

Actividades diarias y estrés autorreportado durante el confinamiento por COVID-19. La Habana, 2020

Daily activities and self-reported stress during COVID-19 lockdown. Havana, 2020

Damian Valdés Santiago¹

Silvia Miriam Pell del Río²

Arianna Izaguirre Rodríguez³

Katherine Shania Cairo Pell⁴

María Victoria Bouza Correa⁵

Patricia de las Mercedes Rodríguez Chaneton⁶

Mónica Betancourt Abreu⁷

Marielys González Medina⁸

Ana Miriam Galindo García⁹

Alexis Lorenzo Ruiz¹⁰

María Milagros Febles Elejalde¹¹

María del Carmen Pría Barros¹²

¹ Máster en Ciencias Matemáticas. Profesora Asistente y Aspirante a Investigadora. Facultad de Matemática y Computación, Universidad de La Habana. Cuba. E-mail: dvs89cs@matcom.uh.cu, dvs89cs@gmail.com. ORCID ID: 0000-0001-9138-9792.

² Doctora en Ciencias de la Educación. Profesora e Investigadora Titular. Cátedra Ciencia, Tecnología y Sociedad + innovación (CTS+i), Universidad de La Habana. Cuba. Correo electrónico: silvia.pell@rect.uh.cu. ORCID: 0000-0003-3124-7981.

³ Licenciada en Sociología. Profesora Instructora. Cátedra Ciencia, Tecnología y Sociedad + innovación (CTS+i), Universidad de La Habana. Cuba. Correo electrónico: arianna.izaguirre@fq.uh.cu. ORCID: 0000-0002-4983-2989.

⁴ Estudiante Tercer Año de la Carrera de Sociología. Facultad de Filosofía, Historia y Sociología, Universidad de La Habana. Cuba. Correo electrónico: katherine.cairo@estudiantes.ffh.uh.cu. ORCID: 0000-0001-7580-8504.

⁵ Estudiante Tercer Año de la Carrera de Sociología. Facultad de Filosofía, Historia y Sociología, Universidad de La Habana. Cuba. Correo electrónico: maria.bouza@estudiantes.ffh.uh.cu. ORCID: 0000-0003-4480-6092.

⁶ Estudiante Tercer Año de la Carrera de Psicología. Facultad de Psicología, Universidad de La Habana. Cuba. Correo electrónico: patricia.rodriguez@estudiantes.psico.uh.cu. ORCID: 0000-0002-0688-0817.

⁷ Estudiante Tercer Año de Psicología. Facultad de Psicología, Universidad de La Habana. Cuba. Correo electrónico: monica.betancourt@estudiantes.psico.uh.cu. ORCID: 0000-0002-1125-8344.

⁸ Estudiante Tercer Año de Psicología. Facultad de Psicología, Universidad de La Habana. Cuba. Correo electrónico: marielys.gonzalez@estudiantes.psico.uh.cu. ORCID: 0000-0001-5769-6879.

⁹ Licenciada en Farmacia. Instituto Nacional de Salud de los Trabajadores, La Habana. Cuba. Correo electrónico: miricu@infomed.sld.cu. ORCID: 0000-0003-2511-0647.

¹⁰ Doctor en Ciencias Psicológicas. Profesor Titular. Facultad de Psicología, Universidad de La Habana. Cuba. Correo electrónico: alexis.lorenzo@psico.uh.cu. ORCID: 0000-0003-4450-887X.

¹¹ Doctora en Ciencias Psicológicas. Profesora Titular y Consultante. Facultad de Psicología, Universidad de La Habana. Cuba. Correo electrónico: maria.febls@psico.uh.cu. ORCID: 0000-0001-5594-6328.

¹² Doctora en Ciencias de la Salud. Profesora Titular y Consultante. Escuela Nacional de Salud Pública, La Habana. Cuba. Correo electrónico: mcpria@infomed.sld.cu. ORCID: 0000-0002-2583-631X.

Recibido: 18 de enero de 2022

Aceptado: 13 de julio de 2022

Publicado: 15 de noviembre de 2022

Cómo citar este artículo:

Valdés Santiago, D; Pell del Río; S.M.; Izaguirre Rodríguez, A.; Cairo Pell, K.S.; Bouza Correa, M.V.; Rodríguez Chaneton, P.M.; Betancourt Abreu, M.; González Medina, M.; Galindo García, A.M.; Lorenzo Ruiz, A.; Febles Elejalde, M.M.; Pría Barros, M.C. (2022). Actividades diarias y estrés autorreportado durante el confinamiento por COVID-19. La Habana, 2020. *Novedades en Población*, 18(36). <http://www.novpob.uh.cu>

Resumen

La COVID-19 ha impactado en el uso del tiempo de las personas, que puede estudiarse mediante la distribución temporal y el orden secuencial de los diarios. La pregunta de investigación fue: ¿es posible diseñar y validar una encuesta para recolectar secuencias de actividades diarias y analizar su relación con el estrés durante el confinamiento por COVID-19? Por ello, la investigación tuvo como objetivo la validación de la *Encuesta de Diarios de Actividades y Estrés Autorreportado* (EDiActEs) en La Habana, agosto de 2020. Para lograrlo, se diseñó la EDiActEs, se realizó su validez de contenido, pilotaje, aplicación, fiabilidad y análisis de su capacidad hallar las regularidades buscadas en los datos. El estudio fue exploratorio, cuantitativo y longitudinal tipo panel. Se recogieron diferenciales sociodemográficos, diarios de actividades, estrés autorreportado y nivel de descanso al despertar. El diario incluyó el lugar y con quién se realizaron las actividades. Participaron 202 personas reclutadas mediante muestreo bola de nieve, durante el confinamiento. Se ensayaron una nomenclatura de actividades y su procedimiento de codificación. Se alcanzó un 80% de consenso entre cinco expertos sobre la relevancia de los ítems. La escala de estrés autorreportado obtuvo una baja fiabilidad. Se determinaron las horas dedicadas al sueño, ocio, estudio, necesidades personales, trabajo, trasladado y actividades domésticas. Un análisis de secuencias mostró regularidades en los diarios. Se obtuvieron tres clústeres de secuencias de actividades: trabajo presencial, vacaciones/receso laboral y trabajo en casa/teletrabajo. La encuesta puede aplicarse en diferentes contextos para investigar la estructura secuencial de los diarios.

Palabras clave: análisis de microsecuencias sociales, diarios, estrés, COVID-19, sociología del tiempo.

Abstract

COVID-19 has impacted people's use of time, which can be studied through the temporal distribution and sequential order of diaries. The research question was: is it possible to design and validate a survey to collect sequences of daily activities and analyze their relationship with stress during COVID-19 lockdown? Therefore, the research aimed at validating the Survey of Activity Diaries and Self-Reported Stress (EDiActEs, in Spanish) in Havana, August 2020. To achieve this, the EDiActEs was designed, its content validity, piloting, application, reliability and analysis of its capacity to find the regularities wanted in the data were carried out. The study was exploratory, quantitative and longitudinal panel-type. Sociodemographic information, activity diaries, self-reported stress and level of rest upon awakening were collected. The diary included the place and with whom the activities were performed. A total of 202 people recruited by snowball sampling, during lockdown, participated. A nomenclature of activities and their coding procedure were tested. An 80% consensus was reached among five experts on the relevance of the items. The self-stress scale obtained a low reliability. The hours devoted to sleep, leisure, study, personal needs, work, commuting and household activities were determined. A sequence analysis showed regularities in the diaries. Three clusters of activity sequences were obtained: on-site work, vacation/work break and work at home/teleworking. The survey can be applied in different contexts to investigate the sequential structure of the diaries.

Keywords: COVID-19, social micro-sequence analysis, sociology of time, stress, diaries.

Introducción

El tiempo y el espacio organizan la vida social. Según Delfino (2009), el tiempo es pensado y experimentado de manera diversa en cada grupo social. Esta diversidad es producto de criterios internos a la estructura simbólica de los grupos sociales y de las relaciones de jerarquía que presiden una sociedad basada en las clases.

Los seres humanos se organizan y repiten comportamientos similares, no idénticos; todos los días, semanas, meses y años (Giddens, 2014). Estas actividades se hacen rutinas y el

análisis de las mismas y de sus rupturas o cambios pueden mostrar aspectos físicos, subjetivos y simbólicos de los individuos que las realizan.

Con ello, se pueden visibilizar elementos que son poco perceptibles, pero que desde un análisis de profundidad revelan comportamientos sociales asociados a roles, normas, intereses, motivaciones y procedencia, que ayudan a comprender la conformación de la realidad social. También permiten caracterizar el funcionamiento general de una sociedad desde lo económico, político, sociocultural, ideológico y de las estructuras e instituciones de esta.

Muchos estudiosos han argumentado que los fenómenos secuenciales que se desarrollan en esta escala temporal son centrales para la estructura social (Cornwell, 2015; Cornwell, Gershuny y Sullivan, 2019; Delfino, 2009; Vagni y Cornwell, 2018), pues los individuos intentan alinear sus rutinas de actividades entre sí, por ejemplo, para sincronizar sus horarios con otros. Además, se ha estudiado la relación del orden de las actividades, los cambio de lugares, roles sociales y el estrés (Cornwell, 2013).

La metodología de uso del tiempo (Delfino, 2009; Durán y Roguero, 2010) es una herramienta valiosa para dar cuenta de la distribución temporal de las actividades humanas, regularidades de ritmo, duración, frecuencia y orden secuencial, así como también, el contexto social en el cual se desarrollan esas actividades. Las diferentes técnicas utilizadas en los estudios de uso del tiempo suponen la posibilidad de realizar una medición del tiempo asignado a ciertas actividades durante un período específico.

La principal contribución de estos estudios es revelar y aprehender en detalle la vida cotidiana de una manera específica, sobre la base de los patrones a partir de los cuales las personas usan su tiempo (Delfino, 2009; Hirway, 2001). Los resultados de la investigación obtenidos mediante las encuestas sobre el uso del tiempo se refieren a tres áreas temáticas principales: debates sobre la civilización del ocio y el fin del trabajo, los ritmos de trabajo y la sincronización intrafamiliar del tiempo social (Chenu y Lesnard, 2006).

