se utilizó el software N-Vivo 12 para la codificación y análisis. La codificación se hizo a partir de los tres ejes transversales acorde a los objetivos específicos: 1) necesidades y experiencias durante la pandemia; 2) prácticas resilientes para atender a las necesidades y, 3) recomendaciones sobre los servicios que deben ser proporcionados para abordar los desafíos. El análisis se hizo de forma comparativa entre los grupos de edad.

Consideraciones éticas y de género

El Comité de Ética e Investigación de Profamilia aprobó el protocolo de esta investigación el 30 de mayo de 2020 a través del acta de registro CEIP-11-2020. Atendiendo a las recomendaciones de la Pautas Éticas Internacionales de Investigación (18) y al artículo 15 de la Resolución 8430 de 1993, para garantizar la participación voluntaria en la investigación se contó con un consentimiento informado a través del cual se proporcionó a los participantes información sobre el estudio: propósito, duración, temas a considerar y el tratamiento de la información recolectada por Profamilia, se le solicitó permiso para grabar la entrevista y, se les explicó que su participación es voluntaria y que tienen libertad de retirar el consentimiento y la participación en cualquier momento del estudio.

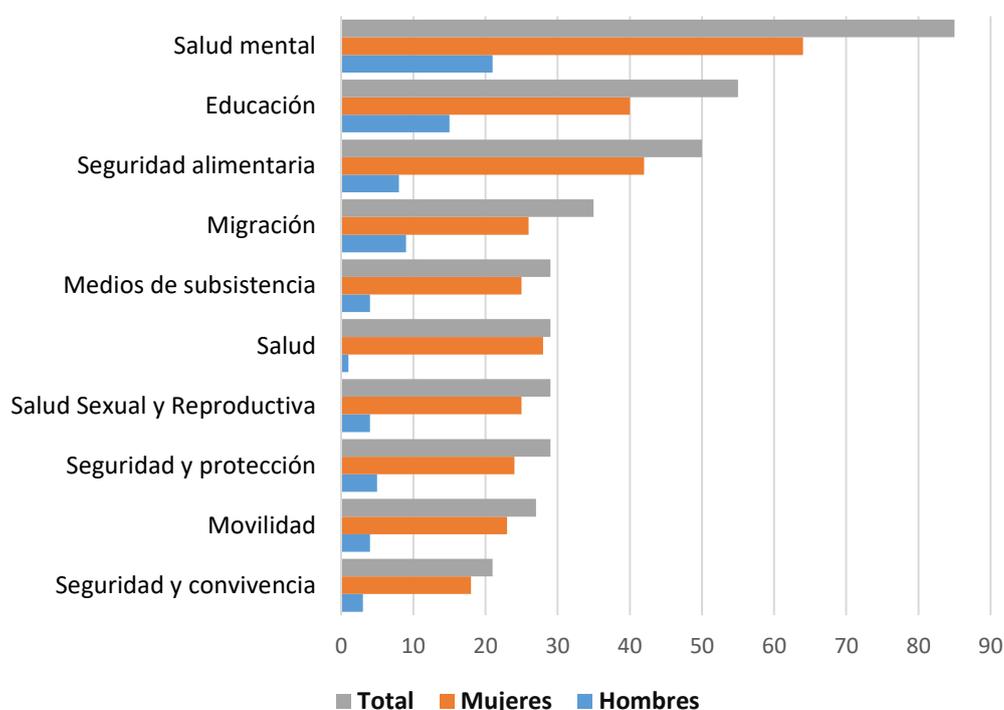
Dado que la investigación incluye temas sensibles, entre las protecciones especiales tanto para adolescentes como para mujeres jóvenes, se tuvo en cuenta que el personal responsable del estudio estuviera calificado para brindar primeros auxilios psicológicos básicos y orientar a los participantes si solicitaban información sobre cómo acceder a apoyo médico o psicológico, así como apoyarlos si requerían activación una ruta de atención. Para salvaguardar la confidencialidad de los participantes se estableció un sistema de anonimización de la información a través de códigos que reemplazan los datos personales. Finalmente, dada la situación de vulnerabilidad de los participantes, el equipo investigador partió del reconocimiento de igualdad y derechos con la población y fue cuidadoso y crítico en el lenguaje verbal, no verbal y escrito utilizado evitando el uso de etiquetas o expresiones estigmatizadoras que discriminaran por razones de género, raza, orientación sexual o condición social.

2. Resultados

2.1. Desafíos y necesidades de adolescentes y mujeres jóvenes durante la pandemia del COVID- 19.

La pandemia, las políticas de contención y el distanciamiento físico han llevado a que adolescentes y mujeres jóvenes afronten diversos desafíos. En esta investigación se preguntó por las necesidades, experiencias y prácticas resilientes de adolescentes y mujeres jóvenes de los grupos más vulnerables de Colombia en diez aspectos relacionados con la garantía de sus derechos. En la Gráfica 1 se puede apreciar que los participantes describieron en mayor extensión los desafíos que ha representado la pandemia para su salud mental, educación y seguridad alimentaria. La migración, los medios de subsistencia, la salud sexual y reproductiva y la seguridad de su entorno, tuvieron un nivel medio y similar de profundización mientras que, en los tópicos de violencia doméstica, movilidad y uniones tempranas hubo menos menciones de experiencias desafiantes.

Gráfica 1. Nivel de descripción de los desafíos que han enfrentado hombres y mujeres durante la pandemia según tema.



Salud mental

El 67% de las mujeres y el 56% de los hombres entre 18 y 29 años están preocupados por sufrir ansiedad o depresión; el 16% de las mujeres y el 14% de los hombres entre 18 y 29 años han padecido enfermedades mentales (depresión, ansiedad, esquizofrenia, insomnio). Las situaciones que afectan la salud mental son el principal desafío que enfrentan adolescentes y mujeres jóvenes. Si no cuentan con recursos (horarios y rutinas establecidas, reconocer y aprender a expresar sus emociones, establecer formas alternativas de estar en contacto con amigos y familiares, entre otros) para manejar la restricción de la movilidad y de los espacios de socialización, corren el riesgo de hacer síntomas de algún trastorno, depresivo o conductual que de no ser atendido oportunamente puede tener peores desenlaces. Las personas participantes en mayor medida reportaron sentir estrés, tristeza, ansiedad, aburrimiento, fatiga,

nervios o miedo. Las principales causas de malestar mencionadas fueron el encierro, la interrupción del estudio o de la rutina diaria y la imposibilidad de salir a trabajar y de ver amigos o familiares.

“Yo no he salido absolutamente a nada. Lo que siento ahora es mucha depresión porque tenía muchos planes y pues no los puedo cumplir y me siento muy triste porque tenía la rutina de ir a ver a mi abuela”

Mujer adolescente, 18 años

“No poder trabajar como antes me estresa, me pone triste, el encierro también me afecta, afecta a los niños, me afecta a mí, pero sabemos que no podemos hacer nada porque son las reglas”

Mujer joven, 28 años

“La pandemia me tiene muy triste porque que estoy alejada de toda mi familia, llevo dos meses sin verlos pues trabajo en una casa de familia a una hora de distancia”

Mujer joven, 27 años

Educación

El 11% de las mujeres y el 13% de los hombres entre 18 y 29 años están muy preocupados porque no tienen una computadora o acceso a internet. Los desafíos relacionados con la actividad educativa fueron centrales para las y los adolescentes entrevistados y referidos con menor frecuencia por las mujeres jóvenes. Entre estudiantes de los dos grupos de edad, la virtualización de las clases es el mayor desafío que enfrentan actualmente. Para algunos esta virtualización implicó cambios a los cuales adaptarse, así como disminución en el acompañamiento docente y en la calidad de la educación debido a que las instituciones educativas no cuentan con la infraestructura ni los recursos necesarios; a que los profesores no están preparados para la enseñanza bajo este formato; o a que para las y los adolescentes ha resultado más difícil entender, solucionar dudas y participar en las clases.