De manera general, las encuestas sobre el uso del tiempo arrojan nueva luz sobre algo más que la duración del trabajo; la estructura cronológica del diario es una fuente única de información sobre cómo se distribuyen las horas trabajadas a lo largo del día. Además, brindan elementos para identificar patrones de desigualdad e informar a los decisores públicos para transformar estos patrones.

En las últimas décadas, esta metodología fue utilizada para medir el trabajo no remunerado, el trabajo "invisible" realizado por hombres y mujeres (pero esencialmente por estas últimas) y estimar su contribución al bienestar de la población, principalmente en los países desarrollados (Aguirre y Ferrari, 2014; Durán y Roguero, 2010). De esta manera, las encuestas de uso del tiempo permitieron medir la carga de trabajo a la que se enfrentan hombres y mujeres, e interrelacionar el trabajo remunerado y el trabajo familiar doméstico. El trabajo doméstico como núcleo central de análisis se ha mantenido en los estudios de uso del tiempo desarrollados en América Latina (Aguirre y Ferrari, 2014).

Según Chenu y Lesnard (2006), fue en la Unión Soviética donde se observó por primera vez la vida cotidiana con fines de planificación mediante encuestas sistemáticas sobre el uso del tiempo. Las primeras encuestas de envergadura en las que se utilizaron diarios de actividad se llevaron a cabo en el contexto de la Nueva Política Económica, lanzada en 1921. Uno de los principales objetivos de estas encuestas era medir el peso temporal de las tareas domésticas, una categoría de actividad que se percibía como arcaica y que planeaba reducirse mediante la organización de servicios colectivos y actividades culturales. Sin embargo, el estudio de las dimensiones espacial y temporal sirvió, además, para conocer las relaciones de la personalidad con el mundo, el círculo de actividades que constituyen el fundamento de la personalidad los cuales pueden o no ampliarse, es decir también pueden empobrecerse; ocurriendo un "estrechamiento de intereses". Unas personas pueden no percatarse de este empobrecimiento, otras, como Darwin, se quejan de esto como de una desgracia. Las actividades pueden ser, o no, más pobres que aquellas creadas por las condiciones objetivas, épocas, nociones, clases. Es así que la medida de la amplitud del mundo se despliega ante el hombre en sus dimensiones espacial y temporal, en su pasado y en su futuro. También estas pueden impulsarlas en sumo grado (Leontiev, 1991).

En los últimos años, destacan más de 18 encuestas en América Latina y el Caribe (Gómez, 2016), encuestas internacionales de uso del tiempo como la *Survey of Health, Ageing and Retirement in Europe* (SHARE) (Börsch-Supan y Jürges, 2005), la *Multinational Time Use Survey* (Fisher et al., 2012) y la *American Time Use Survey* (Bureau of Labor Statistics, 2019). La mayoría de estas se realizaron en el contexto de censos poblacionales nacionales, y recogen variables sociodemográficas y de bienestar general.

En Cuba, existen antecedentes de estas investigaciones relacionados, en su mayoría, con el género y distribución de tareas del hogar. Álvarez et al. (2018) reportan al menos seis encuestas con datos recolectados entre 1975-1997. En 2001, la Oficina Nacional de Estadísticas publicó la *Encuesta sobre el uso del tiempo* (Lara et al., 2001) y la *Encuesta nacional sobre igualdad de género* (ENIG) 2016 (Álvarez et al., 2018). En ambos reportes se mostró el tiempo promedio en cada tipo de actividad para las variables de interés.

La metodología de uso del tiempo clásica presenta una serie de limitaciones que permitieron una reformulación crítica, sistematizada por Andrea Delfino (2009), con cuatro ejes fundamentales: i) el estudio de las simultaneidades, que incluye la captación del contexto en el que se realizan las acciones y la consecuente prioridad de actividades que pueden realizarse al mismo tiempo por los sujetos; ii) centrar la atención en los momentos del día donde se realizan las actividades y su encadenamiento secuencial, iii) la incorporación del lugar donde se hacen las actividades, y iv) recabar información de las personas junto a las cuales se realizó la actividad (copresencia).

Según Durán y Roguero (2010), esta metodología recolecta la información en forma de encuesta o diario de actividades. Los diarios de actividades son una forma de relato en que el sujeto informa sobre sí mismo o sobre algún acontecimiento con periodicidad diaria, y se caracteriza por la autonomía del estilo y contenido. El cuestionario toma la forma de una tabla donde se encuentran delimitados los intervalos temporales dentro de los cuales el informante consignará, en sucesión, las actividades desarrolladas.

De forma adicional, puede informarse en los diarios la ubicación espacial donde se desarrollan las actividades y si la actividad fue realizada en solitario o en compañía de otras personas. Los instrumentos se complementan con información demográfica y otros relativos a la vivienda, familia y pueden ser administrados externamente (por un entrevistador) o autoadministrados; de igual manera, las actividades pueden estar codificadas o ser agrupadas con posterioridad.

El diario requiere una colaboración íntima del entrevistado y una capacidad de autoobservación. La resistencia a informar aumenta en la medida en que disminuye la conciencia del anonimato (Delfino, 2009; Durán y Roguero, 2010). Además, los diarios, en general, no consideran el esfuerzo y la eficiencia en la realización de las actividades, ni toman en cuenta la tecnología usada o los obstáculos que se presentan en su ejecución (Hirway, 2001).

El marco temporal preferido para los diarios de actividades es el día de 24 horas. Cada día se presenta como una serie de episodios, la hora en que termina un episodio es también la hora en que comienza el siguiente. En general, la unidad mínima de tiempo en un diario es de cinco o diez minutos, lo que corresponde a una línea en la tabla del diario.

El diario suele ser abierto: los encuestados anotan sus actividades en los términos que ellos mismos eligen y estas se codifican posteriormente según una nomenclatura de actividades (también llamada clasificación, tipología o *lexicon*).

La Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL) reconoce 18 encuestas de uso del tiempo y trabajo no remunerado (Aguirre y Ferrari, 2014). Algunas utilizaron cuatro nomenclaturas internacionales de actividades, mientras otras usaron nomenclaturas propias.

A nivel internacional se aplican nomenclaturas de actividades como la perteneciente a la *Multinational Time Use Survey* (MTUS) (Fisher et al., 2012), que se ha utilizado para armonizar datos de las investigaciones europeas sobre diarios de uso del tiempo.

La *Clasificación de actividades sobre el uso del tiempo en América Latina y el Caribe* (CAUTAL) (Gómez, 2016) constituye otra de estas nomenclaturas. Sin embargo, no obtuvo el éxito esperado en América Latina por la heterogeneidad de la región en cuanto a la percepción del tiempo, los niveles de alfabetización y los costos del levantamiento (Gómez, 2016).

En el caso de Cuba, la *Encuesta sobre el uso del tiempo*, de la Oficina Nacional de Estadísticas (Lara et al., 2001) se enfocó a partir de la *Clasificación internacional de actividades de uso de tiempo de Naciones Unidas* (United Nations Statistics Division, 2017), que hace énfasis en las actividades productivas, tanto en la economía formal como en las de los hogares y economías informales. Estas focalizan las diferencias de género con respecto a las cargas de trabajo remunerado y no remunerado, cruzando la información con indicadores básicos como la edad, el nivel educacional, áreas de residencia urbana y rural.

Cada nomenclatura de actividades tiene ventajas y desventajas reportadas y dependen del problema de investigación (Aguirre y Ferrari, 2014; Durán y Roguero, 2010). En el caso de la investigación que se presenta, dado el contexto y las características particulares de La Habana en pandemia, se decidió adaptar la tipología MTUS para aplicarla en la codificación

de las actividades diarias y se elaboró un libro de códigos donde aparece la descripción de cada código de actividades.

Para analizar los diarios se utilizan dos tipos de métodos: no secuenciales y secuenciales. Entre los primeros están las estadísticas por intervalo de tiempo (Durán y Roguero, 2010). Las técnicas secuenciales (como el análisis de secuencias sociales) exploran la evolución temporal de las actividades y permiten conocer el orden de estas. Este último enfoque ha sido poco usado en América Latina y el Caribe, donde priman estudios que realizan estadísticas no secuenciales (Aguirre y Ferrari, 2014).

Lo más común al procesar estadísticamente estos diarios es reportar indicadores sobre el tiempo promedio empleado en cada nomenclatura de actividad, desaprovechándose la serie de actos sucesivos que forman secuencias de actividades ordenadas temporalmente, o *microsecuencias*. Un enfoque de microsecuencias implica analizar el tiempo social bajo una perspectiva secuencial-estructural (Cornwell et al., 2019), donde las microsecuencias de actividades son procesadas mediante un análisis de secuencias sociales (Cornwell, 2015), que permite conocer la distribución temporal de la actividades por grupos dentro de la muestra, agrupar a las personas según el uso de su tiempo, estimar secuencias representativas de dichos grupos, entre otros procedimientos estadísticos (Gabadinho, Ritschard, Müller y Studer, 2011).

Los cambios significativos ocurridos en la rutina diaria de las personas, para evitar la propagación por COVID-19 ha impactado especialmente en el trabajo (Medina, Ávila y González, 2020; Weller, Gómez Contreras, Martín Caballero y Ravest Tropa, 2020) y el estudio (CEPAL-UNESCO, 2020; Vidal, Barciela y Armenteros, 2021). Esta situación sanitaria ha repercutido también en el uso del tiempo de las personas durante el período de confinamiento (Droit-Volet et al., 2020; Ogden, 2020). La situación de aislamiento ha reconfigurado o acentuado en algunos casos, tanto roles al interior del hogar como espacios dentro de este, además de desnaturalizar prácticas cotidianas que anteriormente eran incuestionadas y asignadas a roles específicos.

Atendiendo a esta situación, el objetivo de esta investigación fue validar la *Encuesta de Diarios de Actividades y Estrés Autorreportado* (EDiActEs) para recolectar información sobre el tiempo dedicado cotidianamente por estudiantes y trabajadores a diferentes actividades en el contexto del aislamiento por COVID-19 en La Habana, agosto de 2020. Para ello, se diseñó la EDiActEs, se sometió a criterio de expertos, se aplicó en un estudio

piloto, se aplicó en la muestra final, se calculó la fiabilidad de la escala de estrés autorreportado incluida en esta encuesta y, finalmente, se realizaron análisis que reflejaron las regularidades en los diarios.

Además, se adaptó una nomenclatura de actividades, una metodología de recolección de información, procesamiento y presentación de la información, que analizó el uso del tiempo desde una perspectiva secuencial-estructural. Asimismo, la EDiActEs recoge información sociodemográfica, el diario de actividades, el estrés autorreportado en actividades seleccionadas y el nivel de descanso al despertarse.

Dichos datos permiten cuantificar el uso del tiempo destinado a distintas actividades según características sociodemográficas, estimarlas diferencias entre trabajadores y estudiantes, y medir la distribución del tiempo que dedican a cada grupo de actividades.

Los análisis realizados en este artículo muestran las posibilidades de la EDiActEs para reflejar la estructura secuencial de las actividades diarias en diversos escenarios como el confinamiento por COVID-19. Esto permite realizar un análisis transversal, longitudinal y multidimensional, dar visibilidad a cuestiones individuales, grupales y sociales desde variables sociodemográficas; a partir de la interconexión entre dichas variables y su contextualización. También posibilita realizar análisis de estrés en las actividades diarias, duración y calidad del sueño.

Aunque existen investigaciones cubanas desde varias perspectivas relacionadas con el uso del tiempo durante la pandemia de COVID-19 (Broche-Pérez y Fernández-Castillo, 2020; Medina et al., 2020), hasta diciembre de 2021, los autores no han encontrado estudios de uso del tiempo en Cuba desde una perspectiva secuencial-estructural, ni investigaciones que documenten el uso del tiempo durante el aislamiento por COVID-19 en nuestro país.

Método

Pregunta de investigación, objetivos e hipótesis de investigación

La pregunta de investigación fue: ¿cómo diseñar una encuesta para recolectar secuencias de actividades diarias y analizar su relación con el estrés durante el confinamiento por COVID-19? Por ello, la investigación tuvo como objetivo general validar la *Encuesta de Diarios de Actividades y Estrés Autorreportado* (EDiActEs) en La Habana, agosto de 2020.

Se establecieron como objetivos específicos: i) diseñar la EDiActEs para recolectar secuencias de actividades diarias y analizar su relación con el estrés durante el confinamiento por COVID-19, y ii) validar la encuesta para su uso generalizado en contextos similares.

El estudio tuvo varias hipótesis:

- 1) Es posible diseñar y validar una encuesta para recolectar secuencias de actividades diarias.
- 2) Es posible adaptar para Cuba una nomenclatura para la codificación de actividades diarias.
- 3) La fiabilidad de la escala de estrés autorreportado en actividades diarias es alta.
- 4) La información de los diarios, una vez codificada y creadas sus secuencias de actividades, permite, a través de un análisis de microsecuencias, hallar regularidades y agrupar los datos.

Diseño y participantes

La investigación es exploratoria con diseño cuantitativo y longitudinal de tipo panel (Hernández-Sampieri y Mendoza Torres, 2018, pp. 180-181). El universo estuvo formado por estudiantes y trabajadores mayores de 17 años residentes en La Habana, Cuba. La muestra no probabilística o dirigida requirió un balance de días de la semana en los diarios recogidos, así como en la cantidad de estudiantes y trabajadores. Cada entrevistador encuestó telefónicamente a familiares, amigos o vecinos en un muestreo de bola de nieve. Ocho entrevistadores participaron en la recolección de datos desde el lunes 17 de agosto hasta el martes 25 de agosto de 2020, durante el confinamiento por COVID-19. Finalmente, la muestra quedó conformada por 202 personas residentes en 15 municipios de La Habana, de ellos 89 estudiantes y 113 trabajadores.

Encuesta de Diarios de Actividades y Estrés Autorreportado (EDiActEs)

Esta es una encuesta de papel-lápiz con tres bloques: variables sociodemográficas y relativas al estrés, diario de uso del tiempo, la escala de estrés en actividades diarias y el nivel de descanso al despertar el día siguiente de la recolección del diario.

Diferenciales sociodemográficas

Entre las diferenciales sociodemográficas consideradas están el municipio de residencia, la edad, sexo, color de la piel, nivel educativo, estado conyugal y relación con la entidad

laboral durante el confinamiento por COVID-19. Se tomaron otras variables posiblemente relacionadas con el estrés diario (Hernández, 2020; Monterrosa et al., 2020), por ejemplo, si los entrevistados tuvieron menores de edad o adultos mayores a su cuidado, la autopercepción de su estado general de salud y si tienen antecedentes de problemas con la presión arterial.

Diario de actividades

El diario de actividades cubre las 24 horas que van desde las 6:00 a.m. del día anterior a la entrevista hasta a las 6:00 a.m. del día siguiente. El diario es una tabla o cuadrícula con 96 bloques horarios de 15 minutos de duración. Cada bloque horario incluye una actividad y brinda espacio para un texto descriptivo de la actividad. No se recogieron actividades simultáneas en la misma franja horaria (para conocer ventajas y desventajas de esta decisión metodológica referirse a Delfino (2009) y Durán y Roguero (2010)). Además, mediante preguntas cerradas, se recolectó con quien estaba el entrevistado durante la realización de cada actividad, así como el lugar donde esta fue realizada. Se le dio la posibilidad a los participantes de no declarar actividades que consideraran íntimas, las cuales fueron codificadas como datos faltantes.

Estrés y nivel de descanso al despertar

Para evaluar el estrés en las actividades diarias se seleccionaron tres actividades del diario personal y se pidió a las personas que respondieran la siguiente pregunta: "De 0-6, donde 0 significa que no se sintió estresado y 6 significa que se sintió muy estresado, ¿cuán estresado se sintió en el tiempo que duró esta actividad?". La escala de estrés autorreportado durante las actividades diarias se obtuvo promediando los valores de estrés en las actividades seleccionadas.

Además, se preguntó a los encuestados: "¿Cómo de descansado se sentía al levantarse hoy?". Este nivel de descanso al día siguiente se codificó de la siguiente manera: muy descansado, suficientemente descansado, un poco descansado y nada descansado.

Procedimiento

Se recibió la aprobación del Consejo Científico de la Facultad de Química de la Universidad de La Habana, Cuba, antes de iniciar la recolección de datos (Acuerdo No. 204, 2020). En esta Facultad se ubica la Cátedra Ciencia, Tecnología y Sociedad + innovación (CTS+i), principal coordinador de esta investigación.

Se diseñó un cuestionario para valorar la EDiActEs mediante criterio de expertos, que incluyó valoraciones sobre la redacción de las indicaciones y contenido de las preguntas, así como la adecuación de las respuestas de los ítems. Además, se pidió evaluar la claridad de las instrucciones al entrevistador y al participante, y si el ejemplo para el llenado del diario ayudaba a la comprensión del entrevistador. El cuestionario también requirió valoraciones sobre la periodicidad con que se recogen las actividades, las opciones respuesta sobre dónde se realizó cada actividad y con quién se realizaron estas.

En junio de 2020, se contactaron cinco expertos del área de la sociología, demografía, salud pública y psicología con más de 10 años de experiencia en la investigación y la docencia universitaria sobre estos temas.

Se utilizó el método de la preferencia (López-Fernández, 2016) para computar el nivel de consenso entre los expertos respecto a los aspectos evaluados en el cuestionario. Así, se calculó el nivel de consenso para cada pregunta y estos se promediaron para obtener el nivel de consenso promedio de los expertos. Las observaciones realizadas fueron analizadas por el equipo de investigación y se modificó la encuesta.

En julio de 2020, se reclutaron y capacitaron los entrevistadores mediante un documento redactado por el equipo de investigación y el estudio de la nomenclatura de actividades y el esquema de codificación. Se realizaron tres sesiones telefónicas de capacitación, debido a la situación de confinamiento por la COVID-19 en La Habana. Estas sesiones fueron coordinadas por el equipo de investigación, donde se identificaron las acciones que no constituyen actividades y las que abarcan más de una actividad. Utilizando ejemplos, los encuestadores pudieron identificar este tipo de relato y repreguntar para obtener mayor claridad.

Se realizó una prueba piloto a 10 personas con características similares a la muestra deseada para la validación. El método de recuerdo asistido por el entrevistador (*interviewer-assisted recall method*) (Phipps y Vernon, 2009) fue utilizado para recolectar el diario. Con esta técnica, los encuestados informan verbalmente de lo que han hecho durante el periodo especificado, y esto es registrado por un entrevistador en papel o con el uso de Microsoft Excel. Se utilizó un intervalo de tiempo entre actividades de 10 minutos. El control en la recepción de los primeros diarios recibidos y la corrección de errores de registro y codificación, permitió identificar problemas y mejorar la calidad de la recolección a medida que el mismo avanzaba. Se realizó un esfuerzo particular para ubicar al/a la

entrevistado/a en el contexto del día de ayer, y a la vez minimizar la duración de la entrevista, pues durante la prueba piloto, se comprobó que el factor más importante de rechazo en la encuesta, era el tiempo empleado durante su llenado. Por ello, se decidió ampliar el intervalo de tiempo entre actividades a 15 minutos, reduciendo la cantidad de celdas de la tabla correspondiente al diario en la encuesta.

Luego de la modificación de la encuesta según los resultados del pilotaje, una semana antes de comenzar la recolección de datos (del 7 al 15 de agosto), los entrevistadores elaboraron una lista de vecinos, familiares y amigos que pudieran participar en el estudio, intentando un balance entre trabajadores y estudiantes. Después, se distribuyeron las personas entre los días de la semana para intentar alcanzar un balance en la cantidad de personas entrevistadas cada día.

Del lunes 17 de agosto hasta el martes 25 de agosto de 2020, los entrevistadores contactaron telefónicamente a los participantes para obtener su consentimiento, sus datos socio-demográficos y ofrecieron indicaciones a los encuestados para el registro de las actividades. Dos días después, los entrevistadores obtuvieron la información del diario escribiendo una descripción de la acción y codificándola. Si más de una actividad ocurría en un intervalo (por ejemplo, ver la televisión durante 30 minutos y, a la vez, cenar durante 15 minutos), se asignaba la actividad con más minutos en el intervalo. Al momento de su recepción, se corroboró que todos los diarios de actividades estuvieran completos (en particular, que no hubiera bloques horarios vacíos y que todas las actividades tuvieran sus códigos).