Para otras personas, el mayor desafío ha sido la dificultad para acceder a internet que en unos casos representó desarrollar habilidades que no tenían y en otros incurrir en gastos adicionales, como la compra de minutos o datos móviles. Otras dificultades mencionadas fueron la incertidumbre sobre la continuidad del calendario académico, la suspensión o pérdida de becas o de exámenes, y la sobrecarga de tareas y trabajo extra clase.

“Pues yo estoy finalizando semestre, se me ha complicado un poco porque pues el único medio de comunicación que tengo es el celular y no me está funcionando bien, entonces está como un poquito complicado, también porque nos han cortado el internet dos veces”

Mujer adolescente, 18 años

“Pero es que la educación virtual es realmente un privilegio, si lo ponemos en términos prácticos es un privilegio porque no todos tienen ni siquiera una herramienta básica como es el computador o yendo un poco más allá ni siquiera tienen acceso al Internet”

Mujer joven, 22 años

Seguridad alimentaria

Durante la cuarentena, el 10% de los hogares pasó de 3 a 1 comida por día, el 68% de 3 a 2 comidas, y solo el 22% pudo continuar haciendo tres comidas por día. La pandemia ha traído cambios negativos en el comportamiento alimentario y en la calidad de la dieta de las personas. La situación nutricional deficitaria se agudiza en situaciones de crisis y escasez: disminuye la cantidad de alimentos o la calidad de la dieta familiar, aumenta el consumo de carbohidratos y de alimentos con mayor contenido de grasa y sal, a menor costo, y disminuye el de vegetales y alimentos fuente de proteínas. Los adolescentes y las mujeres jóvenes participantes reportan dificultades para acceder a una dieta saludable que proporcione alimentos ricos en proteína y micronutrientes adecuados; algunos de sus hogares entraron en inseguridad alimentaria: han tenido que reducir el número de comidas o algún miembro del hogar ha dejado de comer para asegurar la alimentación de los más pequeños. En algunos casos mencionaron que esta situación se ha visto agravada por el alza en los precios de ciertos alimentos, por el desabastecimiento, por la pérdida de empleo formal o, en el caso del trabajo informal, por el riesgo de contagio al salir a trabajar o de sanciones económicas previstas para quienes incumplen el aislamiento obligatorio:

*“Comíamos cerdo, carnero, carne, los huevos que no faltaban en la casa y ahora dejamos eso a un lado porque no se puede comprar”
Mujer joven, 27 años*

*“Hay días en los que no hay mucho que comer. Entonces hay que decidir y mi hermano es la prioridad porque es el más pequeño”
Mujer adolescente, 18 años*

Migración

El 95% de los hogares migrantes requieren ayuda alimentaria, el 53% requiere ayuda para el alquiler, el 48% no tienen fuente de ingresos y el 5% reportan riesgo de desalojo. Los refugiados y los migrantes tienen un mayor riesgo de contraer enfermedades, incluido COVID-19, porque generalmente viven en condiciones de hacinamiento sin acceso a saneamiento básico; también porque su capacidad para acceder a servicios de atención médica en entornos humanitarios se ve limitada por la escasez de medicamentos, la falta de instalaciones de atención médica y las barreras administrativas, financieras, legales para acceder al sistema de salud (4). Adicionalmente el aislamiento preventivo en situaciones de mayor precariedad afecta la salud mental de los migrantes con ansiedad, angustia y depresión. Tanto migrantes venezolanos como adolescentes colombianos entrevistados reconocieron que, reconocieron que el estatus de migrante supone mayores dificultades para enfrentar la pandemia y las medidas para controlar el COVID-19. Las situaciones de mayor desafío mencionadas se relacionan con el hecho de no poder trabajar ni comer, con los desalojos producto de no poder pagar el arriendo, con la xenofobia y con las restricciones existentes para acceder a los servicios de salud.

*“Ellos no tienen a nadie y para rematar les hacen como una especie de bullying, como esa especie de xenofobia a los venezolanos para que se vayan, entonces les complica más la situación”
Mujer joven, 29 años*

*“Yo digo que lo que más me ha afectado es la parte económica, el aspecto del trabajo y el de la salud, porque a muchos por ser venezolanos, no nos atienden, y lo digo porque a mí me ha pasado”
Mujer joven, 28 años*

Medios de subsistencia

El 23% de las mujeres y el 21% de los hombres entre 18 y 29 años que estaban empleados perdieron sus trabajos durante la pandemia. De acuerdo con el planteamiento de la Cruz Roja Internacional (5), las consecuencias en el plano de la seguridad económica y alimentaria que provoca la actual pandemia son muy graves y, probablemente, empeoren con el tiempo. Adicionalmente, las restricciones a la movilidad limitan la posibilidad de obtener recursos o de cuidar su salud, por lo que la perspectiva de una intensificación de la pobreza y de enfrentar mayores dificultades para asegurar sus medios básicos de subsistencia está entre las principales fuentes de preocupación de las personas participantes. En una proporción similar entre adolescentes y mujeres adultas, mencionaron que tienen incertidumbre y preocupación respecto a la estabilidad laboral propia o de las personas de las que dependen económicamente. A causa de la cuarenta, algunas personas han perdido su empleo o sus posibilidades de salir a trabajar de manera informal. Como consecuencia, afirmaron también tener muchas dificultades para pagar productos y servicios esenciales como alimentos, servicios de luz y acueducto o arriendo de vivienda.

*“Mi esposo trabaja dos días sí y uno no, por lo de la pandemia que estamos pasando, y con lo del arriendo, que nos toca pagar los siete de cada mes, entonces nos hemos atrasado mucho con eso, porque no hemos tenido la cantidad de dinero, y hemos pagado como quien dice por partes”
Mujer joven, 28 años*

*“Es que a veces a mi mamá le pagan muy poco, entonces si paga la luz, no puede pagar el arriendo, y si paga el arriendo entonces es capaz que no quitan la luz”
Hombre adolescente, 16 años*

Salud

El 87% de las mujeres y el 75% de los hombres entre 18 y 29 años están muy preocupados de que alguien de la familia pueda tener una emergencia médica y no reciba atención médica. Durante la pandemia los servicios de salud se han visto parcial o totalmente interrumpidos afectando gravemente la prevención y tratamiento de enfermedades no transmisibles como el cáncer, enfermedades cardiovasculares o diabetes, y la provisión de medicamentos, pruebas diagnósticas y otras tecnologías sanitarias. Es así como el principal desafío relacionado con la salud se refirió a la desatención de enfermedades que no están relacionadas con el coronavirus. Para las personas entrevistadas, es problemático el hecho de que sólo se atiendan urgencias, ya que han visto aplazadas cirugías y citas que tenían programadas o han tenido que soportar dolencias que saben que no son atendidas como urgencias. Adicionalmente, se encontraron menciones a la dificultad para acceder a pruebas de Covid-19 cuando se tienen síntomas o sospechas de tener la enfermedad y dificultad para comprar medicamentos, bien sea por falta de dinero o porque sólo se consiguen de manera presencial.