A continuación, cada entrevistador seleccionó al azar tres actividades y aplicó la escala de estrés autorreportado. Además, obtuvo el nivel de descanso de los encuestados al despertarse ese día.

Esquema de clasificación de actividades

Una de las tareas más importantes en la investigación fue la adaptación de una nomenclatura para categorizar las actividades diarias de los encuestados. Dicha categorización permite realizar análisis de frecuencia de tipos de actividades, análisis de secuencias de actividades para examinar patrones en el orden de su realización, así como la comparación de los resultados con otras investigaciones.

Después de estudiar varias nomenclaturas de actividades existentes, el equipo decidió adaptar la nomenclatura de la *Multinational Time Use Survey* (Fisher et al., 2012). En comparación con otras nomenclaturas, MTUS presenta un alto nivel de detalle y, en

general, sus categorías específicas describen la mayoría de los tipos de actividades realizadas por las personas en Cuba.

La nomenclatura adaptada contiene 49 categorías (Anexo 2). Se llevaron a cabo tres revisiones como resultado de una serie de pruebas de codificación, un ensayo general y la capacitación telefónica de la encuesta antes de que comenzara la recogida de datos. Las pruebas de codificación se utilizaron para evaluar la comprensión de las categorías de la nomenclatura, evaluar la velocidad y la precisión de la codificación, identificar las actividades ambiguas o no codificables y probar la facilidad de uso de un prototipo del instrumento de codificación.

Luego de estas acciones, se realizaron reuniones informativas telefónicas con los entrevistadores y se revisó la nomenclatura a partir de sus comentarios. Además, se añadieron reglas de codificación para abordar las actividades difíciles de codificar.

Codificación y agrupación de actividades

Se codificaron las descripciones de las acciones en cada momento de los diarios utilizando la nomenclatura adaptada a partir de la MTUS. Dada la gran variedad de actividades presentadas (41 de 49 posibles) y la baja frecuencia de algunas de estas, se agruparon las actividades en ocho conjuntos (Tabla 1), teniendo en cuenta su frecuencia, descripción y relevancia para la investigación: dormir, estudiar, necesidades personales, ocio, tareas domésticas, trabajo, viajes y datos no disponibles.

Grupos de actividades	Categorías de actividades según MTUS adaptada
------------------------------	--

Ocio	Tejer o coser (AV39), Ver televisión o videos (AV31), Conversar (AV37), Otras actividades en el tiempo libre (AV40), Actividades de relajación (AV36), Participación activa en deportes (AV19), Leer libros (AV34), Escuchar música en casetes, cintas, CDs, DVDs, MP3 o móvil (AV32), Entretenimiento con amigos en casa (AV38), Caminar (AV21), Participación pasiva en deportes (AV20), Actividades religiosas (AV22), Bares (AV27), Leer periódicos, revistas (AV35); Escuchar la radio (AV30), Restaurantes (AV28), Excursiones (AV18), Cine o teatro (AV24), Fiestas y actividades de baile (AV25), y Club sociales o cabarets (AV26).
------	--

Viajes	Viaje en familia (AV12), Visitar amigos en sus casas (AV29) y Viajes en el tiempo libre (AV17).
Necesidades personales	Vestirse y cuidado personal (AV13), Comidas y meriendas (AV15) y Servicios de consumo personal (AV14).
Quehaceres	Cocinar, lavar los platos, poner y recoger la mesa (AV6), Tareas hogareñas (AV7), Otras tareas domésticas (AV8), Compras (AV10), Cuidado de los niños (AV11) y Jardinería (AV9).
Dormir	Dormir (AV16).
Trabajo	Trabajo remunerado (AV1), Trabajo remunerado en casa (AV2), Actividades cívicas (AV23), Viajar de ida o regreso del trabajo (AV5) y Trabajo remunerado, segundo trabajo (AV3).
Estudio	Estudio, estudio en casa (AV33), y Escuela, clases (AV4).

Tabla 1: Grupos de actividades usados en esta investigación

Fuente: Elaboración propia.

Análisis de datos

La encuesta fue sometida a criterio de expertos, siguiendo a Escobar-Pérez y Cuervo-Martínez (2008). Se aplicó el método de la preferencia (López-Fernández, 2016) y se calculó el nivel de consenso de cada pregunta respecto a su pertinencia e importancia para medir el uso del tiempo en actividades diarias. Participaron cinco expertos del área de la sociología, demografía, salud pública y psicología. Se alcanzó un nivel de consenso promedio del 80%, considerado en la literatura como alto (López-Fernández, 2016).

Los datos obtenidos de la validación inicial de la encuesta se almacenaron manualmente en hojas de Microsoft Excel y se verificó la calidad de la digitalización de los datos del 20% de la muestra.

Se reportaron las frecuencias y porcentajes en tablas de contingencia sobre diferenciales sociodemográficas. Se ejecutó un análisis de secuencias (Cornwell, 2015) sobre los diarios de actividades codificadas según la Tabla 1. Se calculó el promedio de horas empleadas en cada grupo de actividades. Se contabilizaron las frecuencias y concentraciones de estas secuencias mediante gráficos de distribución de actividades (Gabadinho et al., 2011) según la ocupación. Cada color en los gráficos corresponde a un grupo de actividades.

Se utilizó la distancia de Hamming (Studer y Ritschard, 2016) para determinar la similitud entre las secuencias, pues mide las diferencias en términos de cuándo ocurren las actividades. Una vez calculadas las distancias entre las secuencias, se utilizó el algoritmo jerárquico de Ward para identificar grupos homogéneos de secuencias (Gabadinho et al., 2011).

Esta es una técnica de agrupación jerárquica aglomerativa que intenta minimizar la varianza dentro del clúster (Kaufman y Rousseuw, 2005), que tiende a identificar clústeres de igual tamaño y, por lo tanto, evita los conglomerados poco poblados (Cornwell, 2015). Este agrupamiento se realiza sobre la matriz de distancias o disimilitudes entre secuencias. El resultado es un conjunto de conglomerados anidados jerárquicamente que contienen casos que muestran secuencias de actividades diarias relativamente similares. Después del agrupamiento, se realizó una caracterización sociodemográfica y de salud de cada clúster. La fiabilidad de la escala de estrés autorreportado en actividades seleccionadas se evaluó mediante el coeficiente alfa de Cronbach y se calculó su intervalo de confianza (Muñiz, 2018).

Para los análisis estadísticos se utilizó el lenguaje de programación estadística R y sus paquetes (Field, Miles y Field, 2012), y para el análisis de la secuencia se usó el paquete TraMineR (Gabadinho et al., 2011).

Resultados

Indicadores de calidad de la EDiActEs

La tasa de no respuesta fue baja, del 0,22% (43 celdas del diario en toda la muestra). Con respecto al trabajo de campo, en una porción superior al 80%, la entrevista para llenar el diario de actividades requirió no más de 20 minutos. Esta duración no conspiró contra la calidad de los diarios: la mediana de episodios por diario de actividad fue de 18, con un mínimo de 9 y un máximo de 37 episodios, indicando que la recordación promedio fue rica y detallada. Estos indicadores muestran que la calidad de la recolección de datos fue adecuada para este tipo de encuesta.

Caracterización de la muestra

Se encuestaron 202 personas residentes en 15 municipios de La Habana, predominando Playa (41; 20,30%), Plaza de la Revolución (41; 20,30%) y Boyeros (35; 17,33%), que

en conjunto representan el 57,93% de la muestra (Tabla 2). Entre los estudiantes y trabajadores predominaron estos mismos municipios. El rango de edades fue de 15 a 75 años con un promedio de edad de 32,86 ($DE^{13} = 14,26$). En los estudiantes esta variable tomó valores de 15 a 27 años, con un promedio de 21,33 ($DE = 1,96$). En promedio, los trabajadores tienen 41,95 años ($DE = 13,15$), con un rango de 17 a 75 años.

La Tabla 2 muestra que predominaron las mujeres entre estudiantes (55,06%) y trabajadores (56,64%), así como las personas blancas (62,92% en los estudiantes y 57,52% en los trabajadores). Entre los estudiantes predominó el nivel medio superior (97,75%) y entre los trabajadores el nivel superior (61,06%). La mayoría de los estudiantes son solteros (73,03%) y los trabajadores casados (44,25%). El 84,27% de los estudiantes se declararon en vacaciones, mientras el 46,02% de los trabajadores realizaron trabajo presencial. Solo 3 estudiantes (3,37%) reportaron niños a su cuidado, mientras que esto ocurrió solo en 19 trabajadores (16,81%). Se declararon a cargo de adultos mayores 15 estudiantes (16,85%) y 18 trabajadores (15,93%). El 44,94% de los estudiantes declararon su estado general de salud como muy bueno, mientras que el 38,05% de los trabajadores reportó una calificación de buena en esta variable. El 17,98% de los estudiantes reportó antecedentes de problemas con la presión arterial, mientras esto ocurrió en el 38,94% de los trabajadores.

La muestra contó con 15,35% de diarios de días lunes, 14,36% de días martes, 14,85% de días miércoles, 15,83% de días jueves, 13,86% de días viernes, 13,37% de días sábados y 12,38% de días domingos. Se nota una preponderancia de diarios en días entre semana.

Variables		Estudiantes (<i>n</i> = 89)	Trabajadores (<i>n</i> = 113)
Municipio de residencia	Arroyo Naranjo	3 (3,37%)	3 (2,65%)
	Boyeros	18 (20,22%)	17 (15,04%)
	Centro Habana	3 (3,37%)	2 (1,77%)
	Cerro	5 (5,62%)	7 (6,19%)

¹³ *DE* se refiere a la Desviación Estándar.

NOVEDADES EN POBLACIÓN

<http://www.novpob.uh.cu>

	Cotorro	1 (1,12%)	1 (0,88%)
	Diez de Octubre	5 (5,62%)	9 (7,96%)
	Guanabacoa	2 (2,25%)	2 (1,77%)
	La Habana del Este	6 (6,74%)	3 (2,65%)
	La Habana Vieja	0 (0,00%)	1 (0,88%)
	La Lisa	5 (5,62%)	10 (8,85%)
	Marianao	5 (5,62%)	8 (7,08%)
	Playa	17 (19,10%)	24 (21,24%)
	Plaza de la Revolución	17 (19,10%)	24 (21,24%)
	Regla	1 (1,12%)	0 (0,00%)
	San Miguel del Padrón	1 (1,12%)	2 (1,77%)
Edad por grupos	Niños y adolescentes (hasta 20 años)	30 (33,71%)	1 (0,88%)
	Jóvenes (20-39 años)	59 (66,29%)	49 (43,36%)
	Adultos (40-59 años)	0 (0,00%)	53 (46,90%)
	Adultos mayores (+ 60 años)	0 (0,00%)	10 (8,85%)
Sexo	Femenino	49 (55,06%)	64 (56,64%)
	Masculino	40 (44,94%)	49 (43,36%)
Color de la piel	Blanco	56 (62,92%)	65 (57,52%)
	Mestizo	19 (21,35%)	28 (24,78%)
	Negro	14 (15,73%)	20 (17,70%)
Nivel educativo	Secundario	2 (2,25%)	8 (7,08%)
	Medio superior	87 (97,75%)	36 (31,86%)
	Superior	0 (0,00%)	69 (61,06%)
Estado conyugal	Acompañados	23 (25,84%)	23 (20,35%)
	Casados	1 (1,12%)	50 (44,25%)
	Divorciados	0 (0,00%)	7 (6,19%)
	Solteros	65 (73,03%)	28 (24,78%)

NOVEDADES EN POBLACIÓN

<http://www.novpob.uh.cu>

	Viudos	0 (0,00%)	5 (4,42%)
Relación con la entidad laboral	Interrupto	0 (0,00%)	17 (15,04%)
	Licencia de maternidad	0 (0,00%)	1 (0,88%)
	Licencia retribuida	0 (0,00%)	2 (1,77%)
	Reubicado en el trabajo	0 (0,00%)	1 (0,88%)
	Suspensión por vulnerabilidad	0 (0,00%)	4 (3,54%)
	Teleestudio	12 (13,48%)	0 (0,00%)
	Teletrabajo	1 (1,12%)	11 (9,73%)
	Trabajo presencial	1 (1,12%)	52 (46,02%)
	Trabajo a distancia	0 (0,00%)	15 (13,27%)
	Vacaciones	75 (84,27%)	10 (8,85%)
Menores a su cuidado	Sí	3 (3,37%)	19 (16,81%)
	No	86 (96,63%)	94 (83,19%)
Adultos mayores a su cuidado	Sí	15 (16,85%)	18 (15,93%)
	No	74 (83,15%)	95 (84,07%)
Autopercepción del estado general de salud	Excelente	16 (17,98%)	11 (9,73%)
	Muy buena	40 (44,94%)	42 (37,17%)
	Buena	21 (23,60%)	43 (38,05%)
	Regular	11 (12,36%)	14 (12,39%)
	Mala	1 (1,12%)	3 (2,65%)
Antecedentes de problemas de presión arterial	Sí	16 (17,98%)	44 (38,94%)
	No	73 (82,02%)	69 (61,06%)

Tabla 2: Diferenciales sociodemográficos de la muestra.

Fuente: Elaboración propia.

El uso del tiempo en la muestra

En promedio, las personas durmieron 8,90 horas al día, dedicaron 6,83 horas a actividades de ocio, 2,61 horas a actividades domésticas, 2,35 horas a necesidades personales, 2,34 horas al trabajo, 0,51 horas al estudio y 0,42 horas a trasladarse de un lugar a otro. Las personas prefirieron no mencionar sus actividades en un total de 10,75 horas (0,22% del total de horas).

En la Figura 1 (derecha) se observa un desplazamiento del periodo de sueño de los estudiantes desde la medianoche hasta las 11:00 a.m. A partir de las 11:00 a.m. predominan las actividades de ocio, quehaceres, necesidades personales, estudio, trabajo y viajes. Al avanzar el día, la mayor cantidad de horas se dedica al ocio, extendiéndose hasta el horario de sueño. Las actividades de estudio predominan en el horario matutino. Es de destacar que los estudiantes dedicaron en promedio 2,34 horas diarias a trabajar. Los trabajadores se despertaron más temprano, alrededor de las 9:00 a.m., y la variedad de actividades fue ligeramente menor (Figura 1, izquierda). Durante el resto del día predominaron las actividades de trabajo, ocio y quehaceres, aunque en los dos primeros tipos de actividades se invierte prácticamente el mismo tiempo.

La diversidad de actividades comenzó a descender en los estudiantes hasta la 1 a.m. del día siguiente, donde se inició el horario de sueño de este grupo. En los trabajadores, se observó una menor variación de actividades entre las 9:00 a.m. y las 8:00 p.m. Luego, se evidenció un descenso en la variación de las actividades. A partir de las 11:00 p.m. inició el horario de sueño en los trabajadores, que se extendió hasta las 6:00 a.m.

La fiabilidad de la escala de estrés autorreportado en actividades diarias se evaluó mediante el coeficiente alfa de Cronbach. Se obtuvo un $\alpha = 0,32$, $IC95\%^{14} = [0,16, 0,47]$, considerado como inadecuado ($< 0,60$) por la literatura científica (Muñiz, 2018).

En promedio, el estrés autorreportado fue de 0,8 ($DE = 0,97$). Hay 83 personas (41,09%) que no reportaron estrés durante las actividades. El 50,99% de las personas declararon haber descansado lo suficiente, 23,27% se levantó muy descansado, 21,29% un poco descansado y solo 9 (4,45%) nada descansados.

¹⁴ IC%95 se refiere al intervalo de confianza del 95% respecto a la medida estadística.

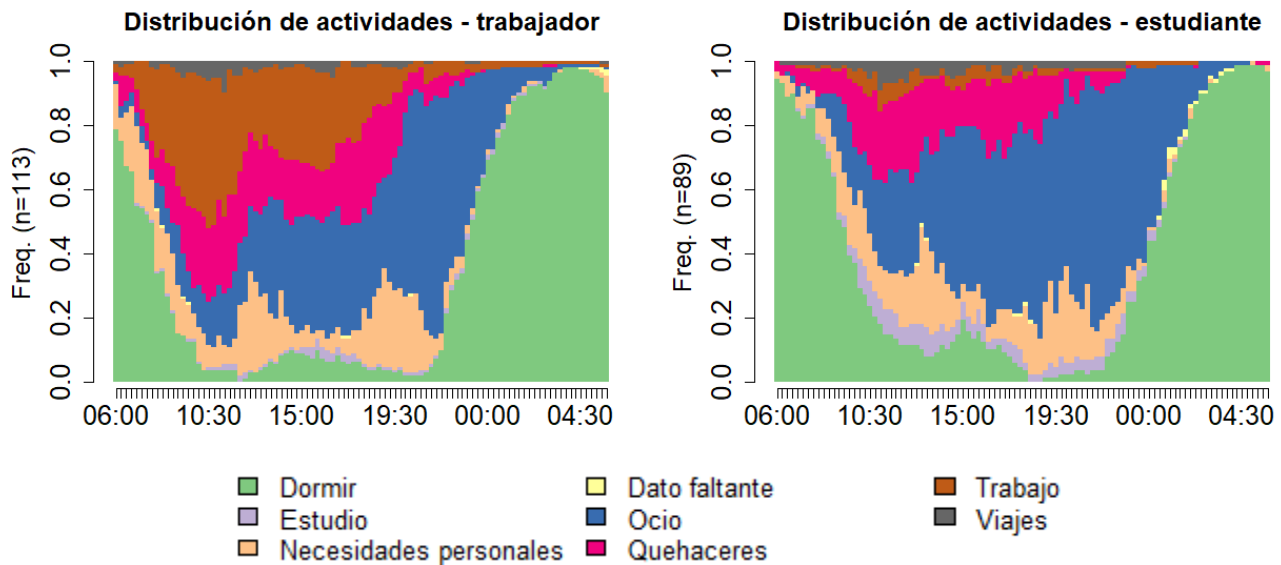


Figura 1: Distribución de actividades de estudiantes y trabajadores en la muestra.

Fuente: Elaboración propia.

El agrupamiento de secuencias de actividades obtuvo tres clústeres (figura 2 y tabla 3). El primero corresponde a las secuencias donde predominan las actividades laborales (color carmelita). Por la longitud de la franja laboral y por predominar las personas que realizan trabajo presencial, se decidió nombrar a este clúster *Trabajo presencial*. El segundo clúster tiene una franja laboral menos pronunciada, que se complementa con actividades de ocio y quehaceres domésticos, además, en este son mayoría las personas de vacaciones y contiene 8 (47,06%) de los trabajadores interrumpidos, así como personas en suspensión por vulnerabilidad y licencias laborales. Por ello, este clúster se denominó *Vacaciones/Receso laboral*. En el tercer clúster predominan las actividades de ocio, los quehaceres y las necesidades personales, e incluye a personas en trabajo a distancia y teletrabajo por las condiciones de la COVID-19. De donde, este clúster se nombró *Trabajo en casa/Teletrabajo*. En el primer clúster *Trabajo presencial* predominan los adultos y adultos mayores (64,71%), el sexo masculino (52,94%), la mitad de las personas tiene piel blanca, predomina el nivel educativo superior (64,71%), el 44,12% son casados, predominan los trabajadores (97,06%), el 82,35% de las personas estuvieron en trabajo presencial y el 52,94% autodeclaró su estado general de salud como muy bueno (Tabla 3).

En el segundo clúster *Vacaciones/Receso laboral* son mayoría las personas entre 20-39 años (65,74%), los hombres (50,93%), el 62,04% es de piel blanca, 78 personas (72,22%) alcanzaron el nivel medio superior de educación, el 62,04% son solteros, predominan los estudiantes (97,06%), un 55,56% se declaró en vacaciones y el 39,81% declaró su estado general de salud como muy bueno.