“Mi mamá tuvo que exponerse, pero digamos que se empezó a sentir mal y pensamos que era coronavirus y eso fue una demora total para que nos autorizaran el examen, la prueba”
Mujer joven, 22 años

“A mi hija me tocaba llevarla al pediatra para que le autorizaran una cirugía, porque tiene una hernia umbilical y no se ha podido realizar nada de eso porque acá nada más están atendiendo urgencias nada más”
Mujer joven, 27 años

“Es que ir por urgencias, sé que te devolverían porque para ellos esta no es una emergencia porque ya lo intenté”
Mujer adolescente, 18 años

Salud Sexual y Reproductiva

El 16% de las mujeres entre 18 y 29 años dijo que necesitaba un chequeo ginecológico y el 17% dijo que necesitaba acceso a anticonceptivos. Las necesidades en salud sexual y salud reproductiva son permanentes, por lo que los cambios de prioridades para el sistema de salud a causa del COVID-19 tienen efecto directo sobre su atención (6). Frente a su salud sexual y reproductiva los desafíos reportados por las personas participantes están relacionados con: a) barreras en el acceso a productos de higiene menstrual y a métodos anticonceptivos, debido a la falta de dinero, pero también a la escasez en las zonas más apartadas del país; b) barreras en el acceso a servicios, debido a que instituciones de salud han restringido la atención a urgencias, limitando las consultas con especialistas como ginecólogos y endocrinólogos; y c) dificultades en su vida sexual, como disminución en el número de encuentros sexuales producto del temor al contagio, la rutina y el temor a quedar en embarazo.

“Me he limitado a salir con él, a vernos, pero yo le digo ‘yo no quiero, no quiero exponerme’, le digo así, prefiero quedarme pues en la casa”
Mujer joven, 27 años

“Yo tengo ovarios poliquísticos y no he podido acceder a ningún tipo de cita médica, y por alguna razón dejó de llegar mi menstruación y quiero saber qué pasa conmigo y no puedo saber qué pasa”
Mujer adolescente, 18 años

“Yo soy un chico trans, entonces para ir a mi endocrino es para que me recete mis hormonas, pues yo todavía no he empezado a hormonizarme, entonces mi endocrino es el que me autoriza mis hormonas. Es algo que he esperado hace mucho (...) entonces... saber que por fin me la dieron (la cita) y que cada vez que está cerca de que suceda me la empiezan a posponer, es como muy frustrante”
Hombre adolescente, 18 años

Seguridad y protección

El 18% de las mujeres y el 28% de los hombres entre 18 y 29 años han sido testigos de actos racistas o xenófobos contra los inmigrantes venezolanos. Como producto del confinamiento obligatorio han disminuido algunos tipos de delitos como hurtos, homicidios y lesiones personales, que ocurren primordialmente en el espacio público (7). Al respecto se encontraron percepciones diversas sobre la seguridad y la protección en su entorno. Para algunas de las personas entrevistadas, la seguridad aumentó debido a la disminución de personas en las calles. Sin embargo, para otras, la inseguridad en sus barrios aumentó a causa de la menor afluencia de personas en las calles, sumada a la presión por conseguir sustento diario y a la falta de vigilancia de las autoridades públicas. Es importante destacar que las personas indígenas plantearon que los asesinatos a líderes y lideresas indígenas no han cesado, y que las personas trans que viven en ciudades donde se implementó el “pico y género”, consideran que aumentó la transfobia y han experimentado abuso policial por lo que tienen temor a movilizarse.

“Es una parte un poco insegura, pero desde la cuarentena ha sido bastante segura, no ha habido ningún tipo de hurtos por ahí”.
Hombre adolescente, 18 años

“Pues desde la aparición de la cuarentena ha habido más robos, porque la gente está buscando cubrir sus necesidades y pues los que no pueden trabajar roban”
Mujer joven, 29 años,

“Esta medida pico y género puso en riesgo nuestras vidas, dejaron más de 20 casos de violencia en supermercados, una mujer trans apuñalada, una violencia y una ola de transfobia en redes sociales muy fuerte”
Mujer joven, 27 años

Movilidad

Las medidas para contener la propagación del Coronavirus junto con el miedo al contagio en el transporte público y la alta aceptación y adherencia a las medidas de distanciamiento físico, han obrado en una reducción de la movilidad que se estima es cercana al 86% (7). En este sentido las mujeres jóvenes han enfrentado más dificultades relacionados con la movilidad que las y los adolescentes entrevistados. El principal desafío se relaciona con el miedo de tomar transporte público por el riesgo de contagio y con la imposibilidad de transportarse de otro modo. Algunas personas mencionaron que han enfrentado alzas en el precio de pasajes y temor a transitar por calles vacías, a ser sancionado por las autoridades públicas o a sufrir agresiones, en el caso de las personas trans.

“Me he dado cuenta, según lo que me dice mi tía, que a ella sí le toca trabajar y le toca coger buses todos los días. Me dice que ni siquiera los mismos conductores tienen tapabocas ni guantes”
Mujer adolescente, 18 años

Convivencia en el hogar

La violencia doméstica fue el tema sobre el que las personas entrevistadas mencionaron menos desafíos. En general aceptan que tienen que permanecer en casa y compartir más tiempo que antes con quienes habitan. En la mayoría de los casos perciben su casa como un espacio seguro y libre de violencias y han experimentado mejoras en las relaciones y la unión familiar. No obstante, hubo también quienes han estado expuestos a situaciones conflictivas a causa del aumento del estrés y la tensión por la pérdida de empleo o las dificultades para trabajar de manera informal, el aumento del tiempo de convivencia y el incumplimiento de medidas de bioseguridad por parte de algunos miembros del hogar.

“Antes todo el mundo buscaba andar por la calle, pero ahora mantenemos pues más unidos, en la casa, hablando, normal”
Hombre adolescente, 16 años

“La verdad es que no considero mi casa un lugar seguro, primero que todo porque el encierro trae algo de violencia, a veces. Entonces las personas, se salen de control... Por lo menos mi mamá siempre ha sido una mujer de un temperamento muy fuerte y un poquito agresiva, entonces ahora, en el encierro ella se pone aún más agresiva, ya que no hay empleo, la comida es escasa, tenemos que comer de lo que nos dé una tía o nos regale una vecina, entonces, todo eso”
Mujer adolescente, 18 años

2.2. Prácticas resilientes de los adolescentes y las mujeres jóvenes para enfrentar los desafíos de la pandemia.

La capacidad de resiliencia ha permitido que las personas afectadas busquen estrategias para superar las circunstancias generadas por los anteriores desafíos. La innovación, el uso de los recursos que están al alcance y el apoyo social son los ejes de las prácticas exitosas a las que las personas han acudido durante la pandemia. La tabla 2 describe las prácticas más usadas para atender el principal desafío de cada eje temático.

Tabla 2. Desafíos y prácticas exitosas de adolescentes y mujeres jóvenes durante la pandemia.

Tema	Desafío	Principales prácticas exitosas
Salud mental	Alteraciones en el estado de ánimo por el aislamiento y el encierro.	<ul style="list-style-type: none"> - Comunicarse y hacer actividades en familia. - Acudir a programas de atención psicológica en línea (teléfono o chat www.porquequieroestarbien.com). - Solicitar acompañamiento a través de redes y organizaciones comunitarias. - Dedicar tiempo a hobbies, apoyar las tareas del hogar y crianza hermanos.
Educación	Dificultades en el acceso y calidad de la educación por la virtualización.	<ul style="list-style-type: none"> - Usar plataformas virtuales (sitio web colegio, envío talleres y exámenes) - Usar medios tradicionales (cartillas impresas, llamadas telefónicas). - Acceder a redes públicas de internet.
Seguridad alimentaria	Dificultades para comprar alimentos por aumento de precios y por la escasez de dinero	<ul style="list-style-type: none"> - Acceder a auxilios y subsidios de alimentación. - Cultivar huertas e intercambiar semillas. - Reducir consumo de carnes y aumentar consumo de granos y verduras (cambio a una dieta menos grasa y mejor calidad)
Migración	Desajustes e imposibilidad de pagar necesidades básicas por el desempleo.	<ul style="list-style-type: none"> - Usar auxilios disponibles del gobierno local (ONGs) y nacional. - Usar ayudas de las agencias humanitarias (ACNUR, USAID, OPS, GIFMM). - Usar servicios de proyectos de organizaciones privadas centrados en la atención de las personas migrantes y refugiadas.
Medios de subsistencia	Pérdida de empleo formal o informal y dificultades para cubrir gastos de necesidades básicas	<ul style="list-style-type: none"> - Acudir a la ayuda de familiares, redes de amigos o vecinos. - Solicitar auxilios de las autoridades locales o nacionales (Inscribirse por internet a las páginas del gobierno). - Consolidar fondos de emergencia comunitarios creados durante la pandemia (Ingreso Solidario para alimentación, acueducto, luz y vivienda). - Llegar a acuerdos de pago de arriendos.
Salud	Interrupción servicios de salud y limitado servicio de urgencias médicas.	<ul style="list-style-type: none"> - Autocuidado y observación frecuente de signo de alerta en el cuerpo. - Usar servicios disponibles de telemedicina (llamadas telefónicas, What's Up y medios virtuales). - Usar servicios de medicina domiciliaria. - Usar plantas medicinales y otros saberes de la medicina tradicional.
Salud Sexual y Reproductiva	Dificultades para acceder a productos (métodos anticonceptivos o insumos de salud menstrea)	<ul style="list-style-type: none"> - Acudir a redes o grupos de apoyo en temas de salud sexual y reproductiva. - Acudir a los proyectos de organizaciones privadas especializados en salud sexual y reproductiva (Profamilia). - Autocuidado y observación frecuente de signo de alerta en el cuerpo. - Usar servicios disponibles de telemedicina (llamadas telefónicas, What's App y medios virtuales).
Seguridad y	Aumento de situaciones de	<ul style="list-style-type: none"> - Contribuir con la vigilancia a nivel del barrio.

protección	inseguridad y menor cantidad de personas en las calles.	-Apoyarse entre vecinos para atender cualquier amenaza a la seguridad. - Desarrollar redes de acompañamiento por What's App para atender situaciones de discriminación y violencia.
Movilidad	Riesgos al salir por el contagio del COVID- 19 o por situaciones de inseguridad	- Usar medios alternativos de transporte (Bicicleta, patineta y caminar) - Salir con las medidas de protección acatando las restricciones y los decretos locales; así como apoyar adherencia a las medidas para controlar el virus con sus pares, familiares, amigos y vecinos.
Convivencia en el hogar	Problemas en la comunicación y trato entre los miembros del hogar.	- Acudir al diálogo y a actividades que unan a la familia. - Redistribuir las cargas de cuidado en el hogar. - Definir responsabilidades e involucrar a todos los miembros del hogar.

Salud mental

Para atender los desafíos de salud mental las personas consideran que lo que más les ha funcionado ha sido hablar con los miembros de la familia, realizar actividades familiares, ver películas, series o documentales y hacer actividades lúdicas para ocupar el tiempo y evitar alteraciones en el estado de ánimo.

- Tanto los adolescentes como las mujeres jóvenes afirmaron que hablar con sus familiares y hacer actividades en familia les ha servido para mejorar su estado de ánimo.

*“Me he dedicado más al hogar, estar jugando con las niñas y cosas así y eso me ha despejado un poco”
Mujer joven 25 años.*

- Los adolescentes, más que las mujeres jóvenes, ven películas o series y realizan actividades lúdicas como leer, dibujar, pintar, hacer origami, etc. para no aburrirse o desmotivarse.
- Hacer ejercicio, acudir a terapia psicológica y desconectarse de las redes han sido prácticas exitosas mencionadas entre las mujeres jóvenes.
- La Red Comunitaria Trans creó grupos de apoyo para la comunidad trans en los que, a través de WhatsApp y en alianza con psicólogas de la red feminista, atienden las necesidades de las personas trans en distintos puntos de Colombia.

*“Lo que hicimos en la Red comunitaria trans también fue articularnos con una red feminista de psicólogas las cuales estaban recepcionando todos los casos de personas trans que necesitaran hablar, necesitaban un soporte o todos estos casos de personas trans que estaban viviendo con sus agresores”
Mujer 27 años.*

- Estudiar y estar en redes han servido como prácticas exitosas para que los adolescentes conserven rutinas diarias y se distraigan.
- Pertenecer a redes comunitarias, hacer voluntariado y desarrollar actividades de liderazgo son estrategias que han mantenido motivados a los adolescentes durante la cuarentena.

Educación

Aunque la virtualización y la educación a distancia han sido desafiantes, afrontar estas modalidades educativas les ha permitido desarrollar prácticas exitosas y otras habilidades. El aprovechamiento de Tecnologías de Información y Comunicación (TIC); el uso de recursos tradicionales de educación a distancia (como las llamadas telefónicas o el envío de cartillas impresas) y un mayor acompañamiento de los cuidadores fueron las principales prácticas exitosas en educación.

- Adolescentes y mujeres jóvenes reconocieron que el uso de medios digitales les ha permitido continuar su educación y comunicarse con sus docentes y compañeros. Resaltan especialmente el uso de aplicaciones para hacer clases en línea o para compartir información.

“Ha sido como algo que hemos ido descubriendo juntos, como plataformas, cómo hacer video llamadas, que esto para montar trabajos y encontramos un montón de aplicaciones donde podíamos comunicarnos, donde podíamos poner información, donde podíamos enviar nuestra información y, creo que ha sido un paso a paso que hemos estado, yo creo que hemos estado bastante bien”.

Hombre adolescente 18 años.

- Los adolescentes y las mujeres jóvenes ubicadas en zonas rurales, con dificultades de acceso a internet o a medios electrónicos han usado guías y talleres en medios físicos para continuar con su educación. Estos insumos se recogieron al inicio de la cuarentena y deben irse llevando periódicamente a las instituciones educativas.
- Las mujeres jóvenes madres resaltaron como una práctica exitosa su participación más activa en el proceso educativo de sus hijos.
- Algunos adolescentes con dificultades para acceder a internet encontraron aplicaciones como CoronApp a través de las cuales recibieron 2 Gigas de internet gratis. Adicionalmente, algunas instituciones educativas están permitiendo usar sus redes para que las personas puedan conectarse.

Seguridad alimentaria

Para atender el desafío de poder acceder a alimentos debido a las limitaciones económicas y a la situación de desempleo ocasionadas por la pandemia algunas personas han contado con el apoyo de algunas instituciones o de redes comunitarios y otras han empezado a cultivar huertas como estrategia de adaptación y mitigación de la crisis alimentaria:

- Recibir donaciones de mercados entregados por instancias del gobierno local o nacional y por redes comunitarias como los de la Red Comunitaria Trans, significaron un alivio en necesidades de alimentación para adolescentes y mujeres jóvenes.

“Pues me han servido esas entregas que ha hecho la gobernación y algunas entidades como mercados y productos de limpieza, aseo y limpieza.”

Hombre adolescente 18 años.

- Adolescentes y mujeres jóvenes expresaron que familiares, personas conocidas o vecinos les han ayudado con alimentos.
- Las personas indígenas mencionaron que cultivar huertas y entregar semillas han sido prácticas exitosas para atender las necesidades de alimentación no sólo individuales sino también comunitarias.

“mi mamá en el resguardo les da comida y semillas a los niños para que cubran sus necesidades de la casa y para incentivarlos a la huerta”.

Mujer adolescente 18 años.

Migración

Para enfrentar la situación de desempleo y desalojos que han experimentado las personas migrantes durante la pandemia las personas participantes hicieron énfasis en la necesidad de que el gobierno facilite el acceso a refugios bioseguros y a las ayudas comunitarias.