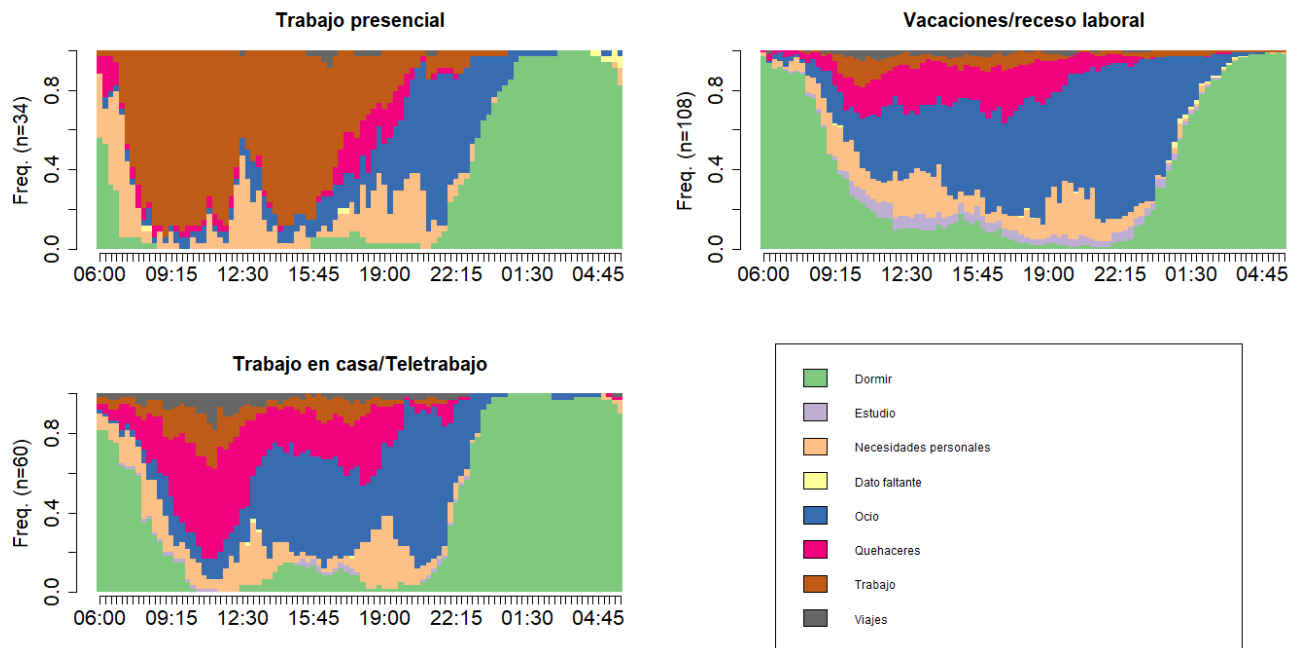


Figura 2: Distribuciones de actividades dentro de tres clústeres según similitudes en las secuencias de actividades diarias de la muestra.

Fuente: Elaboración propia.

En el tercer clúster *Trabajo en casa/Teletrabajo* el 83,34% de las personas tienen entre 20-59 años de edad, predomina el sexo femenino (73,33%), el 61,67% tiene piel blanca, el 56,67% tienen nivel medio superior de educación, el 40,00% son casados, predominan los trabajadores (68,33%), el 36,67% está de vacaciones y otro 23,33% en trabajo presencial y el 38,33% reportó un buen estado general de salud.

En todos los grupos, la mayoría de las personas no tuvieron a su cuidado menores (en el clúster primer 76,47%, 98,15% en el segundo y 80,00% en el tercero), ni adultos mayores (un 88,24% en el primer clúster, 84,26% en el segundo y 80,00% en el tercero). Además, predominan las personas sin antecedentes de problemas de presión arterial (un

55,88% en el primer clúster, 68,52% en el segundo y 81,67% en el tercero). Con respecto al nivel de descanso al despertar, en los tres clústeres predominaron las personas que descansaron lo suficiente durante su periodo de sueño (50,00% en el primero, 46,30% en el segundo y 60,00% en el tercero).

El primer clúster fue el que mayor promedio de estrés reportó ($m^{15} = 1,35$, $DE = 1,19$), mientras el segundo y el tercero tuvieron un estrés similar ($m = 0,69$, $DE = 0,88$ en el segundo clúster y $m = 0,69$, $DE = 0,90$ en el tercero).

Discusión

Los resultados satisfactorios del criterio de expertos certificaron la importancia de las variables incluidas para el estudio del uso del tiempo y el estrés autorreportado durante el confinamiento por COVID-19. Las observaciones cualitativas realizadas por los expertos permitieron modificar la encuesta para una recolección de datos más precisa y eficiente. Estas modificaciones mostraron su importancia durante la prueba piloto y la validación inicial realizada en la muestra final más amplia.

		Clúster 1	Clúster 2	Clúster 3
Variables		<i>Trabajo presencial</i>	<i>Vacaciones/receso laboral</i>	<i>Trabajo en casa/Teletrabajo</i>
		($n = 34$, 16,83%)	($n = 108$, 53,47%)	($n = 60$, 29,70%)
Municipio de residencia	Arroyo Naranjo	1 (2,94%)	4 (3,70%)	1 (1,67%)
	Boyeros	6 (17,65%)	15 (13,89%)	14 (23,33%)
	Centro Habana	1 (2,94%)	3 (2,78%)	1 (1,67%)
	Cerro	1 (2,94%)	9 (8,33%)	2 (3,33%)
	Cotorro	0 (0,00%)	1 (0,93%)	1 (1,67%)
	Diez de Octubre	3 (8,82%)	8 (7,41%)	3 (5,00%)

¹⁵ m se refiere a la media de la variable en cuestión.

NOVEDADES EN POBLACIÓN

<http://www.novpob.uh.cu>

	Guanabacoa	0 (0,00%)	3 (2,78%)	1 (1,67%)
	La Habana del Este	0 (0,00%)	7 (6,48%)	2 (3,33%)
	La Habana Vieja	1 (2,94%)	0 (0,00%)	0 (0,00%)
	La Lisa	5 (14,71%)	5 (4,63%)	5 (8,33%)
	Marianao	3 (8,82%)	8 (7,41%)	2 (3,33%)
	Playa	4 (11,76%)	27 (25,00%)	10 (16,67%)
	Plaza de la Revolución	9 (26,47%)	16 (14,81%)	16 (26,67%)
	Regla	0 (0,00%)	1 (0,93%)	0 (0,00%)
	San Miguel del Padrón	0 (0,00%)	1 (0,93%)	2 (3,33%)
Edad por grupos	Niños y adolescentes (hasta 20 años)	0 (0,00%)	23 (21,30%)	8 (13,33%)
	Jóvenes (20-39 años)	12 (35,29%)	71 (65,74%)	25 (41,67%)
	Adultos (40-59 años)	17 (50,00%)	11 (10,19%)	25 (41,67%)
	Adultos mayores (+ 60 años)	5 (14,71%)	3 (2,78%)	2 (3,33%)
Sexo	Femenino	16 (47,06%)	43 (49,07%)	54 (73,33%)
	Masculino	18 (52,94%)	55 (50,93%)	16 (26,67%)
Color de la piel	Blanco	17 (50,00%)	67 (62,04%)	37 (61,67%)
	Mestizo	10 (29,41%)	26 (24,07%)	11 (18,33%)
	Negro	7 (20,59%)	15 (13,89%)	12 (20,00%)
Nivel educativo	Secundario	1 (2,94%)	6 (5,56%)	3 (5,00%)
	Medio superior	11 (32,35%)	78 (72,22%)	34 (56,67%)
	Superior	22 (64,71%)	24 (22,22%)	23 (38,33%)
Estado conyugal	Acompañados	11 (32,35%)	25 (23,15%)	10 (16,67%)
	Casados	15 (44,12%)	12 (11,11%)	24 (40,00%)
	Divorciados	0 (0,00%)	3 (2,78%)	4 (6,67%)
	Solteros	6 (17,65%)	67 (62,04%)	20 (33,33%)

NOVEDADES EN POBLACIÓN

<http://www.novpob.uh.cu>

	Viudos	2 (5,88%)	1 (0,93%)	2 (3,33%)
Situación ocupacional	Estudiante	1 (2,94%)	69 (63,89%)	19 (31,67%)
	Trabajador	33 (97,06%)	39 (36,11%)	41 (68,33%)
Relación con la entidad laboral	Interrupto	0 (0,00%)	8 (7,41%)	9 (15,00%)
	Licencia de maternidad	0 (0,00%)	1 (0,93%)	0 (0,00%)
	Licencia retribuida	0 (0,00%)	1 (0,93%)	1 (1,67%)
	Reubicado en el trabajo	0 (0,00%)	1 (0,93%)	0 (0,00%)
	Suspensión por vulnerabilidad	1 (2,94%)	2 (1,85%)	1 (1,67%)
	Teleestudio	0 (0,00%)	11 (10,19%)	1 (1,67%)
	Teletrabajo	2 (5,88%)	6 (5,56%)	4 (6,67%)
	Trabajo presencial	28 (82,35%)	11 (10,19%)	14 (23,33%)
	Trabajo a distancia	0 (0,00%)	7 (6,48%)	8 (13,33%)
	Vacaciones	3 (8,82%)	60 (55,56%)	22 (36,67%)
Menores a su cuidado	Sí	8 (23,53%)	2 (1,85%)	12 (20,00%)
	No	26 (76,47%)	106 (98,15%)	48 (80,00%)
Adultos mayores a su cuidado	Sí	4 (11,76%)	17 (15,74%)	12 (20,00%)
	No	30 (88,24%)	91 (84,26%)	48 (80,00%)
Autopercepción del estado general de salud	Excelente	1 (2,94%)	16 (14,81%)	10 (16,67%)
	Muy bueno	18 (52,94%)	43 (39,81%)	21 (35,00%)
	Bueno	10 (29,41%)	31 (28,70%)	23 (38,33%)
	Regular	5 (14,71%)	17 (15,74%)	3 (5,00%)
	Malo	0 (0,00%)	1 (0,93%)	3 (5,00%)
Antecedentes de problemas de presión arterial	Sí	15 (44,12%)	34 (31,48%)	11 (18,33%)
	No	19 (55,88%)	74 (68,52%)	49 (81,67%)
	Muy descansado	9 (26,47%)	25 (23,15%)	13 (21,67%)

Nivel del descanso al despertar	Suficientemente descansado	17 (50,00%)	50 (46,30%)	36 (60,00%)
	Un poco descansado	7 (20,59%)	28 (25,93%)	8 (13,33%)
	Nada descansado	1 (2,94%)	5 (4,63%)	3 (5,00%)
Estrés promedio en actividades	(m, DE)	1,35 (1,19)	0,69 (0,88)	0,69 (0,90)

Tabla 3: Diferenciales sociodemográficos de cada clúster.

Fuente: Elaboración propia.

En comparación con los diarios de actividades autoadministrados —que van llenándose a medida en que transcurre el tiempo—, los diarios de actividades del día de ayer, como el utilizado en la EDiActEs, reducen al mínimo los requerimientos sobre el/la entrevistado/a, a cambio de hacer más sensible el trabajo de campo y el diseño muestral.

El éxito del trabajo de campo dependió de la capacidad de los encuestadores para transformar el relato de los participantes en actividades que pudieran ser, luego, codificadas. Adquirir esta capacidad requirió que los encuestadores conocieran la nomenclatura de actividades y pudieran distinguir entre acciones agregadas bajo un mismo código de actividad de aquellas que no lo estaban en el marco de la entrevista. Debido a esto, se decidió que los encuestadores serían los encargados de codificar los diarios de actividades, lo que garantizó no solo la recolección de diarios de actividad completos, sino la calidad misma del registro.

Dos dificultades emergieron durante la capacitación de los encuestadores: la identificación de acciones que no constituyen actividades y la indagación sobre acciones que abarcan más de una actividad. En el primer caso, se trató de evitar el registro de actividades instantáneas: ciertas respuestas no son realmente actividades sino hitos, momentos en los que una actividad (el dormir, el trasladarse) finaliza y otra comienza. Para enfatizar que estas acciones no son actividades y, por lo tanto, no deben ser registradas en el diario de actividades, se les propuso a los encuestadores que las registraran en un margen del diario, fuera de los bloques horarios. Esto contribuyó a que los encuestadores no omitieran información importante, y a la vez evitó el registro de las mismas.

Por el contrario, algunas respuestas abarcaron varias actividades en una única acción: por ejemplo, “salimos de compras” involucra un tiempo de viaje o traslado, y estar en el cine,

en tanto el plural implica la interacción con otros (y, por lo tanto, “encontrarse con la familia o con amigos”). Utilizando ejemplos similares a este, los encuestadores fueron capacitados para identificar este tipo de relato y repreguntar para obtener mayor claridad. También, el control en la recepción de los primeros diarios recibidos y la corrección de errores de registro y codificación, permitió identificar problemas y mejorar la calidad de la recolección a medida que el mismo avanzaba.

La fiabilidad de la escala de estrés autorreportado fue baja ($\alpha = 0,32$). Cornwell (2013) obtuvo una alta fiabilidad de esta escala ($\alpha = 0,79$) en un estudio similar con una muestra representativa (7662 participantes) de la *American Time Use Survey* de 2010. Por ello, se recomienda ampliar la muestra y realizar una validación convergente con otros instrumentos de estrés en actividades.

Las personas de la muestra mostraron un bajo nivel de estrés, incluso un 41,09% no reportó ningún estrés durante las actividades. Este resultado fue sorprendente para el equipo de investigación, dado que existe evidencia en la literatura científica sobre el confinamiento como elemento estresor y su impacto en el cambio de dinámicas en las actividades diarias (Jiang, 2020; Ogden, 2020; Parry et al., 2021). Sin embargo, es notable que las personas ubicadas en el clúster “Trabajo presencial” alcanzaron un estrés promedio mayor que los de otros clústeres. Vale destacar que estos resultados no son fiables pues la escala de estrés obtuvo un alfa de Cronbach inadecuado.

En general, las personas dedicaron su tiempo a dormir, al ocio, actividades domésticas, necesidades personales, trabajar, estudiar y trasladarse, en orden decreciente. La ENIG 2016 realizada en Cuba en una muestra formada por 19 189 personas de 15 a 74 años, obtuvo que estas dedicaron el 84,25% de su tiempo a actividades personales, el 29,37% al trabajo no remunerado y el 28,09% al trabajo remunerado (que incluye trabajo no remunerado para hogar y trabajo doméstico no remunerado para hogar). Existe una coincidencia entre las actividades en que más tiempo invierten las personas, aunque en los resultados de la aplicación de EDiActEs se emplea mucho más tiempo en el ocio, dadas las características del período vacacional donde se recogieron los datos y a la situación de confinamiento por COVID-19 que provocó un aumento en el tiempo de ocio (Sullivan et al., 2021).

El desplazamiento del periodo de sueño de los estudiantes desde la medianoche hasta las 11:00 a.m. (Figura 1, derecha) puede deberse al porcentaje de personas en vacaciones y

como efecto del aislamiento físico. Los trabajadores se despertaron más temprano que los estudiantes y la variedad de actividades fue ligeramente menor (Figura 1, izquierda). Esto puede deberse a que una parte de los trabajadores estuvieron en modalidad laboral a distancia o en teletrabajo y tuvieron cierta independencia en la planificación de su tiempo laboral. En los trabajadores se observó una menor variación de actividades entre las 9:00 a.m. y las 8:00 p.m., dado que este es el horario laboral. Luego, se notó un descenso en la variación de las actividades que puede explicarse con las tareas de alimentación (necesidades personales) y compartir tiempo con la familia o pareja (ocio).

Los clústeres obtenidos lograron diferenciar la situación ocupacional de las personas basándose en el orden de las actividades durante el día y elaborar un perfil de las personas en cada uno. Se distinguió entre trabajo presencial y en casa, y se obtuvieron niveles de estrés más altos en el primer clúster. Otros estudios de uso del tiempo durante la COVID-19 concuerdan con esto y estudian los efectos del teletrabajo en el estrés (Broche-Pérez y Fernández-Castillo, 2020; Parry et al., 2021), asunto que será tratado en futuros trabajos. En Estados Unidos y Europa existen antecedentes de estudios de uso del tiempo que realizan análisis secuenciales (Cornwell, 2013; Vagni y Cornwell, 2018). En particular, el trabajo de Cornwell (2013) investiga sobre las dinámicas de cambio entre actividades, roles y lugares, y su relación con el estrés autorreportado en actividades seleccionadas. Dicha investigación sugiere que estas dinámicas son más estresantes para las mujeres. Esto ha sido confirmado por otras investigaciones desde una perspectiva no secuencial (Álvarez et al., 2018). Próximamente se realizarán investigaciones sobre estos temas utilizando los datos obtenidos en esta validación inicial.

En suma, respecto al cumplimiento de las hipótesis de investigación iniciales, se logró diseñar y validar una encuesta para recolectar secuencias de actividades diarias, y fue posible adaptar para Cuba una nomenclatura para su codificación. La fiabilidad de la escala de estrés autorreportado en actividades diarias fue baja. Esto puede estar relacionado con el tamaño de la muestra y el momento en que se recolectaron los datos, pues existe evidencia científica ya mencionada sobre los altos niveles de estrés durante el confinamiento por COVID-19, lo que pudo reducir la variabilidad de esta escala. Por último, la creación de secuencias de actividades, luego de codificar los diarios con la nomenclatura adaptada,

permitió encontrar regularidades en los datos y agrupar a los individuos según la secuencialidad de sus actividades. Además, se realizaron perfiles de los clústeres para un análisis más pormenorizado al interior de estos.

Conclusiones

Esta investigación desarrolló una encuesta sobre diarios de uso del tiempo durante el confinamiento por COVID-19 en La Habana, Cuba, 2020. Para ello se adaptó una nomenclatura de actividades y un libro de códigos con la descripción de estas actividades. A diferencia de otras investigaciones sobre el tema, la contribución presentada analizó diarios personales y utilizó, por primera vez en Cuba, hasta donde los autores conocen, el análisis de secuencias sociales como técnica estadística para estudiar las actividades cotidianas de los cubanos. Esto permitió conocer la distribución del uso del tiempo durante el confinamiento por COVID-19, caracterizar el uso del tiempo en estudiantes y trabajadores, así como identificar tres clústeres de uso del tiempo en la muestra. La investigación estudió un momento único de paralización del país donde se evidenció la preocupación de la población por una epidemia a causa de una enfermedad desconocida. Se prevé que esta pandemia implique tratar importantes necesidades de salud mental en la población y el efecto del teletrabajo y el telestudio. Este artículo muestra las posibilidades de la técnica para investigar la estructura secuencial de las actividades diarias y sus posibilidades para continuar otros estudios en nuevas condiciones del país.

Limitaciones y trabajo futuro

La investigación presentada tiene algunas limitaciones. Primero, no fue posible realizar una validación del diario de actividades como lo han realizado otros investigadores (Gershuny et al., 2020; Harms et al., 2019; Kelly et al., 2015), pues requiere de medios tecnológicos como dispositivos móviles inteligentes que puedan desplegarse en tiempo real en una muestra amplia y controlada. Aunque es pertinente mencionar que la confiabilidad de los diarios de actividades, similar al propuesto en este artículo, ha sido comprobada previamente en dichas investigaciones. En segundo lugar, no se comparó la escala de estrés diario con otros instrumentos similares en condiciones de confinamiento (Jiang, 2020; Scholten, Lavalley, Velten, Zhang y Margraf, 2020), pues dichas escalas no están aún adaptadas y validadas en Cuba, y la recolección de estos datos hubiera hecho más

larga la encuesta, de por sí compleja de llenar por la inclusión del diario. En tercer lugar, es necesario ampliar la muestra y acceder a poblaciones diversas, incluyendo estratos de diferentes provincias, para ampliar los hallazgos del presente estudio. En cuarto lugar, se recomienda para próximas investigaciones analizar las diferencias en las secuencias de actividades diarias por sexo, estudiar las dinámicas de cambio de actividades, roles y lugares, y su relación con el estrés, la relación entre la calidad del sueño, las actividades diarias y el estrés de los trabajadores y estudiantes, así como el riesgo ante la COVID-19 durante las actividades diarias y otros indicadores de interés.