- Adolescentes y mujeres jóvenes mencionaron que las ayudas del gobierno local y nacional para migrantes han servido para que resuelvan sus necesidades básicas durante la pandemia.

“Que, por ejemplo, se les ha podido mandar mercados. Que aquí el alcalde les ha ayudado aquí a los migrantes.”

Mujer joven 20 años.

- Mujeres jóvenes migrantes con necesidades en salud sexual y reproductiva afirmaron haber hecho uso de los servicios gratuitos de Profamilia para su atención.
- Mujeres jóvenes manifestaron que la aprobación del Salvoconducto o del Permiso Especial de Permanencia les sirvió para poder resolver necesidades diversas durante la pandemia.
- Los albergues que se han construido durante la pandemia fueron mencionados por los adolescentes como una práctica exitosa para resolver las necesidades de aquellos migrantes que fueron desalojados de sus lugares de vivienda.

Medios de subsistencia

Ante los desafíos para garantizar los medios de subsistencia las personas han recurrido principalmente a la ayuda de sus familiares, el uso de ahorros, acuerdos con los arrendadores y auxilios de las autoridades locales y nacionales o de redes comunitarias.

- Adolescentes y mujeres jóvenes recibieron ayuda de diferentes personas e instancias para resolver sus necesidades de supervivencia. En especial han contado con el apoyo de familiares, vecinos, auxilios del gobierno nacional o local y a redes comunitarias.
- Adolescentes y mujeres jóvenes han llegado a acuerdos de pago con los dueños de las viviendas donde habitan. Resaltan las prácticas en algunas comunidades indígenas donde a cambio de cuidar el lugar se les otorga el acceso a vivienda.

“Pues si llegamos a un acuerdo con los dueños de la casa, ir pagando poco a poco por partes, como se pueda.”

Mujer adolescente 18 años.

- Adolescentes y mujeres jóvenes mencionaron que para atender sus necesidades ellos mismos o sus familiares han gastado sus ahorros o han roto las restricciones de la cuarentena para buscar el sustento diario a través de trabajo informal.
- Una líder de la Red Comunitaria Trans describió una estrategia que ha beneficiado a trabajadoras sexuales de distintas ciudades de Colombia a través de un fondo de emergencia que se creó durante la pandemia:

“la Red Comunitaria Trans ha entregado más de 900 subsidios de vivienda, más de 900 mercados y hemos llegado a más de cinco ciudades de Colombia con el fondo de emergencia para trabajadoras sexuales”.

Mujer trans joven 27 años.

- En particular los adolescentes mencionaron que sus padres o cuidadores han accedido a préstamos para suplir la falta de dinero durante la pandemia.

Salud

Para atender los desafíos en salud las personas han usado estrategias asociadas al autocuidado y al uso de implementos de bioseguridad, especialmente frente al COVID- 19, y para las atenciones en salud el uso de la telemedicina.

- Entre las prácticas de autocuidado adolescentes y mujeres jóvenes hacen seguimiento a sus cambios en salud o a cualquier signo de alarma, cuidar su dieta y acceder a suplementos alimenticios.

“Lo que he hecho es cuidarme. Ósea mantener el nivel de salud, por ejemplo... por las mañanas tener una buena alimentación, que es lo primordial para la salud. Tomar mucha vitamina C, como para las defensas, y ese tipo de cosas.”

Mujer joven 20 años.

- Adolescentes y mujeres jóvenes reconocieron la telemedicina y en menor mención la medicina domiciliaria como prácticas exitosas para atender las necesidades en salud. Destaca la situación

de una mujer con discapacidad quien ahora recibe acompañamiento para sus terapias a través de medios virtuales; en palabras de la entrevistada:

“Extraño mis terapias normales, pero eso no quiere decir que no sea chévere como probar otras modalidades y revisar hasta dónde quiero llegar yo como paciente porque en realidad la prueba no es para mi terapeuta, sino para mí porque es autonomía.”

Mujer joven 22 años.

- La automedicación en caso de una necesidad en salud ha sido utilizada con mayor frecuencia por mujeres jóvenes que por las o los adolescentes.
- Los adolescentes están haciendo uso de elementos y medidas de bioseguridad para prevenir contagiarse por el COVID- 19; adicionalmente destacan la importancia de cumplir el aislamiento para prevenir afectaciones en salud.
- Tanto las adolescentes como las mujeres jóvenes indígenas resaltan el uso de la medicina tradicional como una práctica efectiva para prevenir y atender enfermedades; especialmente a través del uso de plantas medicinales.

“Pues la verdad acá siempre se ha manejado más que todo con los mayores, ellos ya saben con qué curan un dolor de cabeza, un dolor de estómago, cualquier cosa saben qué plantas sirven para eso, entonces acá se ha mantenido mucho esto porque ayuda mucho las plantas de acá”.

Mujer adolescente 18 años.

Salud Sexual y reproductiva

Para atender las necesidades en temas de derechos y salud sexual y reproductiva las personas han hablado con sus parejas o con otras personas y han buscado ayuda en grupos de apoyo en temas de salud sexual y reproductiva.

- Adolescentes y mujeres jóvenes consideraron que hablar con alguien les sirve para tomar decisiones respecto a su sexualidad.
- Las mujeres jóvenes mencionaron que para atender desafíos en salud sexual y reproductiva han acudido a dialogar con sus parejas, esto especialmente cuando el desafío se centró en cambios de comportamiento durante la cuarentena.
- Solo los adolescentes mencionaron la importancia de los grupos de apoyo y las redes a las que pertenecen como práctica exitosa para seguir atendiendo sus necesidades en salud sexual y reproductiva durante la cuarentena.

“Como hago parte de diferentes grupos de apoyo, eh, ya sean de familias, de personas y familias de la comunidad LGTBI, también asisto a un grupo de solo personas Trans, en general Transgénero, Transbinarios, Transexuales, [...] siento que esos espacios en dónde lo aconsejan a uno de una buena manera, han hecho que uno como que genere esa paciencia [...]”

Hombre adolescente 18 años

- Entre las mujeres jóvenes se mencionó la masturbación como una práctica exitosa para satisfacer necesidades en sexualidad.

Seguridad y protección

De acuerdo con las diferentes formas en las que están expuestas a situaciones que afectan su seguridad, mientras que algunas personas consideran que esta mejora con la presencia de autoridades encargadas, para las personas trans la medida del pico y género (los hombres salían los días impares y las mujeres los días pares), la mayor presencia de la fuerza pública representó mayor exposición a situaciones de inseguridad.

Otras medidas implementadas fueron acatar las instrucciones de las restricciones de movilidad y el apoyo entre vecinos y conocidos.

- Adolescentes y mujeres jóvenes reportaron que las autoridades encargadas de la protección han tenido una mayor presencia dentro de los vecindarios. En el caso de las personas de las comunidades indígenas estas se refirieron a mayor presencia de la guardia indígena y de miembros de la comunidad designados para las tareas de protección.

“las patrullas salen los fines de semana y todas las noches están patrullando las calles y ha sido más seguro.”
Mujer joven 25 años

- Algunos adolescentes y mujeres jóvenes mencionaron que debido a que los integrantes del barrio son unidos y se conocen han logrado generar estrategias comunitarias de alarmas y vigilancia para cuidarse entre sí. Igualmente, han tenido reuniones con miembros del barrio para tomar las medidas necesarias para protegerse tanto del COVID- 19 como de cualquier evento de inseguridad.
- La Red Comunitaria Trans creó un “Escuadrón anti discriminación o antiviolencia”, a través de WhatsApp, para acompañar a las personas trans durante la cuarentena. Allí las personas pueden compartir su ubicación, su itinerario en caso de tener que salir de casa y reportar cualquier tipo de incidente.
- Algunos adolescentes y mujeres jóvenes perciben que las medidas de aislamiento han contribuido a mejorar la seguridad de algunos sectores donde residen.

Movilidad

Para superar los desafíos en materia de movilidad las personas mencionaron que han hecho uso de medios alternativos de transporte como moto, bicicleta o caminar. La medida del gobierno de salir los días pares o impares según el último número de la cédula (pico y cédula) se consideró funcional a diferencia de la medida pico y género que puso en riesgo la vida y seguridad de las personas trans.

- Adolescentes y mujeres jóvenes mencionaron que hacer uso de medios alternativos de transporte e intentar movilizarse solo cerca a sus lugares de residencia ha sido la mejor estrategia para atender sus necesidades de movilidad.
- Quienes tuvieron que movilizarse en la ciudad a través de transporte público afirmaron hacer uso de las medidas de bioseguridad para prevenir el contagio

“todas las personas que íbamos en el transporte estábamos protegidas, llevaban sus mascarillas, estábamos pues los que tratábamos de cierta manera estar distantes, estábamos en un espacio cómodo.”
Mujer adolescente 18 años.

- Las mujeres jóvenes mencionaron como prácticas exitosas para la movilidad y para evitar el riesgo del contagio del COVID- 19 por aglomeraciones las medidas restrictivas de movilidad por género o número de cédula. Aunque las personas de género binario consideraron la estrategia de salir según el género como favorable, las personas trans entrevistadas describieron distintas situaciones de riesgo y violación de los derechos de las mujeres y de miembros de la comunidad trans durante la implementación de esa medida.
- Para atender a las situaciones de riesgo generadas por la medida de movilidad del pico y género la Red Comunitaria Trans, en alianza con la Red feminista, creó un grupo de apoyo por WhatsApp donde las personas pueden reportar cuando salen de sus casas cualquier situación de violencia.

“los grupos de apoyo lo que hacíamos son como estrategias comunitarias callejeras que empezamos a hacer y que le llamamos como los escuadrones anti discriminación y

antiviolenencia y fue generar un tejido de amor y cuidado entre las diferentes activistas y líderes y lideresas trans de las diferentes localidades.”
Mujer trans joven 27 años.

- Adolescentes y mujeres jóvenes también mencionaron que han hecho uso de transporte particular para evitar usar el servicio de transporte público. Adicionalmente, en algunos casos se afirmó que se ha designado un solo miembro de la familia para que salga.

Violencia doméstica

Para superar los desafíos respecto a la violencia doméstica en el hogar las personas entrevistadas se refirieron principalmente a mejorar la comunicación entre los integrantes del hogar, realizar actividades para unirse en familia y reorganizar las cargas de cuidado.

- Adolescentes y mujeres jóvenes mencionaron que lo que más usan cuando tienen alguna discusión en el hogar es expresar lo que sienten y dialogar con las personas del hogar.
- Adolescentes y mujeres jóvenes mencionaron que para mantener la unión como familia han acudido a realizar distintas actividades entre todos para entretenerse, pero también para realizar las labores del hogar.
- Adolescentes y mujeres jóvenes afirmaron que durante la cuarentena han optado por repartir las cargas de cuidado del hogar y de los niños de forma más equitativa con el resto de integrantes del hogar

“Ahora llega del trabajo, se pone a jugar con sus hijas, o sea, nos hemos unido más a cosas, cosas que él no hacía, ayudarles en las tareas, dedica más tiempo ahora a la casa, en la cuarentena se dedica más al hogar y ya no anda en la calle.”
Mujer joven 27 años.

3. Mensajes para incidir centrados en los adolescentes y las mujeres jóvenes durante la pandemia.

En Colombia, el 25% de la población es joven entre los 15 y 29 años. De las entrevistas y análisis cualitativo resultante de esta investigación, se obtuvo evidencia de las afectaciones, necesidades y mecanismos de adaptación en diez ámbitos principales de los y las jóvenes, que han experimentado desde sus distintas circunstancias y formas de vida. Más aún cuando se encuentran en situación de pobreza o vulnerabilidad por ser parte de poblaciones históricamente discriminadas por su género, origen étnico, estatus migratorio, orientación sexual o identidad de género o discapacidad.

Como parte del trabajo conjunto entre Profamilia y la Alianza para la Salud Materna, Neonatal e Infantil consideramos prioritaria la generación de conocimiento, abogacía del acceso universal a la salud y la rendición de cuentas por parte de la ciudadanía. La pandemia implica una fuerte presión sobre los sistemas de protección social, el empleo, la estabilidad económica y la salud pública. Para ser efectivas y adecuadas a los estándares internacionales, las medidas de prevención y contención al COVID-19, así como las acciones adicionales para mitigar las consecuencias negativas de estas, deben tener como referente las experiencias de los jóvenes, así como las obligaciones que tiene el Estado para la garantía de los derechos humanos y los compromisos políticos para el desarrollo sostenible establecidos mediante la Agenda 2030. De los temas sobre los cuales se entrevistó a los jóvenes, resultan particularmente relevantes los Objetivos de Desarrollo Sostenible relativos a la erradicación de la pobreza y el hambre, garantizar una vida sana, educación inclusiva, igualdad entre géneros y un crecimiento económico sostenido, inclusivo y sostenible. Así mismo, la promoción de sociedades pacíficas e inclusivas para el desarrollo sostenible (ODS 1,2,3,4, 5, 8, 10 y 16).

A continuación, se presentan recomendaciones específicas sobre las **diez** temáticas que fueron indagadas en las entrevistas a los jóvenes. En esta sección describiremos, por una parte, recomendaciones que surgen del análisis de las acciones que tomadores de decisión y creadores de política pública pueden

tomar respecto de los desafíos estructurales identificados en las vivencias de los jóvenes, en alineación con los estándares y recomendaciones con organizaciones internacionales y de Naciones Unidas. Por otra parte, se expondrá una serie de recomendaciones para otros jóvenes y familias inspiradas en los propios consejos y prácticas de resiliencia que los jóvenes entrevistados implementaron.

De manera general, se observa que es necesario que las autoridades locales y nacionales adopten medidas en el corto plazo que están orientadas a mitigar las consecuencias socioeconómicas de la pandemia y garantizar el cubrimiento de las necesidades básicas de las personas, en especial de los jóvenes que están en una mayor situación de vulnerabilidad. Así mismo, que de manera progresiva y en el mediano y largo plazo, se requiere que las autoridades adopten medidas orientadas a fortalecer y ampliar los sistemas de protección económicos y sociales que permitan mitigar el impacto en el tiempo de la emergencia sanitaria, continuar caminando hacia el desarrollo sostenible y contar con la arquitectura de protección social necesaria para soportar otras emergencias o crisis venideras.

Salud Mental

Recomendaciones a autoridades e instituciones:

- Facilitar el acceso a la atención en salud mental mediante la creación de líneas telefónicas u otros medios de comunicación o apoyo a las que pueda acceder toda la población, incluyendo las y los jóvenes desempleados, informales o migrantes.
- Aumentar la difusión de información sobre la oferta institucional de servicios en salud mental y cubierta por el Plan de Beneficios en Salud.
- Brindar herramientas e información para el cuidado de la salud mental y los estilos de vida saludables teniendo en cuenta las necesidades y circunstancias de las personas. Lo anterior puede incluir información relevante sobre reconocimiento de sentimientos y sensaciones, manejo de duelo y de la ansiedad o formas de establecer rutinas en el aislamiento.
- Permitir y promover actividades de entretenimiento, cultura y deporte que puedan desarrollarse de manera segura durante el aislamiento obligatorio y respuesta a la pandemia.

Recomendaciones de los adolescentes y jóvenes:

- Intentar el mantenimiento de rutinas de trabajo y/o estudio durante los periodos de confinamiento mediante el ejercicio remoto de las actividades de antes y el establecimiento de horarios y espacios en el hogar.
- Disfrutar de pasatiempos como leer, escuchar música, ver películas o aprender nuevas habilidades.
- Utilizar la tecnología para recibir educación virtual, atención y apoyo psicosocial.

Educación

Recomendaciones a autoridades e instituciones:

- Desarrollar estrategias para determinar acciones de reapertura de las escuelas teniendo en cuenta la planificación general en materia de salud pública y educación, y buscando responder a las necesidades locales de todos los niños respecto del aprendizaje, la salud y la seguridad en el contexto de la pandemia.
- Desarrollar estrategias complementarias para dar continuidad a la educación primaria, secundaria y universitaria durante la vigencia de las medidas de aislamiento obligatorio, diversificando y utilizando medios de mayor accesibilidad en el país (internet, televisión, radio, mensajes de datos y medios impresos según sea identificado). Estas estrategias deben tener en cuenta la accesibilidad y ajustes razonables para personas con discapacidad y el enfoque étnico diferencial.
- Atender y disminuir la brecha de acceso a internet y a tecnologías de la información, con acciones tales como: declarar el acceso a internet como un servicio público para generar políticas en tanto servicio básico en el hogar, generar subsidios o regulaciones de precios; aumentar los espacios

públicos con acceso a internet libre cumpliendo con las normas de bioseguridad; generar evidencia sobre la conectividad y acceso a estas herramientas entre los niños, niñas y adolescentes.

- Desarrollar estrategias para la inclusión de todos los niños, niñas y adolescentes en el sistema educativo, así como para la prevención de la deserción escolar, teniendo en cuenta las necesidades y circunstancias de los niños, niñas y adolescentes con mayor propensión a la deserción (ej. NNA en zonas de conflicto armado o economías criminalizadas, migrantes o niñas por consecuencia de la carga de cuidado en el hogar)
- Brindar capacitación y herramientas a los profesores y docentes para la adecuación de metodologías a las condiciones de aprendizaje y medios durante la respuesta al COVID-19, orientados a garantizar la calidad de la educación brindada.

Recomendaciones de los adolescentes y jóvenes:

- Mantener la rutina de clases que se tenía antes de la pandemia.
- Utilizar las TIC's para profundizar en el desarrollo de las clases virtuales.
- Intentar generar la disposición y el hábito de estudio para asistir y aprovechar debidamente las clases virtuales.

Seguridad alimentaria

Recomendaciones a autoridades e instituciones:

- Adoptar paquetes de políticas fiscales y monetarias de estímulo a la población más pobre, sin recursos, jóvenes desempleados, informales y/o migrantes, llevando a cabo transferencias en efectivo y en especie, así como otras medidas de protección social y apoyo a los ingresos (ayuda humanitaria directa, bonos de alimentación, mantenimiento de alimentación escolar).
- Mantener las cadenas de suministro agrícola, controlando el aumento excesivo de precios; fortalecer los vínculos de mercado de los productores locales; y, promover ferias locales para el expendio de los productos provenientes de la pequeña agricultura.
- Fomentar iniciativas solidarias para la entrega de alimentos y las prácticas de siembra y cultivo para el autoabastecimiento o el abastecimiento comunitario.
- Generar campañas de información para dar a conocer a la población formas de mantener una alimentación saludable y buena nutrición aún con bajos recursos o dietas limitadas.

Recomendaciones de los adolescentes y jóvenes:

- Ser más solidarios o promover la solidaridad con las personas que necesitan apoyo durante la pandemia.
- Mantener una alimentación saludable y balanceada.
- Conocer e intentar la siembra de alimentos en los hogares.

Migración

Recomendaciones a autoridades e instituciones:

- Adoptar campañas de prevención y erradicación de la xenofobia y la estigmatización de personas migrantes y en situación de protección internacional, acrecentadas durante la pandemia, mediante la sensibilización en medios de comunicación tradicionales y alternativos.
- Brindar información, a través de medios de comunicación tradicionales y alternativos, para los migrantes sobre procedimientos para la protección y el acceso a derechos fundamentales, especialmente, a niños, niñas y adolescentes.
- Garantizar el acceso, en igualdad de condiciones, a los servicios de salud y de atención prioritaria a las personas migrantes, eliminando medidas que obstaculicen o desestimen a las personas a buscar atención en centros de salud, ayuda humanitaria o albergues.

Recomendaciones de los adolescentes y jóvenes:

- Tener empatía con la realidad y circunstancias que viven las personas migrantes, y promover la solidaridad como base de las relaciones sociales.

Medios de Subsistencia

Recomendaciones a autoridades e instituciones:

- Prestar apoyo específico a grupos vulnerables de trabajadores informales (mujeres, niños, jóvenes, grupos indígenas y migrantes) a través de iniciativas como apoyo a proyectos de innovación con impacto social, desarrollo de programas de formación y capacitación laboral y de especialización a distancia y/o programas de colocación profesional en áreas donde hay demanda por mano de obra.
- Adoptar mecanismos de protección del empleo y medidas para trabajadores (en especial mujeres jóvenes) tales como la adopción de licencia de cuidados, licencia con goce de sueldo, empleo protegido para mujeres en situación de violencia.
- Organismos como la CEPAL han recomendado la implementación de un ingreso básico de emergencia equivalente a una línea de pobreza durante seis meses para satisfacer necesidades básicas y sostener el consumo de los hogares. Las transferencias monetarias deben tener particularmente en cuenta a toda la población en situación de pobreza, y a los trabajadores informales.

Recomendaciones de los adolescentes y jóvenes:

1. En la medida de lo posible, implementar el ahorro individual y familiar.
2. Crear y ejecutar iniciativas de emprendimiento para la generación de ingresos, privilegiando la utilización de las TIC's.
3. Generar acuerdos con acreedores y arrendatarios para evitar conflictos y generar alivios temporales a las economías de los hogares durante los períodos de confinamiento.

Salud

Recomendaciones a autoridades e instituciones:

- Proporcionar cobertura de salud universal - incluyendo a los y las jóvenes desempleados, informales y/o migrantes o refugiados sin importar su estatus migratorio. Los sistemas de protección deben incluir servicios para la población que actualmente no está cubierta por la protección social actual e incluir servicios de salud mental.
- Desarrollar materiales y prestación de servicios con un enfoque étnico diferencial para brindar información y atención en salud a personas indígenas.
- Desarrollar materiales y servicios de salud accesibles con ajustes y apoyos razonables para la atención a personas con discapacidad.
- Facilitar procedimientos administrativos y establecer rutas expeditas para la afiliación, generación de permisos para el desplazamiento, aprobación de medicamentos y agendamiento de citas presenciales o por telemedicina.
- Promover la difusión de información de salud pública a través de diversas herramientas de comunicación y empoderar a los jóvenes a tomar decisiones basadas en evidencia.

Recomendaciones de los adolescentes y jóvenes:

- Tomar conciencia de la magnitud de la pandemia y de la responsabilidad que como individuos se tiene para frenar su propagación.

- Respetar las medidas de aislamiento mediante la utilización y cumplimiento de todos los elementos y protocolos de bioseguridad al interior de los hogares y al salir a la calle o usar transporte público.

Salud sexual y reproductiva

Recomendaciones a autoridades e instituciones:

Que se tomen medidas positivas para asegurar el acceso a los servicios de salud sexual y reproductiva (especialmente de aquellos en el Paquete Inicial Mínimo de Servicios- incluyendo la anticoncepción y la interrupción voluntaria del embarazo) tales como:

- Reconocer mediante regulaciones y normativas técnicas el carácter esencial de los servicios en salud sexual y reproductiva (especialmente aquellos en el Paquete Inicial Mínimo de Servicios) e incluirlos en los programas de respuesta que hacen frente a la propagación del COVID-19. Estos servicios incluyen atención materna, acceso a métodos anticonceptivos, exámenes diagnósticos para Infecciones de Transmisión Sexual (ITS), acceso a tratamientos (incluidos antirretrovirales), profilaxis preexposición (PrEP) VIH, atención integral de violencias basadas en género, anticoncepción de emergencia y aborto en las condiciones establecidas en la ley.
- Además, debe considerarse la continuación de los servicios de salud para los procesos de transición de personas trans y no binarias, tales como la atención endocrinología (hormonización, terapia de reemplazo hormonal), el acompañamiento psicológico y los servicios quirúrgicos.
- Desarrollar estrategias para garantizar el acceso a servicios y productos de salud sexual y reproductiva – tales como métodos anticonceptivos, medicamentos retrovirales o productos para la salud menstrual - cuyo acceso puede verse significativamente limitado para la población más vulnerable o en situación de pobreza. Estas medidas pueden incluir acciones colectivas de salud, distribución de condones, puntos de acceso a anticoncepción gratuita y difusión de información.
- Asegurar y fortalecer la cadena de suministros de productos y medicinas para la salud sexual y reproductiva evitando el desabastecimiento (anticonceptivos modernos, medicamentos vitales para la salud materna y neonatal, equipo de salud materna, materiales e insumos para el control y la prevención de infecciones, y materiales educativos y de consejería).
- Capacitar al personal de salud, incluyendo también a las parteras, acerca de los protocolos de atención en servicios de salud sexual y reproductiva durante el COVID-19, así como para que presten el servicio con respeto de las decisiones y los derechos de todas las personas.
- Brindar información veraz y científica sobre cómo vivir una sexualidad sana, responsable y placentera durante la pandemia, incluyendo cómo recibir servicios de salud sexual y reproductiva, cómo evitar embarazos no deseados, cómo identificar o actuar frente a violencias de género y cómo vivir una sexualidad activa previniendo el contagio.

Recomendaciones de los adolescentes y jóvenes:

- Actuar con voluntad y responsabilidad, privilegiando el autocuidado y el cumplimiento de las medidas de protección.
- Dialogar y desarrollar la comunicación con la pareja de manera constructiva.
- Buscar ayuda profesional e información de fuentes seguras y confiables.
- Mantener una buena comunicación con la familia.

Seguridad y protección

Recomendaciones a autoridades e instituciones:

- Formular y ejecutar un sistema de recepción y alertas de situaciones de abuso de autoridad, durante el mantenimiento y control de las medidas de aislamiento que implican restricciones a la libertad de locomoción.

Recomendaciones de los adolescentes y jóvenes:

- Acatar las medidas de cuarentena y denunciar los hechos o situaciones que afecten la convivencia ciudadana y pongan en riesgo los derechos de las personas.

Movilidad

Recomendaciones a autoridades e instituciones:

- Vigilar y controlar la variación excesiva de los precios y tarifas de los servicios de transporte autorizados durante el confinamiento, garantizando que las personas en zonas apartadas y con necesidades en servicios de salud tengan posibilidad de trasladarse de manera oportuna y sin dilaciones, asegurándose que las empresas aseguradoras de salud den cobertura en transporte en los casos que se requiere.
- Utilizar criterios objetivos, libres de discriminación, al adoptar medidas restrictivas de la locomoción.

Recomendaciones de los adolescentes y jóvenes:

- Evitar el uso del transporte público masivo restringiéndolo a situaciones estrictamente necesarias, y con el uso obligatorio de todos los elementos de protección y bioseguridad. En su lugar, implementar medios alternativos como la bicicleta o caminar.

Violencia doméstica

Recomendaciones a autoridades e instituciones:

- Fortalecer y ampliar los servicios de respuesta y atención a las violencias de género, con énfasis en la violencia intrafamiliar y sexual en el contexto del confinamiento, mediante la adaptación de los canales de atención tradicionales a la coyuntura, y empoderando las redes comunitarias para ampliar los medios de denuncia y el acceso a protección durante la cuarentena.
- Fortalecer la capacidad de los funcionarios de protección y justicia a quienes les corresponde la investigación y sanción de este tipo de violencia, así como desarrollar materiales de información y difundirlos en todas las instituciones estatales, sobre el manejo de estos casos.
- Diseñar y proveer herramientas para que los adultos responsables de los hogares realicen actividades con los niños, niñas y adolescentes, privilegiando el fortalecimiento de vínculos familiares y previniendo la violencia en el hogar.
- Realizar campañas de corresponsabilidad del trabajo doméstico, el cuidado en los hogares y desplazamientos por cuidado en período de aislamiento obligatorio.
- Fomentar prácticas que promuevan la salud y la resolución no violenta de conflictos. Realizar campañas y brindar herramientas a las familias en la resolución de conflictos en el hogar, el mantenimiento de rutinas y hábitos saludables y la prevención de violencias en el hogar.
- Aprovechar el alcance de los medios digitales, la radio y la televisión para difundir mensajes clave que promuevan la resiliencia individual y comunitaria.
- Fomentar la comunicación y la creación de redes entre y con docentes para promover el aprendizaje pedagógico, el apoyo mutuo y el bienestar continuos.

Recomendaciones de los adolescentes y jóvenes:

- Distribuir de manera equilibrada las cargas y labores de cuidado en el hogar entre los integrantes del mismo.

- Expresar los sentimientos y emociones de manera calmada, intentar reflexionar y abordar los conflictos mediante el diálogo pacífico.
- Reforzar la unión y los vínculos familiares, basándose en la comprensión por la diferencia y el respeto de la otra persona.

4. Referencias.

1. Asociación Profamilia. (2020). Respuesta social a las medidas del gobierno para controlar el nuevo coronavirus durante la etapa temprana en Colombia, 8-20 de abril de 2020. DOI: 10.13140/RG.2.2.24752.10249
2. Asociación Profamilia. (2020). La aceptación, el sufrimiento y la resistencia: las diferentes reacciones para afrontar el COVID- 19 en Colombia. DOI: 10.13140/RG.2.2.20806.91208
3. PMNCH - WHO. (2020). Highlighting the lived experiences of women, adolescents and youth during the COVID-19 crisis to inform advocacy and policy responses.
4. Asociación Profamilia y Oficina de los Estados Unidos de Asistencia para Desastres en el Extranjero (OFDA-USAID). Desigualdades en salud de la población migrante y refugiada venezolana en Colombia. ¿Cómo mejorar la respuesta local dentro de la emergencia humanitaria?. Disponible en: <https://profamilia.org.co/investigaciones/otras-investigaciones/>
5. CICR. (2020). Proteger los medios de subsistencia ante la COVID-19 es fundamental para evitar un aumento desmesurado en la dependencia de la ayuda humanitaria. Disponible en: <https://www.icrc.org/es/document/cicr-proteger-los-medios-de-subsistencia-ante-la-covid-19-es-fundamental-para-evitar-un>
6. Asociación Profamilia. (2020). Garantizando los Derechos sexuales y los derechos reproductivos en Colombia: Retos durante la Pandemia de COVID-19. Disponible en: <https://data2.unhcr.org/en/documents/download/76188>
7. Universidad de los Andes. (2020). Crimen en tiempos de Coronavirus y cuarentena. Nota Macroeconómica No.15. Disponible en: https://economia.uniandes.edu.co/components/com_booklibrary/ebooks/BM%2015.pdf