Referencias bibliográficas

1. AGUIRRE, R. Y FERRARI, F. (2014). *Las encuestas sobre uso del tiempo y trabajo no remunerado en América Latina y el Caribe. Caminos recorridos y desafíos hacia el futuro* (Vol. 122). Santiago de Chile: Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL).
2. ÁLVAREZ, M., FRANCO, M. DEL C., PALMERO, Y., IGLESIAS, M. Y DIAZ, Y. (2018). *Encuesta Nacional Igualdad de Género: Informe de Resultados. Centro de Estudios de la Mujer, Centro de Estudios de Población y Desarrollo. Oficina Nacional de Estadísticas de Cuba*. La Habana: Centro de Estudios de la Mujer. Centro de Estudios de Población y Desarrollo.
3. BÖRSCH-SUPAN, A. Y JÜRGES, H. (2005). *The Survey of Health, Ageing and Retirement in Europe – Methodology*. Mannheim Research Institute for the Economics of Aging (MEA).
4. BROCHE-PÉREZ, Y. Y FERNÁNDEZ-CASTILLO, E. (2020). Consecuencias psicológicas de la cuarentena y el aislamiento social durante la pandemia de COVID-19. *Revista Cubana de Salud Pública*, 46(e2488), 1-14.
5. BUREAU OF LABOR STATISTICS. (2019). *American Time Use Survey User's Guide: Understanding ATUS 2003 to 2018*.
6. CEPAL-UNESCO. (2020). *La educación en tiempos de la pandemia de COVID-19*. Naciones Unidas.

7. CHENU, A., Y LESNARD, L. (2006). Time use surveys: A review of their aims, methods, and results. *Archives Europeennes de Sociologie*, 47(3), 335–359. <https://doi.org/10.1017/S0003975606000117>
8. CORNWELL, B. (2013). Switching Dynamics and the Stress Process. *Social Psychology Quarterly*, 76(2), 99–124. <https://doi.org/10.1177/0190272513482133>
9. CORNWELL, B. (2015). *Social Sequence Analysis: Methods and Applications*. New York: Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9781316212530>
10. CORNWELL, B., GERSHUNY, J. Y SULLIVAN, O. (2019). The Social Structure of Time: Emerging Trends and New Directions. *Annual Review of Sociology*, 45, 301–320. <https://doi.org/10.1146/annurev-soc-073018-022416>
11. DELFINO, A. (2009). La metodología de uso del tiempo: sus características, limitaciones y potencialidades. *Espacio Abierto*, 18(2), 199–218.
12. DROIT-VOLET, S., GIL, S., MARTINELLI, N., ANDANT, N., ID, B. P., HUGUET, P., ... DUTHEIL, F. (2020). Time and COVID-19 stress in the lockdown situation: Time free, «Dying» of boredom and sadness. *PLoS ONE*, 15(8), e0236465. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0236465>
13. DURÁN, M. DE LOS Á. Y ROGUERO, J. (2010). *La investigación sobre el uso del tiempo*. Madrid: Centro de Investigaciones Sociológicas.
14. ESCOBAR-PÉREZ, J. Y CUERVO-MARTÍNEZ, Á. (2008). Validez de contenido y juicio de expertos: una aproximación a su utilización. *Avances En Medición*, 6(1), 27–36.
15. FIELD, A., MILES, J. Y FIELD, Z. (2012). *Discovering statistics using R*. Los Angeles Calif.: Sage Publications Ltd.
16. FISHER, K., GERSHUNY, J., ALTINTAS, E., GAUTHIER, A. H., BORKOSKY, A., BORTNIK, A., ... YEUNG, O.-C. (2012). *Multinational Time Use Study: User's Guide and Documentation Version 5*. Oxford.
17. GABADINHO, A., RITSCHARD, G., MÜLLER, N. S. Y STUDER, M. (2011). Analyzing and visualizing state sequences in R with TraMineR. *Journal of Statistical Software*, 40(4), 1–37. <https://doi.org/10.18637/jss.v040.i04>
18. GERSHUNY, J., HARMS, T., DOHERTY, A., THOMAS, E., MILTON, K., KELLY, P. Y FOSTER, C. (2020). Testing Self-Report Time-Use Diaries against Objective Instruments in Real Time. *Sociological Methodology*, 50(1), 318–349. <https://doi.org/10.1177/0081175019884591>

19. GIDDENS, A. (2014). *Sociología* (6ta ed.). Madrid: Alianza Editorial.
20. GÓMEZ, M. E. (2016). *Clasificación de Actividades de Uso del Tiempo para América Latina y el Caribe (CAUTAL)*. Santiago de Chile.
21. HARMS, T., GERSHUNY, J., DOHERTY, A., THOMAS, E., MILTON, K. Y FOSTER, C. (2019). A validation study of the Eurostat harmonised European time use study (HETUS) diary using wearable technology. *BMC Public Health*, 19(Suppl 2), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-6761-x>
22. HERNÁNDEZ-SAMPIERI, R. Y MENDOZA TORRES, C. P. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Ciudad de México: McGraw-Hill Interamericana Editores, S.A.
23. HERNÁNDEZ, J. (2020). Impacto de la COVID-19 sobre la salud mental de las personas. *Medicentro Electrónica*, 24(3), 578–594.
24. HIRWAY, I. (2001). *Time use studies: conceptual and methodological issues with reference to the indian time use survey. Proceedings of the International Seminar on Time-Use Studies*. Ahmedabad.
25. JIANG, D. (2020). Perceived Stress and Daily Well-Being During the COVID-19 Outbreak: The Moderating Role of Age. *Frontiers in Psychology*, 11(November), 1–6. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.571873>
26. KAUFMAN, L. Y ROUSSEUW, P. J. (2005). *Finding Groups in Data: An Introduction to Cluster Analysis*. New Jersey: John Wiley y Sons.
27. KELLY, P., THOMAS, E., DOHERTY, A., HARMS, T., BURKE, Ó., GERSHUNY, J. Y FOSTER, C. (2015). Developing a method to test the validity of 24-hour time use diaries using wearable cameras: A feasibility pilot. *PLoS ONE*, 10(12), 1–15. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0142198>
28. LARA, T., GONZÁLEZ, N., LEÓN, E. M., CONCEPCIÓN, J. E., ALFONSO, A. Y CASTILLO, D. (2001). *Encuesta sobre el uso del tiempo*. La Habana.
29. LEONTIEV, A. N. (1991). *Actividad, Conciencia y Personalidad*. La Habana: Pueblo y Educación.
30. LÓPEZ-FERNÁNDEZ, R. (2016). *Expertos y prospectiva en la investigación pedagógica*. Cienfuegos: Editorial Universo Sur.

31. MEDINA, A., ÁVILA, A. Y GONZÁLEZ, Y. (2020). Teletrabajo en condiciones de COVID-19: ventajas, retos y recomendaciones. *Revista Cubana de Salud y Trabajo*, 21(3), 59–63.
32. MONTERROSA, A., DÁVILA, R., MEJÍA, A., CONTRERAS, J., MERCADO, M. Y FLOREZ, C. (2020). Estrés laboral, ansiedad y miedo al COVID-19 en médicos generales colombianos. *MedUNAB*, 23(2), 195–213. <https://doi.org/10.29375/01237047.3890>
33. MUÑIZ, J. (2018). *Introducción a la Psicometría: Teoría clásica y TRI*. Madrid: Ediciones Pirámide.
34. OGDEN, R. S. (2020). The passage of time during the UK Covid-19 lockdown. *PLoS ONE*, 15(7), e0235871. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0235871>
35. PARRY, J., YOUNG, Z., BEVAN, S., VELIZIOTIS, M., BARUCH, Y., BEIGI, M., ... TOCHIA, C. (2021). *Working from Home under COVID-19 lockdown: Transitions and Tensions*. Southampton: University of Southampton.
36. PHIPPS, P. A. Y VERNON, M. K. (2009). *Twenty-Four Hours: An Overview of the Recall Diary Method and Data Quality in the American Time Use Survey*. In R. F. Belli, F. P. Stafford, y D. F. Alwin (Eds.), *Calendar and Time Diary: Methods in Life Course Research*. (SAGE Publications, Inc. <https://doi.org/10.17077/0021-065x.3766>
37. SCHOLTEN, S., LAVALLEE, K., VELTEN, J., ZHANG, X. C. Y MARGRAF, J. (2020). The brief daily stressors screening tool: An introduction and evaluation. *Stress and Health*, 36(5), 686–692. <https://doi.org/10.1002/smi.2965>
38. STUDER, M. Y RITSCHARD, G. (2016). What matters in differences between life trajectories: A comparative review of sequence dissimilarity measures. *Journal of the Royal Statistical Society. Series A: Statistics in Society*, 179(2), 481–511. <https://doi.org/10.1111/rssa.12125>
39. SULLIVAN, O., GERSHUNY, J., SEVILLA, A., FOLIANO, F., VEGA-RAPUN, M., DE GRIGNON, J. L., ... WALTHÉRY, P. (2021). Using time-use diaries to track changing behavior across successive stages of COVID-19 social restrictions. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 118(35), 1–7. <https://doi.org/10.1073/pnas.2101724118>
40. UNITED NATIONS STATISTICS DIVISION. (2017). *International Classification of Activities for Time Use Statistics 2016 (ICATUS 2016)*.

41. VAGNI, G. Y CORNWELL, B. (2018). Patterns of everyday activities across social contexts. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 115(24), 6183–6188. <https://doi.org/10.1073/pnas.1718020115>
42. VIDAL, M., BARCIELA, M. DE LA C. Y ARMENTEROS, I. (2021). Impacto de la COVID-19 en la Educación Superior. *Revista Cubana de Educación Médica Superior*, 35(1), 1–15. Retrieved from http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21412021000100023
43. WELLER, J., GÓMEZ CONTRERAS, M., MARTÍN CABALLERO, A. Y RAVEST TROPA, J. (2020). *El impacto de la crisis sanitaria del COVID-19 en los mercados laborales latinoamericanos*. Santiago de Chile: Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL).